Message pour les enfants

Venez à moi,

vous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je vous donnerai du repos.

Matthieu 11. 28



Public cible : enfants de 6 à 12 ans,
avec un accompagnement des adultes.

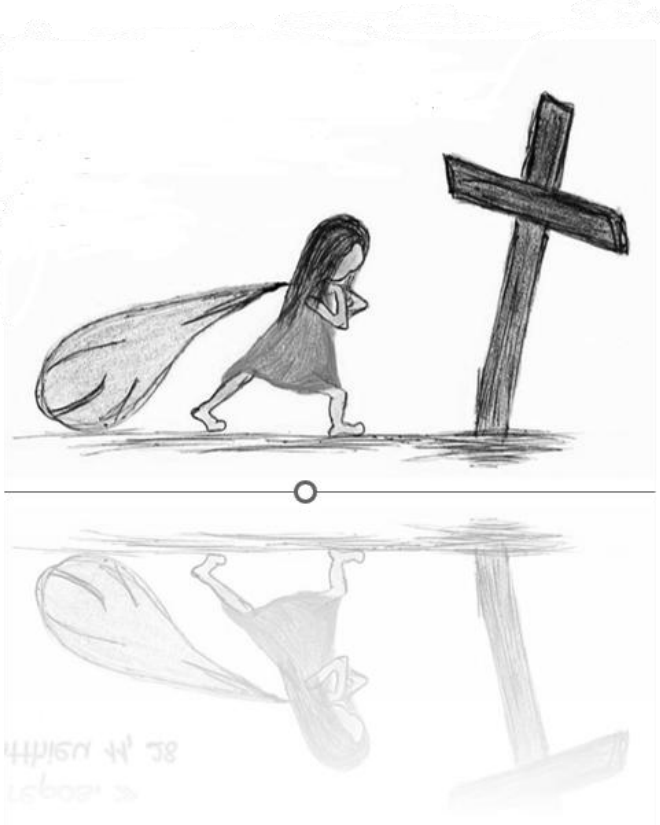
Matthieu 11, 28-30

Il existe des paroles qui traversent les années sans perdre leur force. **Parmi elles, celles de Jésus : « Venez à moi,** vous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je **vous donnerai du repos. » Matthieu 11.28. Ces mots** *ne s'adressent pas seulement aux adultes écrasés par les* responsabilités. Ils touchent aussi les plus petits, **ceux dont on oublie parfois les fardeaux silencieux.** Les enfants portent aussi des poids trop lourds pour leurs épaules. Ils sont souvent brisés de l'intérieur. *Pour nous aider à entendre l'appel de Jésus aujourd'hui,* j'aimerais vous raconter quatre expériences. *4 enfants, 4 histoires différentes, mais un même besoin*: trouver refuge, paix et repos. Et dans chacune de ces histoires, Jésus s'approche, écoute, et répond.



Matthieu 11, 28-30

Si nous commencions par une histoire...



C'était la fin d'une première journée bien remplie au camp de vacances « À la recherche du repos véritable ». Les enfants rentraient vers leurs cabanes après les jeux, les chants et les activités. Le soleil se couchait derrière les arbres, et le sentier devenait doré, comme si Dieu avait posé une lumière spéciale dessus.

Quatre enfants marchaient ensemble. Ils ne se connaissaient pas vraiment, mais leurs pas les avaient rapprochés. En marchant, ils parlaient de leurs vies, un peu comme les disciples sur le chemin d'Emmaüs. Ils racontaient ce qu'ils avaient vécu, ce qui les inquiétait, ce qui leur faisait mal au cœur. Chacun partageait son histoire, ses questions, sans savoir que les autres portaient aussi un fardeau.

Alors qu'ils avançaient, un homme s'approcha doucement et se mit à marcher à côté d'eux. Ils ne l'avaient pas entendu arriver, mais sa présence était paisible, rassurante. Il écoutait leurs paroles comme s'il les connaissait déjà.

Les enfants se regardaient, un peu surpris, mais ils ne se sentirent pas menacés. Au contraire, ils avaient envie de parler, comme si cet homme comprenait tout.
Il leur demanda simplement : « De quoi parlez-vous en marchant ? »
À tour de rôle, les enfants qui avaient reconnu Jésus commencèrent à partager leurs expériences.

Voici le résumé de leurs histoires.

Les 4 histoires...

Séréna avait seulement neuf ans, mais elle devait s'occuper de ses deux petits frères pendant que sa mère travaillait tard. La famille avait peu d'argent pour vivre. La maman était souvent absente car elle devait cumuler plusieurs emplois. Séréna préparait les repas, aidait aux devoirs, consolait les pleurs. Parfois, elle se sentait trop petite pour être si grande. Un soir, épuisée, elle posa sa tête sur la table et soupira : « Jésus, je n'en peux plus. J'aimerais juste être une enfant comme les autres. Aide-moi à porter tout ça. »



Noah vivait maintenant une semaine chez son papa, une semaine chez sa maman. Depuis leur séparation, quelque chose s'était cassé en lui. Il ne le disait à personne, mais il pensait souvent : *« Si j'avais été plus sage… s'ils ne s'étaient pas disputés à cause de moi… peut-être qu'ils seraient encore ensemble. »*
Chaque fois qu'il entendait ses parents se parler avec tension, son ventre se nouait.
Un soir, dans sa chambre, il enfouit son visage dans son oreiller et murmura : « Jésus… je crois que c'est ma faute si tout est brisé. Je ne sais plus comment faire pour que tout redevienne comme avant.
Peux-tu me décharger du poids dans mon cœur ? »



Solan avait perdu son père quelques mois plus tôt. Il l'aimait tellement ! Depuis, il était déprimé et éprouvait des sentiments persistants de tristesse, d'impuissance, de vide et de désespoir. Il marchait comme dans un brouillard et n'avait plus goût à rien. De plus, il se posait beaucoup de questions sur le sens de la vie. Il n'arrivait plus à rire comme avant, et chaque fois qu'il voyait d'autres enfants jouer avec leur papa, son cœur se serrait de tristesse. Un après-midi, assis près de la tombe, il murmura : « Jésus, mon cœur est lourd.
Je ne sais pas comment continuer sans lui.
Comment peux-tu me consoler ? »



Isis n'aimait plus aller à l'école. Chaque jour, quelques camarades se moquaient d'elle, lui lançaient des insultes, ou lui prenaient ses affaires. Ils ne voulaient pas jouer avec elle à cause de la couleur de sa peau et se moquait de ses cheveux crépus. Ils lui disaient : « Tu n'es pas comme nous. Retourne d'où tu viens.»
Isis ne comprenait pas pourquoi il la traitait ainsi. Elle rentrait chez elle les yeux rouges, essayant de cacher sa tristesse pour ne pas inquiéter sa famille. Elle avait perdu confiance en elle et n'aimait plus se regarder dans le miroir. Un matin à son réveil, craintive de la journée d'école qui s'annonçait, elle dit : « Jésus, les mots qu'ils me disent me suivent partout et me brisent le cœur. J'aimerais être invisible. Est-ce que tu peux m'aider ? »





REPOS

Jésus donne le vrai repos.







Matthieu 11. 28-30

Après avoir écouté les enfants,
Jésus prit la parole et leur dit :

Je vous ai vus quand vous étiez fatigués.
J'ai entendu vos soupirs, même ceux que vous n'osiez pas partager.
J'ai vu vos larmes, celles qui ont coulé en silence.
Je connais les fardeaux que vous portez.

Venez à moi, vous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau.
Je vous donnerai du repos. Déposez ce qui vous pèse, ce qui vous inquiète, ce qui vous brise de l'intérieur.

Avec moi, vous ne porterez plus seuls ces charges.
Laissez-moi vous guider tous les jours. Ma manière de vivre ne vous écrasera pas.
Elle vous relèvera et vous donnera de l'espérance,
car je suis doux et humble de cœur.
Ce que je vous invite à prendre n'est pas difficile à porter et le fardeau que je confie est léger si vous prenez ma main.
Je marcherai avec vous, à votre rythme
et vous trouverez le repos que vos cœurs cherchent depuis si longtemps.

Matthieu 11. 28-30



Matthieu 11, 28-30

Les expériences de Séréna, Solan, Noah et Isis ressemblent à celles de milliers d'enfants dans le monde. Aujourd'hui encore, beaucoup d'enfants portent des fardeaux dans leur cœur. Et peut-être que toi aussi, tu en portes.

Qu'est-ce qu'un fardeau ?

Un fardeau, c'est comme un sac à dos très lourd que l'on porte et qui nous épuise. La charge rend chaque pas difficile. Parfois, on ne le voit pas de l'extérieur, mais il pèse dans notre cœur. On voudrait s'en débarrasser, mais on ne sait pas comment faire.



Un enfant peut porter un fardeau quand il se sent négligé ou pas aimé, quand on se moque de lui, quand il n'arrive pas à se faire des amis, quand il y a un stress permanent à la maison et à l'école, quand il est harcelé, quand il n'y a pas assez d'argent pour subvenir à ses besoins, quand il est en situation de handicap, quand il vit dans une région touchée par la guerre, quand il se sent différent des autres, quand il n'a pas confiance en lui.

Venez à moi, vous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau.
Je vous donnerai du repos.

C'est justement là que les paroles de Jésus deviennent si précieuses pour toi. Il ne demande pas de devenir plus fort pour porter ce fardeau. Il ne dit pas de faire semblant que tout va bien. Il dit simplement : « Viens à moi. » Comme si Jésus ouvrait ses bras et disait : « Tu n'as pas besoin de porter tout cela tout seul. Donne-moi ton sac trop lourd. Repose-toi sur moi. »

Le repos dont parle Jésus, ce n'est pas seulement quand les problèmes disparaissent. Ce n'est pas juste quand tout devient facile. Le vrai repos que Jésus donne, c'est une paix dans le cœur, même quand les choses ne vont pas très bien. C'est une tranquillité que Dieu met à l'intérieur de toi. Ce repos-là est don, grâce et il ne dépend pas de ce qui se passe autour de nous, mais de la présence de Jésus.



“ Libéré, délivrée ! ”





Matthieu 11, 28-30



“ Du fardeau au repos. ”

Il y a un chemin spirituel à parcourir pour passer du fardeau au repos. Cela nécessite souvent de la patience. Quand tu viens à lui, le repos que Jésus donne devient une nouvelle façon de vivre. Voilà pourquoi, il recommande de se laisser guider avec ses enseignements. Sa manière de vivre ne t'écrasera pas, car il est doux et humble de cœur. Au contraire, elle te relèvera et te donnera de l'espérance.

Le repos que donne Jésus permet à ton cœur de se calmer, à tes pensées de se renouveller, à ton corps de retrouver de la force, et à ton esprit de se remplir de sa présence.



Le repos en 5 lettres

R Le repos que Jésus nous donne ressemble à un grand cadeau rempli de belles choses. Quand on est dans le repos, on expérimente la restauration. Dieu répare ce qui était abîmé et brisé en nous, comme un artisan qui redonne vie à une pièce précieuse. Dans ce repos, l'on trouve un refuge, un lieu sûr où notre cœur peut se cacher quand la vie devient trop lourde. Le repos s'accompagne aussi d'un rafraîchissement, une fraîcheur physique et spirituelle qui redonne souffle et force, comme une eau vive dans un désert. Le repos de Jésus nous conduit alors sur un chemin où l'on grandit, où l'on guérit, où l'on se relève chaque fois que l'on tombe.

E Le repos que Jésus offre ouvre notre cœur à une espérance qui ne dépend pas des circonstances, à une confiance en Dieu qui tient ses promesses. Dans ce repos, Jésus nous accorde aussi son écoute et son attention. Il accueille nos mots, nos expériences, nos silences, nos larmes et nos joies, et rien de ce que nous vivons ne lui échappe. Et nous bénéficions du privilège de son éclairage, telle une lumière intérieure qui nous aide à comprendre son enseignement, à discerner le bien du mal et à avancer sans crainte.

P Le repos que Jésus donne permet de faire l'expérience d'une paix profonde. Celle-ci s'accompagne de sa protection. Comme un parent qui veille sur son enfant, Jésus garde nos pas, apaise nos peurs et nous entoure de sa bienveillance. Et au cœur de tout cela, il y a sa présence, une présence fidèle, constante, qui ne nous quitte pas, même lorsque la tristesse, la peur, le doute, la peine nous gagnent.



Matthieu 11, 28-30

Séréna, Solan, Noah et Isis ont fait quelque chose de remarquable dans leurs moments difficiles. Ils sont venus à Jésus, en priant et en demandant son aide.

Et toi ? Veux-tu confier tes fardeaux à Jésus ?

Le repos que Jésus nous donne est comme un chemin où il marche avec nous, et nous guide quand on ne sait plus où aller. Il nous y apprend l'obéissance, non pas pour nous compliquer la vie, mais pour nous montrer ce qui est bon et nous garder en sécurité. Ce repos vient aussi de l'offrande que Jésus a faite : il a donné son cœur et sa vie par amour pour nous. Le repos de Jésus ressemble à une oasis dans le désert, un endroit frais et tranquille où l'on peut reprendre des forces quand on est fatigué.

Le repos que Jésus donne est aussi un moment où l'on s'arrête dans le calme, loin des bruits environnants. Dans le silence, Jésus nous apprend à écouter autrement, non pas seulement avec les oreilles, mais avec le cœur. Ce silence n'est pas vide : il est rempli d'une présence qui apaise. Ce repos nous apporte aussi de la stabilité, comme un rocher solide sur lequel on peut tenir debout même quand la vie ressemble à une tempête. Avec Jésus, on vacille moins, car il devient notre point d'appui. Et tout cela nourrit notre spiritualité. Notre relation avec Jésus grandit, s'approfondit, et nous aide à marcher chaque jour avec un cœur plus calme, plus confiant, plus proche de lui.

Viens à moi !





Matthieu 11. 28-30

Tu peux (faire) écrire tes fardeaux et dire ta prière.

Accompagnement par des adultes

Les parents et les adultes sont invités à faire la lecture aux enfants qui ne savent pas encore bien lire. Ils peuvent aider l'enfant à confier ses fardeaux à Dieu, par la prière, en les écrivant ou en les exprimant oralement. Pour cela, ils veillent à créer un climat de confiance et de sérénité, propice à la parole, en l'écoutant sans juger ni banaliser de ce qu'il traverse. Ils l'encouragent à trouver ses propres mots pour s'adresser à Dieu et lui font comprendre que toute préoccupation, même minime, peut lui être confiée. Déposer un fardeau devient ainsi un geste de confiance en un Dieu qui accueille les émotions avec bonté et douceur. En accompagnant l'enfant dans cette démarche et en la vivant eux-mêmes, les adultes témoignent d'un Dieu qui écoute et apaise, et lui font découvrir que le repos en Dieu se construit progressivement, au fil du cheminement de foi.

Christel Zogning Meli
Responsable du Service catéchétique de l'EPUB

Crédits photos
depositphotos.com ; coollibri.com ; freepik.com ; pngtree.com ; dreamstime.com ; shutterstock.com ; alamyimages.fr ; depositphotos.com ; istockphoto.com ; pngtree.com ; vecteezy.com ; supercoloring.com.