

En Avent !

Propositions pour vivre l'Avent en famille



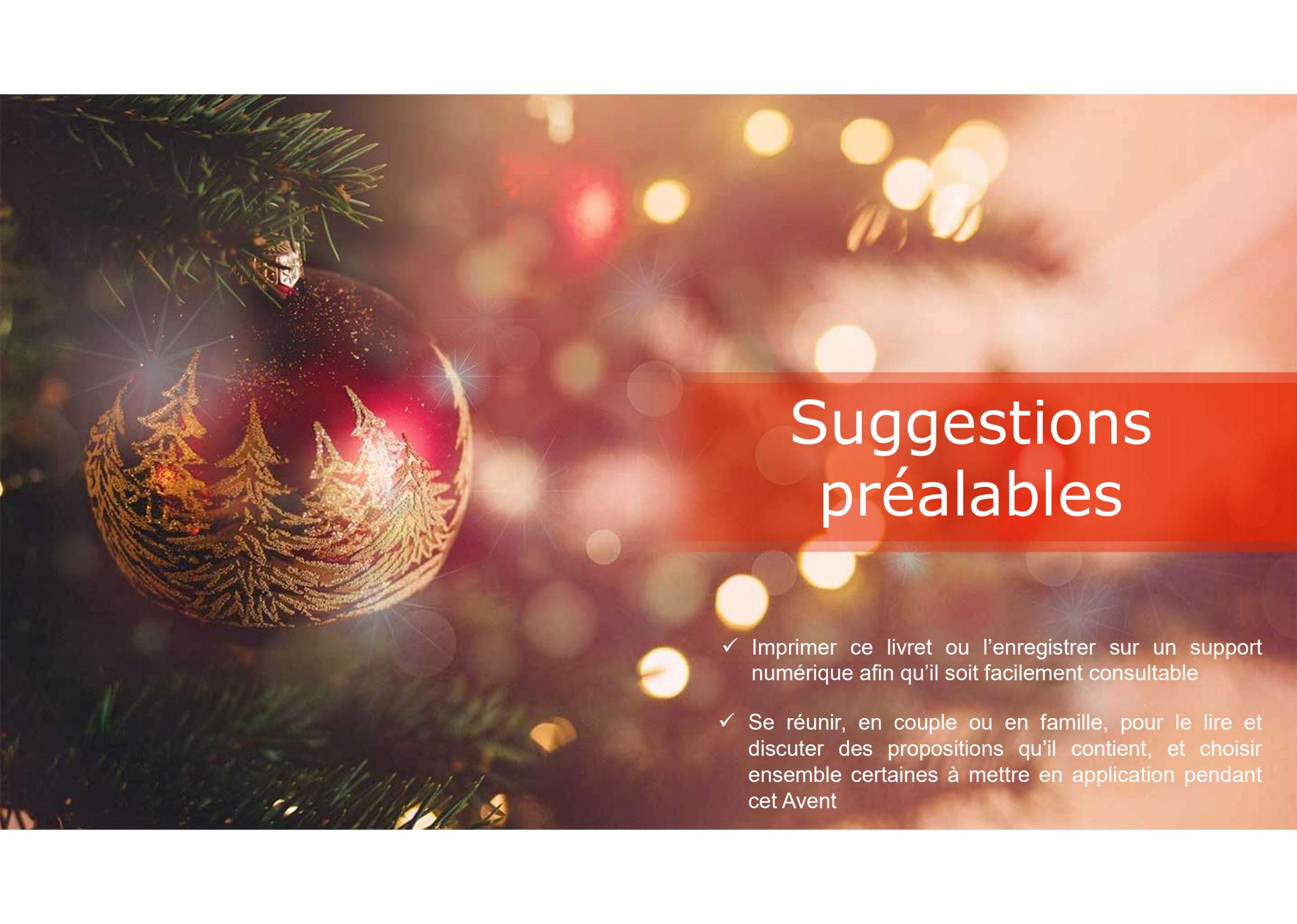
Qu'est-ce que l'Avent ?

Le mot « Avent » ne veut pas dire « avant Noël » ; il vient du latin *adventus* qui signifie « venue, avènement ».

L'Avent est la période où les fidèles **se préparent intérieurement** à célébrer Noël. Chacun est appelé à la **vigilance** et au **changement de vie**.

Le début de l'Avent marque aussi **l'entrée** dans une **nouvelle année liturgique** : celle-ci commence chaque année avec ce temps de préparation à Noël, pour s'achever une année plus tard à la même période.





Suggestions préalables

- ✓ Imprimer ce livret ou l'enregistrer sur un support numérique afin qu'il soit facilement consultable
- ✓ Se réunir, en couple ou en famille, pour le lire et discuter des propositions qu'il contient, et choisir ensemble certaines à mettre en application pendant cet Avent



Créer une ambiance

- **La crèche**

- Faire de son installation un moment de communion familiale
- Rapporter d'une balade en forêt mousse, branches, cailloux et pommes de pin... qui viendront la décorer. L'illuminer avec des bougies ou guirlande électrique.
- La faire « vivre » pour les plus petits, par exemple en avançant son mouton ou son santon à chaque bonne action
- En faire le lieu de la prière familiale, avec un éclairage tamisé grâce aux bougies / petites lumières

- **Le sapin**

- Le décorer en famille

- **La couronne de l'Avent** et ses 4 bougies :

- Allumer en famille une nouvelle bougie chaque dimanche, les rallumer pour la prière du soir

- Ecouter et chanter des **cantiques**

- Lire des **contes** de Noël

- Réaliser des **cartes de vœux**

- **Cuisiner** ensemble

- **Jouer** en famille

- Suivre un **calendrier de l'Avent** avec prière et/ou action chaque jour

- Regarder « **l'Etoile de Noël** » en famille

- Ecouter « **la Pastorale des santons de Provence** »



Choisir un état d'esprit

- Cultiver la **reconnaissance** et la **gratitude**
 - Se réjouir du **Beau** et du **Bien** dans nos vies, y reconnaître l'action de Dieu et celle des autres
 - Identifier chaque jour un ou des « **merci** » à formuler, seul ou en famille, par exemple lors d'une prière familiale
 - Ecrire ces "merci" sur de petits bouts de papier et les conserver
- **Chasser l'impatience** et les **râleries**
- **Bannir** les **médiances**, les **critiques** faciles, mettre en avant le **positif**
- **Prendre le temps**, pour soi et pour les autres



Cultiver son intériorité



Cultiver son intériorité **spirituelle**

- Chaque jour, avoir au moins une **pensée vers Dieu** qui nous prépare le plus beau des cadeaux
- Profiter des propositions faites aux parents de l'école :
 - Pour les mamans : **Prière des mères** vendredi 2/12 à 8h30 à la chapelle du site Raynouard/NDG
 - Pour les papas : **Soirée Abbé Mousse Papas** mercredi 30/11 à 19h45 au presbytère de la paroisse NDG de Passy
- Découvrir ou poursuivre la pratique de **l'oraison**, et/ou de **l'adoration**
- Réciter le **chapelet** (possible même avec de jeunes enfants : par exemple avec « Prier le chapelet en famille avec les saints » de Marie Malcurat)
- S'arrêter dans une **église** au milieu de la semaine, y goûter le silence, y déposer ses joies et ses peines
- **Prier en famille** chaque jour : par exemple avec un chant, « merci », « pardon », « s'il te plait », et un temps de silence
- Suivre une **retraite de l'Avent en ligne** (par exemple avent.retraitedanslaville.org, ou prienchemin.org/retraite-en-ligne/retraite-avent-2022/)
- Télécharger une **application** pour recevoir chaque jour une prière ou méditation (par exemple Hozana)
- Vivre des **sacrements** : l'Eucharistie le dimanche, en semaine, la confession avant Noël
- Faire une **retraite** avant Noël : par exemple « Préparer Noël en famille » les 3-4 décembre à l'abbaye d'Ourscamp
- S'inscrire pour recevoir **l'icône de la Sainte famille** : <https://apelsjp.fr/recevez-chez-vous-licone-de-la-sainte-famille/>



Cultiver son intériorité **intellectuelle**

- **Se déconnecter** un peu de l'actualité et de ses mauvaises nouvelles
- Davantage de **lecture** et moins d'écran :
 - Par exemple 1/4h consacré à la lecture pour chaque membre de la famille, tous en même temps
 - Ou une lecture suivie familiale d'un grand classique
- Ecouter de la **musique classique**
- Découvrir ou redécouvrir des **tableaux** de grands maîtres sur la Nativité

« Il faut toujours **prier** comme si l'action était inutile, et **agir** comme si la prière était insuffisante. »

Ste Thérèse de Lisieux

Prier pour...

- Les malades et leurs familles
- L'âme des défunts et leurs familles
- Notre pays et ses dirigeants
- Le pape, les évêques et les prêtres
- Les populations durement éprouvées dans certains pays
- Les chrétiens persécutés dans le monde
- La direction et les enseignants de Saint-Jean de Passy
- Les familles de notre école
- Nos enfants, pour qu'ils aient le désir de la Vie éternelle et le souci des autres
- ...

Exercer la charité

- **Jouer à l'ange gardien** : chaque membre de la famille tire au sort secrètement un autre, et doit veiller particulièrement sur lui, lui rendre service, lui faire plaisir (on peut changer chaque semaine)
- Se réunir en famille pour que chacun puisse **dire du bien des autres**, en citant une qualité ou en remerciant pour quelque chose de particulier
- Le soir à l'heure du coucher, **bénir** ses enfants en traçant du pouce droit une croix sur leur front, et se laisser bénir par chacun
- Demander **pardon**, à son conjoint, à ses enfants, et leur accorder notre pardon, en faire une habitude familiale
- **Soutenir financièrement** des associations ou causes particulières, par exemple en allant à la **Nuit du Bien Commun** mercredi 7 décembre à l'Olympia, informations et inscription sur <https://www.lanuitdubiencommun.com/>
- Être **attentifs aux personnes seules** de notre famille, de notre entourage : leur rendre visite, les inviter, les appeler, leur écrire des cartes de vœux, leur offrir un cadeau, s'assurer qu'elles ne seront pas seules à Noël. N'hésitons pas à associer nos enfants.
- Être auprès de ceux qui **souffrent**, vivent des épreuves. Ne pas avoir peur d'être maladroit, il ne faut pas forcément chercher de beaux mots ou de grandes actions, mais déjà être présent. Une prière, un mot, un regard, un geste, une oreille attentive...sont de petits pas vers la consolation.
- **Faire un tri** dans nos affaires pour **donner** à des associations, en impliquant les enfants : jouets, vêtements, livres...
- Répondre aux différents **appels à la solidarité** : collectes alimentaires, box de Noël pour les sans-abri, don de sang, maraudes, opération « Hiver solidaire »...
- Envoyer à une **maison de retraite** ou aux Petits frères des pauvres des **dessins** ou mots préparés par les enfants

Penser nos cadeaux

- Les tourner vers le **Beau**, le **Bien**, le **Durable**
- **Réfléchir** aux matières, à la provenance, à l'usage, au message transmis
- Penser aux **cadeaux spi** : une belle prière ou illustration de son saint patron encadrée, un livre ou une BD sur la vie d'un saint, un bijou avec une croix ou une colombe, un joli bougeoir pour un coin prière, une crèche ou un santon, ...
- Offrir des **moments de qualité** sous forme de « Bon pour 2023 » : bon pour un dîner, une rando, un séjour, etc...à faire en couple, en famille, entre amis.
- Offrir une **expérience particulière**, par exemple avec la **Smartbox pour le Bien commun**, ou un « bon pour » une **retraite** (par exemple : Halte spirituelle pour femmes/hommes à l'abbaye d'Ourscamp, Pause mamans au sanctuaire de Montligeon, Camp hommes ou Week-end père-fils avec Au cœur des hommes, retraite en couple...)
- Offrir des places de **théâtre** ou de **concert**
- Privilégier les achats auprès des **petits commerces**, les **artisans**, les **abbayes** (par exemple avec Divine Box)
- Penser aux **abonnements** (par exemple la nouvelle revue Théophile pour les 7-12 ans) ou aux cadeaux de **seconde main** (livres, jouets, vêtements, décoration...)
- Préférer la **qualité** à la quantité
- Opter pour une démarche « **zéro déchet** » pour les emballages cadeaux avec des sacs en tissu ou des furoshiki
- **S'affranchir** un peu **de la « liste de souhaits »** des enfants : par exemple en offrant une chose qu'ils ont demandée, mais peut-être aussi une chose dont ils ont besoin, une chose qu'ils pourront lire, ou une chose qu'ils pourront porter (à répartir entre les différents « Père Noël » par exemple)
- Penser au **tirage au sort** pour les cadeaux entre adultes



*Ils ne se souviendront pas des achats,
ils se souviendront des chants qu'ils ont chantés avec
vous dans la voiture.*

*Ils ne se souviendront pas des cadeaux,
ils se souviendront du moment où vous leur avez montré
comment jouer avec.*

*Ils ne se souviendront pas de la nourriture,
ils se souviendront qu'ils étaient autour d'une table avec
vous.*

*Ils ne se souviendront pas des listes de souhaits,
ils se souviendront que vous avez orienté Noël vers
Jésus.*



Patience de l'attente...

Le temps de l'Avent, c'est aussi le temps de durer dans la **patience**, de veiller dans l'attente, dans la **constance** et dans la **paix**.

« Je vais me tenir à mon poste de garde, Je guetterai ce que dira le Seigneur. » (Habacuc 2, 1) La réponse du Seigneur n'est pas immédiate.

Elle vient, mais à son heure, et pour celui qui la guette.

Elle me fait entrer dans ce temps du **désir**, elle m'invite à la **confiance**, sûr d'une réponse, qui dépassera sans doute encore mon attente.

« Prenez courage, ne craignez pas ! Voici votre Dieu ! » (Isaïe 35, 4)

« Ayez de la patience, vous aussi et soyez fermes, car la venue du Seigneur est proche. » (Jacques 5, 8)

Est-ce que je peux, moi aussi, m'associer à cette attente de toute l'Église et du monde, adopter l'attitude des veilleurs, entre patience et impatience, éveil du désir et fermeté de la confiance ?

Est-ce que je peux, pendant cet Avent, m'attendre un peu plus à l'inouï de Dieu ?





*Nous vous souhaitons
un beau et doux
cheminement vers Noël*

