



## PRIEZ

Seigneur de tout amour, montre-moi mon prochain.  
 Quand je sors par la porte, montre-moi mon prochain.  
 Quand je suis tenté de me détourner, montre-moi mon prochain.  
 Quand je ne le connais pas, qu'il vient à moi, montre-moi qu'il est mon prochain.  
 Ouvre mes yeux ! Montre-moi mon prochain.  
 Amen.



## MEDITEZ

Une personne lit le passage biblique à haute voix.  
 Bref silence.

**Échange :** *Qu'est-ce qui vous a particulièrement marqué ?*



## ÉTUDIEZ

1. Lisez le texte de DOCAT phrase par phrase. Ensuite, une personne lit le texte en entier à haute voix.
2. Trois minutes de silence.
3. Chaque personne lit un mot ou une phrase à haute voix qui l'a touchée - sans commentaires.
4. Au prochain tour, expliquez brièvement pourquoi vous avez choisi la phrase (p. ex. expériences, questions,...).



## DÉBATEZ

**Discutez également de vos propres questions à ce sujet !**

**Carnet au trésor :** *Prenez cinq minutes pour écrire ce que vous ne voulez pas oublier.*



## CHALLENGE

Nos **DÉFIS** ne sont que des suggestions que vous pouvez suivre en plus de vos réunions de ce guide d'étude. Vous pouvez aussi les remplacer par des expériences plus fortes, plus adaptées, plus créatives ou meilleures. Partagez-les avec nous : [feedback@youcat.org](mailto:feedback@youcat.org).

**#DOCATChallenge :** Partagez votre expérience sur Facebook ou Instagram.



## Mc 12, 29-31

Jésus lui fit cette réponse : « Voici le premier : Écoute, Israël : le Seigneur notre Dieu est l'unique Seigneur. Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de tout ton esprit et de toute ta force. Et voici le second : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. Il n'y a pas de commandement plus grand que ceux-là. »

16

## Aimer son prochain : ça s'apprend ?

Oui. Et c'est même très important. 'amour n'est pas seulement un sentiment. L'amour est aussi une vertu, une force qui requiert un certain entraînement. Devenir plus courageux, plus audacieux, plus juste, plus aimant – c'est un vrai défi pour tout chrétien. Il faut s'entraîner à voir le monde à travers les yeux de l'autre. Toute personne que l'on rencontre cordialement et avec bienveillance, se sent prise au sérieux en tant que personne, elle peut s'épanouir. Si nous nous exerçons à être charitables quand c'est facile, alors, avec l'aide de Dieu, nous serons aussi capables de l'être quand ça fait mal, quand on ne nous « aime pas en retour ». Cela peut arriver en côtoyant des personnes démunies ; et d'autant plus lorsque nous essayons d'avoir une relation autre avec nos ennemis : en renonçant à la vengeance, à des représailles, à la violence.

1. Le véritable amour - qu'est-ce que c'est ? Comment pouvons-nous le reconnaître ? Et pourquoi devrais-je pratiquer ma capacité à aimer ?
2. Pourquoi est-il si important d'aimer son prochain ? Ne suffit-il pas d'être tolérant ?
3. Mère Térésa a un jour suggéré "d'aimer jusqu'à ce que ça fasse mal". Que voulait-elle dire par là ?
4. Que signifie pour vous 'aimer là où vous ne serez pas aimés en retour' ? Y a-t-il des opportunités pour cela dans votre vie quotidienne ?

Réfléchissez au cours des prochaines semaines à ce que vous pourriez faire volontairement à cet égard, avant que quelqu'un n'ait l'idée de vous le demander.

Acceptez-vous ce défi ?

# 1

## Un nouveau style de vie



### PRIEZ

Seigneur de tout amour, montre-moi mon prochain.  
 Quand je sors par la porte, montre-moi mon prochain.  
 Quand je suis tenté de me détourner, montre-moi mon prochain.  
 Quand je ne le connais pas, qu'il vient à moi, montre-moi qu'il est mon prochain.  
 Ouvre mes yeux ! Montre-moi mon prochain.  
 Amen.



### MEDITEZ

Une personne lit le passage biblique à haute voix.  
 Bref silence.

**Échange :** *Qu'est-ce qui vous a particulièrement marqué ?*



### ÉTUDIEZ

1. Lisez le texte de DOCAT phrase par phrase. Ensuite, une personne lit le texte en entier à haute voix.
2. Trois minutes de silence.
3. Chaque personne lit un mot ou une phrase à haute voix qui l'a touchée - sans commentaires.
4. Au prochain tour, expliquez brièvement pourquoi vous avez choisi la phrase (p. ex. expériences, questions,...).



### DÉBATEZ

**Discutez également de vos propres questions à ce sujet !**

**Carnet au trésor :** *Prenez cinq minutes pour écrire ce que vous ne voulez pas oublier.*



### CHALLENGE

Nos **DÉFIS** ne sont que des suggestions que vous pouvez suivre en plus de vos réunions de ce guide d'étude. Vous pouvez aussi les remplacer par des expériences plus fortes, plus adaptées, plus créatives ou meilleures. Partagez-les avec nous : [feedback@youcat.org](mailto:feedback@youcat.org).

**#DOCATChallenge :** Partagez votre expérience sur Facebook ou Instagram.



### Mc 12, 29-31

Jésus lui fit cette réponse : « Voici le premier : Écoute, Israël : le Seigneur notre Dieu est l'unique Seigneur. Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de tout ton esprit et de toute ta force. Et voici le second : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. Il n'y a pas de commandement plus grand que ceux-là. »

16

### Aimer son prochain : ça s'apprend ?

Oui. Et c'est même très important. 'amour n'est pas seulement un sentiment. L'amour est aussi une vertu, une force qui requiert un certain entraînement. Devenir plus courageux, plus audacieux, plus juste, plus aimant – c'est un vrai défi pour tout chrétien. Il faut s'entraîner à voir le monde à travers les yeux de l'autre. Toute personne que l'on rencontre cordialement et avec bienveillance, se sent prise au sérieux en tant que personne, elle peut s'épanouir. Si nous nous exerçons à être charitables quand c'est facile, alors, avec l'aide de Dieu, nous serons aussi capables de l'être quand ça fait mal, quand on ne nous « aime pas en retour ». Cela peut arriver en côtoyant des personnes démunies ; et d'autant plus lorsque nous essayons d'avoir une relation autre avec nos ennemis : en renonçant à la vengeance, à des représailles, à la violence.

1. Le véritable amour - qu'est-ce que c'est ? Comment pouvons-nous le reconnaître ? Et pourquoi devrais-je pratiquer ma capacité à aimer ?
2. Pourquoi est-il si important d'aimer son prochain ? Ne suffit-il pas d'être tolérant ?
3. Mère Téréza a un jour suggéré "d'aimer jusqu'à ce que ça fasse mal". Que voulait-elle dire par là ?
4. Que signifie pour vous 'aimer là où vous ne serez pas aimés en retour' ? Y a-t-il des opportunités pour cela dans votre vie quotidienne ?

Réfléchissez au cours des prochaines semaines à ce que vous pourriez faire volontairement à cet égard, avant que quelqu'un n'ait l'idée de vous le demander.

Acceptez-vous ce défi ?