

Sème la fraternité et la justice naïtra

1<sup>e</sup> samedi du Carême, 15 mars 2025

## **L'amour qui transforme commence par le pardon**

### **Parole de Dieu**

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples :

« Vous avez appris qu'il a été dit : *Tu aimeras ton prochain* et tu haïras ton ennemi.

Eh bien ! moi, je vous dis :

Aimez vos ennemis, et priez pour ceux qui vous persécutent, afin d'être vraiment les fils de votre Père qui est aux cieux ; car il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, il fait tomber la pluie sur les justes et sur les injustes.

En effet, si vous aimez ceux qui vous aiment, quelle récompense méritez-vous ?

Les publicains eux-mêmes n'en font-ils pas autant ?

Et si vous ne saluez que vos frères, que faites-vous d'extraordinaire ?

Les païens eux-mêmes n'en font-ils pas autant ?

Vous donc, vous serez parfaits comme votre Père céleste est parfait. »

Mathieu 5, 43-48

### **Brève réflexion**

Aimer ceux qui nous aiment semble simple, mais Jésus nous appelle à un amour plus profond : Aimons nos ennemis. Ce mandat nous pousse dans le désert de notre intériorité, où nous affrontons nos blessures, nos rancunes et nos peurs. Pardonner et aimer ceux et celles qui nous ont blessés est un signe de vraie conversion, un acte de confiance dans l'amour qui transforme tout. Dans un monde marqué par la division, cet amour solidaire nous invite à construire ponts, renoncer à l'égoïsme et s'engager avec le bien des autres.

Dans nos familles, nos communautés et nos environnements, des tensions et des désaccords surgissent. Aujourd'hui Jésus nous met au défi de semer l'espoir, de chercher la réconciliation et de prendre soin même des personnes qui n'ont pas pris soin de nous. Le pardon et l'amour désintéressé sont des chemins vers la guérison et la plénitude, qui nous conduisent à être un reflet de l'amour du Père, qui n'exclut personne de sa miséricorde.

## Sème la fraternité et la justice naïtra

### Prière

Seigneur Jésus,  
toi qui nous invites à aimer sans limites ni conditions,  
ouvre nos cœurs à ton exemple et à ta Parole.  
Donne-nous la force de pardonner lorsque le ressentiment s'empare de nous,  
l'humilité de reconnaître nos propres défauts,  
et le courage de tendre la main à ceux et celles qui nous ont blessés.  
Apprends-nous à surmonter la tentation de nous enfermer dans notre douleur,  
et à voir en chaque personne un reflet de ton amour infini.  
Tu nous montres, Seigneur, que le véritable amour n'exclut pas,  
qu'il n'y a aucun mérite ni préférence dans ta miséricorde.  
Que comme le soleil qui illumine le bien et le mal,  
et la pluie qui fertilise la terre sans distinction,  
nous aussi, nous sommes capables d'aimer inconditionnellement,  
de rechercher la réconciliation et de construire la paix.  
Rends-nous capables de voir les autres avec les yeux de la foi,  
d'écouter leurs besoins et d'y répondre par des gestes concrets.  
Guide-nous sur le chemin de la conversion,  
afin que, dans notre vie quotidienne, chaque acte soit un signe de ta présence.  
Que ton amour nous transforme d'abord,  
puis, à travers nous, ce monde qui a tant besoin de compassion.  
Amen.

### Entre à l'intérieur de toi

Fermez les yeux et respirez profondément. Amenez votre esprit au silence du désert intérieur, où il n'y a pas de distractions, juste la vérité de votre cœur. Pensez à quelqu'un avec qui vous avez eu un conflit ou qui vous a blessé. Reconnaissez la douleur, mais permettez aussi que l'amour de Dieu entre dans cette blessure. Demandez au Seigneur, la force de pardonner et d'aimer. Visualisez un geste concret de réconciliation, aussi petit soit-il. Ressentez comment le pardon libère et transforme.

### Prière finale

Père très bon, que ton amour soit notre guide et ta miséricorde notre exemple.  
Donnez-nous un cœur généreux pour pardonner, des mains disposées  
pour construire la paix et une ferme volonté  
pour aimer inconditionnellement.  
Faites de nous des instruments de réconciliation  
dans nos familles, nos communautés  
et dans le monde.  
Que nos actions reflète votre justice et sème l'espoir..  
Amen.