



UN ÉTÉ AVEC DIEU

2/7

Je liste trois choses que j'ai le désir de faire cet été et je les confie à Dieu.

3/7

Jeu - Je cherche une sainte française :
P _____
J _____

4/7

Je médite :
"Dieu parle dans le silence".
(Bienheureux Marie-Eugène)

5/7

Je note dans mon agenda d'aller à messe un jour de semaine d'ici 10 jours.

6/7

Je programme ma confession de l'été, pour me réconcilier avec Dieu.

7/7

J'écoute les bruits autour de moi pendant 2 minutes, puis je les note.

8/7

Poésie - "Les longs jours bleus et clairs sous des cieux sans nuage."
(Lacaussade)

9/7

Je lis l'Evangile du jour puis je médite 5 minutes sur une phrase qui m'a touchée.

10/7

Je programme un pèlerinage proche de mon lieu d'été.

11/7

Je prie saint Benoît, patron de l'Europe, dont c'est la fête.

12/7

Je choisis un livre pour cet été (en cas d'hésitation, je peux trouver une idée dans Zélie).

13/7

Je lis un psaume au hasard, en y mettant le plus d'ardeur possible.

14/7

Je téléphone à une personne seule.

15/7

Pendant ma sortie du jour, je nomme toutes les odeurs que je perçois.

16/7

Je médite :
"Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau"
(Mt 11, 28).

17/7

Je remercie mon ange gardien, invisible et fidèle compagnon sur la route du Ciel.

18/7

Je choisis un objet que je pourrais donner.

19/7

J'écoute Bach (ou une autre belle musique) 5 minutes sans rien faire d'autre.

20/7

Je loue Dieu de m'avoir créée, merveille devant ses yeux.

21/7

Je demande à une personne endeuillée de mon entourage si elle a besoin de quelque chose.

22/7

En cette fête de sainte Marie-Madeleine, je demande un désir accru de prier.

23/7

J'énumère toutes les couleurs que je vois autour de moi, de manière la plus nuancée possible.

24/7

Je remercie Dieu pour le repas, en nommant toutes les personnes qui y ont contribué.

25/7

Aujourd'hui, je souris intentionnellement à trois personnes.

26/7

Je prie sainte Anne, la grand-mère de Jésus, dont c'est la fête. Veillez sur nous !

27/7

Jeu - J'imagine mon bouquet de fleurs idéal.

28/7

Poésie - "Les arbres, les épis, les ajoncs et les fleurs Ont l'air de s'incliner devant la Providence."
(Chapman)

29/7

Aujourd'hui, j'essaie de ne pas me plaindre une seule fois ! A la place, je bénis Dieu.

30/7

Je médite :
"Il se reposa, le septième jour, de toute l'oeuvre qu'il avait faite."
(Gn 2, 2)

31/7

Je prie saint Ignace de Loyola, fête ce jour, et je lui demande le don du discernement.



UN ÉTÉ AVEC DIEU

1/8

Jeu -
Je cherche un
livre de la Bible :
N _____

2/8

J'offre
à Dieu
5 minutes
de silence.

3/8

Je demande
à un proche
comment je peux
lui rendre service.

4/8

En cette fête du
saint Curé d'Ars,
je prie pour les
prêtres et les
vocations
sacerdotales.

5/8

Je cherche à mieux
connaître ma Sainte
Patronne, à qui
mes parents m'ont
confiée.

6/8

Pour cette fête de
la Transfiguration,
je demande à
Dieu la grâce de
la contemplation.

7/8

J'ose
demander de
l'aide
à quelqu'un,
pour quelque
chose.

8/8

Je médite :
"Notre cœur est
sans repos tant
qu'il ne repose pas
en Toi." (Saint
Augustin)

9/8

Je lis les
lectures du
jour, et j'en
discute avec
un proche.

10/8

Je
chante
un chant
à l'Esprit-
Saint !

11/8

Je dis bonjour
à une personne
sans domicile fixe
(si je n'en vois pas,
je prie pour elle).

12/8

Jeu -
Je dessine
mon arbre
favori.

13/8

Je prie saint
Michel de
m'accompagner
dans le combat
spirituel.

14/8

Aujourd'hui,
sauf urgence,
je n'utilise pas
mon
téléphone.

15/8

Pour
l'Assomption
de Marie, je prie
une dizaine de
chapelet (ou
plus).

16/8

Jeu -
Je cherche un
sacrement :
C _____

17/8

Je reste
5 minutes
en silence,
où je me rends
disponible
à Dieu.

18/8

J'envoie une carte
postale à un
proche ou à une
personne
esseulée.

19/8

A plusieurs
reprises, j'invoque
le Saint Nom de
Jésus.

20/8

Je prie pour
quelqu'un
que je
n'apprécie
pas.

21/8

Je prie pour
l'Eglise
catholique, c'est-
à-dire tous les
baptisés.

22/8

Je propose
à un proche
de faire un
jeu de
société.

23/8

Poésie -
"Odeurs de mer
Embruns, senteurs
Parfums de terre
D'algues, de fleurs"
(Granek)

24/8

Jeu -
Quel
est mon fruit ou
légume d'été
favori ?

25/8

A l'occasion de la
saint Louis, roi de
France, je prie
pour mon pays
(quel qu'il soit).

26/8

J'écris un mot
doux à un proche,
ou une lettre
à une amie.

27/8

Je range un
endroit que je dois
ranger depuis
longtemps.

28/8

Pour la saint
Augustin, je prie
de recevoir le don
de l'intelligence
de la foi.

29/8

Jeu -
Je cherche un
objet liturgique :
C _____

30/8

Je remercie Dieu
pour ce parcours
d'été, et je prends
une résolution pour
cette année.