



# 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 cieus 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

Je -  
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.