

FICHE DE PRIERE: « NE VOUS INQUIETEZ PAS » (MT 6, 34)

(Avril 2020)

La vie humaine est jonchée de moments de doute et de peur. Les chrétiens sont aussi souvent confrontés à la peur spirituelle et physique : telle que la peur de ce que Jésus peut leur demander de faire ; peur d'abandonner des choses ou des personnes auxquelles ils s'accrochent mais qui éloignent de Dieu. N'a-t-il pas dit : « Si ton œil t'amène à pécher perce-le ? » ; la peur que Jésus ne réponde pas à leurs prières ; la peur de l'appel de Jésus, de sa vocation. Mais on expérimente aussi de la peur de la mort, surtout en cette période où la pandémie sème la débâcle dans tous les pays, où l'on ne sait qui sera le prochain à succomber à la maladie. Ce qui pousse plusieurs à faire de la magie pour 'se blinder' afin être épargnés. Le comble c'est que ceux qui prétendent protéger de la mort ne sont pas immortels. Plusieurs ont peur des soi-disant sorciers, redoutant leur village ou ville d'origine ou n'empruntant plus certains axes routiers parce que dit-on, fréquentés par des sorciers. Ils ont ainsi peur de la sorcellerie et vivent des nuits blanches.

Je me rappelle une période de mon enfance où la peur me tourmentait. Quand je suivais un avis de décès ou quand j'assistais à un deuil, j'avais peur des fantômes, de la possibilité de rencontrer la personne morte dans un coin obscur. C'est quand j'ai réalisé que Dieu me protégeait que cette peur s'est évanouie. « Car si le Seigneur ne garde la ville, en vain les veilleurs ne veillent » (Ps 127 (126)) ; « Tu ne craindras ni les terreurs de la nuit, ni la flèche qui vole de jour, ni la peste qui marche de nuit, ni le fléau qui dévaste à midi. Qu'il en tombe mille à tes côtés et dix mille à ta droite, toi, tu restes hors d'atteinte ». (Ps 91, 5-7). Nous avons souvent peur des agressions et du vol. Nous avons peur du futur : « Que me réserve-t-il, le bonheur ou le malheur ? Qui vais-je épouser ? » Il y en a qui ont peur des résultats scolaires à cause de leur mauvais travail. Certains redoutent le chômage ou le licenciement, la réponse à la demande du visa de séjour dans un pays étranger. Beaucoup de parents ont peur du devenir de leurs enfants ou même de perdre leur conjoint.

La peur remplit donc souvent nos vies. Malheureusement, à cause de cette peur, il arrive que nous tombions dans le péché. Ponce Pilate était responsable, gouverneur, chargé de juger Jésus. Les accusations portées contre Jésus, ne menaient pas à la mort, selon la loi romaine. Mais Pilate a eu peur de perdre sa place. La foule avait menacé que s'il ne leur livrait pas Jésus, ils allaient l'accuser chez César, parce qu'il laissait quelqu'un d'autre se déclarer roi. « Il savait bien que c'était par jalousie qu'on l'avait livré. Or, tandis qu'il siégeait au tribunal, sa femme lui fit dire : " Ne te mêle point de l'affaire de ce juste ; car aujourd'hui j'ai été très affectée dans un songe à cause de lui » (Mt27, 19). Mais à cause de la peur, il a livré Jésus à la mort. Par la peur, les apôtres ont fui et renié Jésus.

La peur appauvrit ceux qui vont chez les marabouts parce qu'ils y dépensent des sommes énormes. Les gens cherchent des protections et des malheurs leur arrivent toujours. Il faut faire des efforts pour éviter d'être victime de vol, prendre des précautions de protection de ses biens et maîtriser les malfaiteurs si possible. Du point de vue hygiène, il faut respecter les mesures d'hygiène et de confinement. Mais la peur en elle-même mène à l'inquiétude. On est fragilisé. On risque souffrir d'insomnies, de cauchemars, de maux de tête et d'autres maladies psychosomatiques.

Dans la bible, à ceux qui avaient peur une parole de consolation leur était dite : « N'ayez pas peur ! ». L'ange dit à Marie : « Sois sans crainte, tu as trouvé grâce aux yeux du Seigneur ! » (Lc1, 30). A Joseph il dit : « Joseph, fils de David ne crains pas » (Mt1, 20). Jésus à ses disciples et à Pierre dans beaucoup de circonstances dit : «N'ayez pas peur ! ». Jésus ne favorise pas la paresse et la négligence. Mais la peur décourage et paralyse. Dans la peur on manque de courage et d'espérance. Or l'espérance est une vertu théologale. Avoir peur ne change pas la situation en soi. « Qui d'entre vous d'ailleurs peut, en s'inquiétant, ajouter une seule coudée à la longueur de sa vie ?... Ne vous inquiétez donc pas du lendemain : demain s'inquiétera de lui-même. A chaque jour suffit sa peine ». En ces moments difficiles, remettons-nous à Jésus, offrons-lui nos souffrances et celles des autres, ayons confiance en lui.

Henri Bayemi

PAROLES JOURNALIERES ET EXERCICES DE LA PAROLE VECUE

(Avril 2020)

1. **Mercredi:** Jn 8, 31-42: **Prier l'intention du pape :** pour toutes les personnes sous l'emprise d'addictions afin qu'elles soient soutenues sur leur chemin de libération. Prier cette intention plusieurs fois dans la journée. Prier aussi pour l'éradication de la pandémie du Coronavirus. **Lire un extrait du Catéchisme de l'Eglise Catholique (CEC) No 2492.**
2. **Jeudi:** Gn 17, 3-9: Poser un acte d'évangélisation pour une fécondité spirituelle (exemple : offrir une fiche de prière, partager un témoignage de sa vie par lettre, par email ou dans les réseaux sociaux, programmer d'offrir une bible, supporter matériellement un prêtre). **Lire CEC No 2293.**
3. **Vendredi:** Jn 10, 31-42: Poser un acte (une bonne œuvre) qui témoigne de son amour pour Dieu et en témoigner, même à un membre de sa famille (cela peut aussi se faire par les réseaux sociaux). **Lire CEC No2294.**
4. **Samedi:** Jn 11, 45-57: Ne pas être jaloux des autres et bénir Dieu pour tout ce qu'ils ont de bien ou alors prier pour sa foi et pour les malades à cause du Coronavirus. Prier la Litanie de la Parole de Dieu, 1^{ère} partie. **Lire CEC No2295.**
5. **Dimanche:** Mt 21, 1-11: **Dimanche des rameaux :** Chanter beaucoup de chants de louange et demander à l'Esprit Saint de vous donner de vous laisser influencer par la Parole de Dieu et lui faire confiance. **Lire CEC No 2296.**
6. **Lundi:** Jn 12, 1-11: **Début semaine Sainte :** Faire un don à Jésus comme Marie en programmant de payer son denier de culte à la paroisse ou ses contributions. **Lire CEC No2297.**
7. **Mardi:** Is 49, 1-6: Pour être une lumière des nations, poser un bel acte d'amour pour Jésus et planifier de vous engager plus dans votre paroisse, votre groupe ou votre service spirituel (après le confinement physique). **Lire CEC No 2298.**
8. **Mercredi:** Mt 26, 14-25: Demander pardon d'avoir souvent trahi Jésus par son péché. **Lire CEC No2299.**
9. **Jeudi:** Jn 13, 1-15: **Jeudi saint :** Poser un acte d'humilité. Prier pour tous les prêtres et si possible souhaiter bonne fête à un prêtre. En famille, suivre la messe à la télévision (ou alors prier en famille). **Lire CEC No2300.**
10. **Vendredi:** Jn 18, 1-19, 42: **Vendredi saint:** Jeûner d'un repas au moins (sauf les malades, les enfants et les femmes enceintes), et poser 10 tout-petits actes d'amour pour montrer à Jésus son amour et sa compassion. Prier pour toutes les personnes décédées à cause du Coronavirus. **Lire CEC No 2301.**
11. **Samedi:** Mt 28, 1-10: **Samedi saint :** Offrir ses efforts de carême à Jésus et persévérer à Lui faire plaisir. **Lire CEC No2302.**
12. **Dimanche:** Jn 20, 1-9: **Pâques :** Etre joyeux, rendre les autres joyeux dans sa famille (ou ses amis), offrir un petit don (si vous n'avez rien à offrir, poser un acte d'amour en remplacement du don matériel) et transmettre l'espérance de la résurrection à plusieurs personnes par lettre, téléphone ou réseaux sociaux. **Lire No 2303.**
13. **Lundi:** Mt 28, 8-15: Vivez un acte de partage spirituel et continuer d'être dans la joie pascale. **Lire CEC No2304.**
14. **Mardi:** Jn 20, 11-18: Prendre du temps seul avec le Seigneur dans sa prière intime et dire du bien de quelqu'un. **Lire CEC No 2305.**
15. **Mercredi:** Lc 24, 13-35: Partager une expérience spirituelle à quelqu'un et prier en famille, avec un ami ou son conjoint. **Lire CEC No2306.**
16. **Jeudi:** Ac 3, 11-26: Prier Dieu de vous donner le zèle à l'évangélisation et si possible parler à une connaissance d'un point ou d'une attitude qui ne l'aide pas toujours à mieux aimer Dieu et prier ensemble pour cela. **Lire CEC No 2307.**
17. **Vendredi:** Jn 21, 1-14: Penser et obéir à la Parole de Dieu avant d'agir. Lire un extrait de l'Exhortation apostolique du pape Benoît XVI *Verbum Domini*. **Lire CEC No2308.**
18. **Samedi:** Mc 16, 9-15: Prier pour que le Seigneur fortifie l'évangélisation dans l'Eglise et suscite des vocations en ces moments difficiles. Prie la Litanie de la Parole de Dieu 3^e partie. **Lire CEC No2309.**
19. **Dimanche:** Jn 20, 19-31: **Dimanche de la miséricorde divine.** Revoir les situations où Dieu s'est manifesté dans votre vie et l'en remercier. Prier pour que Dieu délivre le monde des souffrances dues à la pandémie. **Lire CEC No 2310.**
20. **Lundi:** Jn 3, 1-8: Prier l'Esprit Saint de vous aider à naître de nouveau et à rompre avec les péchés qui retiennent prisonniers. **Lire CEC No 2311.**
21. **Mardi:** Ac 4, 32-37: Faire un don à un ami, à son partenaire ou à un autre membre de sa famille (ou prier le Psaume 142). **Lire CEC No2312.**
22. **Mercredi:** Jn 3, 16-21: Afin de refléter la lumière du Christ, être attentif à ne pas mentir, ni même à chercher à déformer la vérité (ou bien lire un extrait de l'exhortation apostolique du Pape François aux jeunes : *Christus vivit*). **Lire CEC No 2313.**
23. **Jeudi:** Ac 5, 27-33: Offrir quelque chose qui vous fait mal à Dieu; être attentif à reconnaître les persécutions à cause de sa foi, et ne pas se laisser ébranler. **Lire CEC No2314.**
24. **Vendredi:** Jn 6, 1-15: Donner à manger à quelqu'un ou offrir un don aussi petit soit-il. **Lire CEC No2315.**
25. **Samedi:** 1P 5, 5b-14: Poser un geste d'humilité et remettre ses inquiétudes à Dieu. **Lire CEC No2316.**
26. **Dimanche:** Lc 24, 13-35: Prier pour les personnes qui entreront dans votre maison cette année (ou partager votre vie spirituelle avec quelqu'un). **Lire CEC No 2317.**
27. **Lundi:** Ac 6, 8-15: Prier pour quelqu'un qui vous a calomnié ou injurié ou qui vous a voulu du mal. **Lire CEC No 2318.**
28. **Mardi:** Jn 6, 30-35: Poser un acte de sacrifice pour aimer quelqu'un comme Jésus. **Lire CEC No 2319.**
29. **Mercredi:** Jn 6, 35-40: S'efforcer de ne pas terminer la journée sans faire la volonté de Dieu, ne serait-ce que dans un tout petit acte. **Lire CEC No 2320.**
30. **Jeudi:** Jn 6, 44-51: Faire un sacrifice (son temps, argent, pardon etc) pour faire plaisir à Jésus. **Lire CEC No2321.**

Fiche de Prière du Mouvement de l'Incarnation (Mouvement de l'Eglise Catholique) :

Groupes Parole de Dieu **Archidiocèse de Yaoundé** : Baptême de Jésus et St Ambroise de la Cité Verte ; Basilique mineure ; Bienheureuse Anuarite du Carrefour Biyem-Assi ; Centre Catholique Universitaire (CCU) ; Jésus le Bon Pasteur d'Oyom-Abang ; Marie Auxiliatrice de Mimboman ; Marie Mère du Rédempteur d'Olembé ; Notre Dame du Lac de Messa ; St Anne d'Obili ; St Antoine d'Etoug-Ebe ; St Augustin de Ngoussou ; St Marc de Biyem-Assi ; St Marc de Soa ; St Paul de Ndzong Melen ; St Pierre de Nkong ; St Pierre et Apôtre de Messamendongo ; St Pierre et Paul de Mfoundi-Assi ; St Pierre et Paul de Simbock ; Ste Achille Kiwanuka de Mendong ; Ste Charles de Nsimyong ; Ste Marie Mère de Dieu Emombo ; Ste Thérèse de l'Enfant Jésus d'Omnisport ; Ste Thérèse de l'Enfant Jésus de Benda ; Ste Thérèse de l'Enfant Jésus de Nkolnguie ; Ste Thérèse de Nkozoa ; UCAC de Messa ; UCAC de Nkolbisson ; UCAC d'Ekounou ; **Diocèse d'Obala** : Marie Mère de Dieu ; Cathédrale Notre Dame du Mont Carmel ; **Archidiocèse de Douala** : St Louis de Bonabéri ; Notre Dame de l'Amour de Nguele ; St Timothée de Sodiko (Bonabéri) ; St Philippe de forêt bar (Bonabéri) ; Grand séminaire Paul VI de Nkongbodol ; Cathédrale Sts Pierre et Paul de Bonadibong ; St Thomas d'Aquin ESSEC ; Notre Dame des victoires de New-Bell 1 ; St Michel Archange de Nyalla ; St Paul de Nylon ; Sacré cœur de New bell 2 ; St Mathieu De Logbaba ; Christ Roi de la cité SIC ; Ste Trinité de Bilongue ; Pentecôte Newtown aéroport ; Marie Reine des Apôtres Ndogpassi ; Collège Notre Dame des nations de Yassa ; Ste Monique de Makèpe ; St Jean de Deido ; Christ Sauveur de Mbanguè ; Notre Dame de l'Annonciation de Bonamoussadi ; St Barthelemy de Logpom ; St François d'Assise de kotto ; St Sacrement Adultes Ndogbong ; St Esprit de Bépanda ; St Charles Lwanga ; St Marc de la cité des palmiers ; St Pie X de PK 14. **Diocèse d'Edea** : Cathédrale St Paul et Pierre ; **Diocèse de Bafoussam** : Bafoussam : Cathédrale St Joseph Baleng, Saint Albert Le Grand Tamdja , Saint Paul Bamendzi , Sacré Cœur Ndiengdam et Saint François Xavier koptchou . **Dschang** : Saint Augustin, Saint Justin, St Matthias et St Paul Apôtre de Foréké ; **Banganté** : St Martin de Tours Ngankoun ; **Mbouda** : Notre Dame de Rosaire de Bamessingue ; **Diocèse de Bafang** : Cœur Immaculée Banka et Saint Luc Ndokovi ; **Diocèse de Nkongsamba** : Bon Pasteur de Nkongsamba ; Paroisse de l'Arche ; Petit Séminaire, **Archidiocèse de Bertoua** : Cathédrale Ste Famille, **Archidiocèse de Garoua** Cathédrale Garoua, ; **Diocèse de Maroua** : Christ Sauveur de Domayo ; **Bamenda Archdiocese** : All saints Bayelle, Cathédrale Saint Joseph Big Mankon, Fatima Bambili Cameroun ; **Buea diocese** : Saints Pierre et Paul de Malingo ; Saint Antoine de Padoue de BuéaTown. **Europe** : Diocèse de Namur Belgique, Allemagne (Heiliger Geist Jesuitenkirche Heidelberg ; Archidiocèse de Berlin ; Archidiocèse de Paderborn/ Dortmund ; Diocèse de Fulda ; Hanover), France (Archidiocèse de Paris), Angleterre (St Mary Moorfields Roman Catholic Church, London, Diocese of Westminster), Canada (Archidiocèse de Montréal, Paroisse Notre Dames des Neiges), USA (Litte Rock Arkansas ; Arlington, Virginie), **Asie** : Chine, Corée du Sud ;

Site Web du Mouvement : www.incarnationpd.org; Email : incarnationpd@hotmail.com