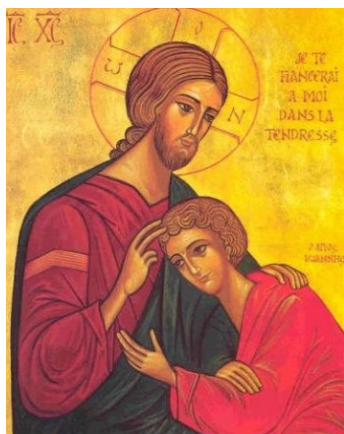


## Proposition d'acte de communion spirituelle



Seigneur Jésus, je crois fermement que Tu es présent dans le Saint Sacrement de l'Eucharistie.

Je T'aime plus que tout et je Te désire de toute mon âme.

« *Après toi languit ma chair comme une terre assoiffée* »

(psaume 62)

Je voudrais Te recevoir aujourd'hui avec tout l'amour de la Vierge Marie, avec la joie et la ferveur des saints.

Puisque je suis empêché de Te recevoir sacramentellement, viens au moins spirituellement visiter mon âme.

En ce temps de carême, que ce jeûne eucharistique auquel je suis contraint me fasse communier à Tes souffrances et surtout, au sentiment d'abandon que Tu as éprouvé sur la Croix lorsque Tu t'es écrié :

« *Mon Dieu, mon Dieu pourquoi m'as-tu abandonné* ».

Que ce jeûne sacramentel me fasse communier aux sentiments de Ta Très Sainte Mère et de Saint Joseph quand ils T'ont perdu au temple de Jérusalem, aux sentiments de Ta Sainte mère quand elle Te reçut, sans vie, au pied de la Croix.

Que ce jeûne eucharistique me fasse communier aux souffrances de Ton Corps mystique, l'Église, partout dans le monde où les persécutions, ou l'absence de prêtres, font obstacle à toute vie sacramentelle.

Que ce jeûne sacramentel me fasse comprendre que l'Eucharistie est un don surabondant de Ton amour et pas un dû en vue de mon confort spirituel.

Que ce jeûne eucharistique soit une réparation pour toutes les fois où je T'ai reçu dans un cœur mal préparé, avec tiédeur, avec indifférence, sans amour et sans action de grâce.

Que ce jeûne sacramentel creuse toujours davantage ma faim de Te recevoir réellement et substantiellement avec Ton corps, Ton sang, Ton âme et Ta divinité lorsque les circonstances me le permettront.

Et d'ici là, Seigneur Jésus, viens nous visiter spirituellement par Ta grâce pour nous fortifier dans nos épreuves.

Maranatha, viens Seigneur Jésus.

(Par Mgr Centène, évêque de Vannes)

« *Unis au Christ nous ne sommes jamais seuls, mais nous formons un unique Corps, dont Il est la Tête* ».

Cette union est alimentée par « *la prière* » et aussi par « *la communion spirituelle à l'Eucharistie, une pratique très recommandée quand il n'est pas possible de recevoir le Sacrement* ». Pape François.

Cette année, sans l'avoir voulu, nous fêterons l'Annonciation, confinés, dans nos maisons ! Pouvons-nous célébrer cette fête plus en vérité, plus intensément, plus en communion ?

**Quand les cloches sonneront**, le 25 mars, à 19h30, que chaque disciple de Jésus, dans sa maison, ouvre sa Bible (ou son ordinateur) et **lise, seul ou en famille, le récit de l'Annonciation**, dans l'Évangile selon saint Luc, chapitre 1, versets 26 à 38.

Et qu'au même moment **chaque maison allume une ou plusieurs bougies**, à sa fenêtre, pour dire son espérance et conforter celle de ses voisins.

Nous prierons en communion par l'intercession de la Bienheureuse Vierge Marie en nous unissant au **chapelet récité, à Lourdes, chaque jour à 15h30**.

Nous demanderons à Marie de nous protéger et de nous aider à mieux accueillir Jésus dans nos maisons, dans nos cœurs, dans nos vies comme elle l'a fait elle-même pour nous : « *Que tout m'advienne selon ta parole* » (Lc 1, 38) – **[1re dizaine]**.

Nous confierons à Marie qui devient Mère du Sauveur et qui deviendra notre Mère, nos frères et sœurs malades, nos frères et sœurs soignants, notre communauté humaine éprouvée. Nous lui dirons que nous voulons les aimer comme nous aimons Jésus, « *le fruit béni de ses entrailles* » (cf. Lc 1, 42), Lui qui a pris sur lui nos souffrances et nos péchés **[2e dizaine]**.

Nous pourrions aussi confier nos craintes et nos doutes à celle qui fut toute bouleversée et s'interrogea : « *Comment cela va-t-il se faire ?* » (Lc 1, 34).

La peur d'une vie remise à Dieu, différente de celle dont nous rêvons, rejoint la peur de la mort. Marie la connaît de l'intérieur et nous pouvons lui dire sans cesse : « *Prie pour nous, pauvres pécheurs, maintenant et à l'heure de notre mort* », comme l'Église nous l'a appris **[3e dizaine]**.

Enfin, poussés par l'Esprit, nous pourrions dire à Jésus : « *Guéris-nous !* »

Nous ne savons pas quelle sera la réponse sinon que, dans quelques jours, nous fêterons la passion, la mort et la résurrection de Jésus, le premier-né d'une multitude de frères qu'il fait entrer dans la vie de Dieu **[4e dizaine]**.

**[5e dizaine avec intentions particulières].**

**Ouvrir sa fenêtre, allumer une bougie est un geste de communion que nous voulons offrir à toute la nation pour qu'elle rende hommage aux défunts, victimes du Covid19, et aussi à ceux qui donnent de l'espoir, soignants, autorités mais aussi famille, amis, voisins.**

**C'est pourquoi nous vous demandons de relayer ce message très largement autour de vous, par tous les moyens autorisés à votre disposition !**

**Les évêques de France**



## Proposition diocésaine de prière en ce temps de confinement

(à mettre en œuvre chaque jour ou chaque semaine  
personnellement, en couple ou en famille).

Ne pas hésiter à aménager un lieu (croix, icône, image de Marie, bougie)

- Au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit. Amen !

- Choisir éventuellement un chant

- Lire l'évangile du jour (<https://www.aelf.org>)

- Ecouter le commentaire de l'évêque, prêtres, diacres, consacrés  
ou laïcs du diocèse (<https://diocese92.fr>)

- Partage d'intentions

- Prière diocésaine :



Seigneur,  
toi qui veilles sur chacun de tes enfants,  
Nous nous confions à toi !  
Fais à notre temps la grâce de la guérison.  
Viens en aide aux malades, aux soignants  
et aux familles en deuil.  
Rends-nous attentifs aux personnes isolées,  
fragiles ou découragées.  
Fais grandir en nous la foi, l'espérance et la charité.  
Par l'intercession de la Vierge Marie,  
Notre-Dame de Boulogne,  
Notre-Dame de Bonne Délivrance,  
Notre-Dame du Perpétuel Secours,  
de sainte Geneviève et de de tous les saints,  
fais de nous, dans la force de l'Esprit,  
des témoins de la Lumière, ton Fils ressuscité. Amen !

- Notre-Père

- Je vous salue Marie

- Signe de croix final

## Retraite sur internet de l'Œuvre des Vocations

Depuis 2011, l'Œuvre des Vocations propose des retraites en ligne pour l'Avent et le Carême prêchées par l'Evêque auxiliaire de Paris, Directeur de l'Œuvre des Vocations, le responsable du service des Vocations de Paris ou un autre intervenant choisi par l'Œuvre des Vocations.

En vous inscrivant, vous recevrez un **mail 3 fois par semaine**, le lundi, mercredi et vendredi, vous invitant à **écouter, lire ou visionner une brève méditation**.

S'inscrire aux retraites en ligne sur [mavocation.org](http://mavocation.org)

Retraite de carême 2020 - " Grandir dans l'amitié de Dieu avec Thérèse d'Avila"  
« Je mets mon espérance en la miséricorde de Dieu, puisque nul ne l'a pris pour ami sans qu'il l'ait récompensé » Ste Thérèse d'Avila

## Propositions de messes, chapelet ... sur les ondes et TV

### Pour l'écoute de la messe en semaine

- \* sur Radio Notre-Dame (FM 100.7 ) : le jeudi à 14h30 messe pour les malades
- \* sur KTO : messe du pape François à 7h dans la chapelle de la Maison Sainte-Marthe et messe à 18h15 depuis l'église Saint-Germain-l'Auxerrois

### Pour l'écoute la messe du dimanche

- \* sur France Culture (à 10h – FM 93,5)
- \* Sur Radio Notre-Dame (à 18h30 – FM 100.7)
- \* Sur KTO (18h30)

### Pour suivre la liturgie de Heures

- \* Sur KTO : office des Laudes, à 7h40  
et office du milieu du jour, à 12h, par les Fraternités monastiques de Jérusalem.
- \* Sur <https://careme.retraitedanslaville.org/>  
Vêpres tous les jours avec les Dominicains de « Carême dans la ville »

### Pour suivre le chapelet

sur Radio Notre-Dame (à 15h30 – FM 100.7)

### Autres pistes :

- \* <https://www.youpray.fr/>  
site avec une application pour smartphones et envoi de mails journaliers gratuit pendant 30 jours d'essai avec proposition illimitée pendant la période d'essai.
- \* "Vers Dimanche" : <https://versdimanche.com/>  
par mail ou application: permet de se préparer à l'évangile du dimanche suivant (une méditation par jour) .