



**MOUVEMENT  
LAUDATO SI'**

Catholiques pour notre maison commune



# Advent 2025

“Preparai o caminho do Senhor; endireitai as suas veredas.” (Mt 3:3)



# Pèlerinage de l'avent : marcher sur les traces des vertus de Laudato Si'

« Préparez le chemin du Seigneur, rendez droits ses sentiers. » (Mt 3,3)

« Le Fils, qui le reflète, et par qui tout a été créé, s'est uni à cette terre quand il a été formé dans le sein de Marie. » (Laudato Si' 238)

« Puisse la force de l'espérance remplir notre présent, dans l'attente confiante du retour du Seigneur Jésus-Christ, à qui reviennent la louange et la gloire, maintenant et pour les siècles à venir. » Spes Non Confundit, Bulle d'indiction de l'année jubilaire ordinaire 2025

L'avent est un appel à garder nos cœurs éveillés pour attendre avec joie la venue du Seigneur, qui est déjà présent dans notre histoire. Aujourd'hui, cette attente nous invite également à ouvrir les yeux sur la crise sociale et environnementale qui touche notre maison commune. La clameur de la Terre et la clameur des pauvres nous appellent à la conversion.

Tout au long de cette année, l'Église tout entière a été appelée à entreprendre un pèlerinage d'espérance. Le jubilé 2025 nous a rappelé que l'espérance chrétienne, enracinée dans l'amour de Dieu, ne déçoit jamais (Rm 5,5). Dans ce même esprit, la conférence Susciter l'espérance a réuni des leaders religieux, sociaux, scientifiques et politiques pour célébrer les dix ans de Laudato Si' et de l'Accord de Paris sur le climat, nous appelant à susciter ensemble l'espérance et à renouveler notre engagement à prendre soin de notre maison commune.

Lorsque nous pensons à un pèlerinage, nous imaginons souvent un sanctuaire lointain. Pourtant, dans ce pèlerinage de l'avent, le voyage se fait dans le cœur. Il ne s'agit pas d'un voyage physique, mais d'une transformation intérieure. Il ne s'agit pas d'ajouter de nouvelles choses à faire, mais plutôt d'une invitation à vivre chaque moment ordinaire de l'avent comme une étape de conversion écologique.

Cette carte du pèlerin est un guide pour visiter sept vertus écologiques qui nous mèneront à notre destination : la crèche, où l'espérance renaît et où toute la création est renouvelée. Chaque étape de ce pèlerinage de l'avent devient une occasion de louer, de rendre grâce, de prendre soin et de vivre avec humilité et simplicité, en nourrissant la paix intérieure et la joie qui jaillissent de notre rencontre avec le Christ et toute la création.

Que cette période sacrée nous encourage à cheminer ensemble vers Noël avec espérance, gratitude et joie, afin que le Christ puisse renaître en nous et dans toute la création.

## Comment utiliser cette carte

- **Choisissez les vertus** que vous souhaitez cultiver pendant cette période de l'avent. Vous pouvez en sélectionner une par semaine ou en choisir plusieurs et les explorer à votre rythme.

Chaque vertu est un lieu à visiter dans le cœur. Ce n'est pas une tâche supplémentaire à accomplir, mais une façon de vivre vos moments ordinaires de l'avent.

- Créez votre propre parcours : Identifiez un moment ou une activité dans votre routine de l'avent. Ensuite, associez-le à une vertu écologique. Enfin, définissez une action spécifique qui exprime cette vertu.
- **Partagez votre pèlerinage** à travers des récits ou des photos sur le [Padlet](#) ou en utilisant [#AventLaudatoSi](#) sur vos réseaux sociaux.



# Louange

« Louez-le, soleil et lune, louez-le, tous les astres de lumière ; vous, cieus des cieus, louez-le, et les eaux des hauteurs des cieus. Qu'ils louent le nom du Seigneur : sur son ordre ils furent créés. » (Ps 148,3-5)

« Le monde [...] un mystère joyeux que nous contemplons dans la joie et dans la louange. »  
(Laudato Si' 12)

L'avent nous prépare à contempler le mystère de l'Incarnation, où « le Verbe s'est fait chair, il a habité parmi nous » (Jn 1, 14), prenant la matière de cette Terre. Cette période nous rappelle que le monde n'est pas seulement la nature, mais la création, un don du Père. Chaque créature, par sa simple existence, bénit et glorifie Dieu. La louange est notre voix dans cette symphonie cosmique. L'avent nous invite à nous réveiller de l'agitation quotidienne et à redécouvrir la crainte et l'émerveillement devant la création.

**Pratique :** Lorsque vous décidez votre maison, faites en sorte que chaque décoration rende hommage au Créateur pour le don de la création. Utilisez des matériaux naturels ou réutilisables, et placez une plante vivante ou une bougie de l'avent pour vous rappeler la lumière du Christ sur Terre.





# Gratitude

« Car Dieu a tellement aimé le monde qu'il a donné son Fils unique, afin que quiconque croit en lui ne se perde pas, mais obtienne la vie éternelle. » (Jn 3,16)

« La création peut seulement être comprise comme un don qui surgit de la main ouverte du Père de tous, comme une réalité illuminée par l'amour qui nous appelle à une communion universelle. » (Laudato Si' 76)

La gratitude naît lorsque nous reconnaissons que toute la création est un don divin. Chaque créature témoigne de la générosité de Dieu. L'avent nous invite à nous souvenir que la venue du Christ est l'expression suprême de ce don : Dieu se donne entièrement par amour pour le monde. Vivre dans la gratitude, c'est imiter l'amour désintéressé de Dieu.

**Pratique :** Avant les repas ou les réunions, prenez le temps de rendre grâce pour la nourriture, pour les mains qui l'ont préparée et pour la Terre qui la nourrit.



# Sobriété

« Vous le savez : c'est le moment, l'heure est déjà venue de sortir de votre sommeil. » (Rm 13,11)

« Si nous nous sentons intimement unis à tout ce qui existe, la sobriété et le souci de protection jailliront spontanément. » (Laudato Si'11)

L'avent, temps de conversion, nous invite à nous réveiller et à réorganiser nos désirs. La sobriété n'est pas une privation, mais une liberté, un détachement joyeux qui fait place à ce qui compte vraiment. La sobriété est l'antidote à la culture du gaspillage et au paradigme consumériste qui favorisent la dégradation de l'environnement et les inégalités. L'avent nous enseigne que l'épanouissement ne se trouve pas dans l'abondance, mais dans la simplicité, en préparant un espace humble pour la venue du Christ.

**Pratique :** Lorsque vous achetez des cadeaux ou préparez des fêtes, choisissez uniquement ce qui est vraiment nécessaire. Privilégiez les produits locaux et issus du commerce équitable, et choisissez ceux qui sont fabriqués dans le respect des personnes et de la planète.



# Humilité

« Et elle mit au monde son fils premier-né ; elle l'emballota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait pas de place pour eux dans la salle commune. » (Lc 2,7)

« La disparition de l'humilité chez un être humain, enthousiasmé malheureusement par la possibilité de tout dominer sans aucune limite, ne peut que finir par porter préjudice à la société et à l'environnement. »  
(Laudato Si' 224)

L'humilité est fondamentale pour reconnaître notre identité de créatures dépendantes du Créateur et rejeter l'idée d'une domination néfaste sur la Terre. La crise écologique reflète notre incapacité à reconnaître nos limites. La crèche révèle l'humilité divine : le Christ est né dans la vulnérabilité et la pauvreté, parmi les marginalisés. L'avent nous invite à nous agenouiller devant ce mystère, à redécouvrir notre place parmi toutes les créatures et à marcher avec bienveillance sur la Terre.

**Pratique :** Lorsque vous rendez visite à quelqu'un ou recevez des invités, soyez attentif, écoutez attentivement, partagez du temps plutôt que des objets et appréciez la simplicité. Utilisez les transports en commun ou partagés pour voyager et utilisez de la vaisselle réutilisable.





# Attention

« Comme un berger, il fait paître son troupeau : son bras rassemble les agneaux, il les porte sur son cœur. »  
(Is 40,11)

« L'amour, fait de petits gestes d'attention mutuelle, est aussi civil et politique, et il se manifeste dans toutes les actions qui essaient de construire un monde meilleur. » (Laudato Si' 231)

Le mystère de l'Incarnation révèle que Dieu s'est fait partie intégrante de la création pour la racheter. Cela exige une conversion écologique afin de guérir nos relations brisées avec les autres et avec la planète. L'attention est une expression de la tendresse de Dieu et trouve ses racines dans la fraternité universelle. Les petits gestes quotidiens sont des moyens profonds de témoigner de notre amour, en cultivant la solidarité et en évitant l'exploitation. L'avent nous oriente vers le Royaume de paix et de justice, où prendre soin les uns des autres et de la Terre sont une seule et même vocation.

**Pratique :** Participez à une action sociale ou écologique. Intégrez la justice sociale et le respect de la Terre, car tous deux sont des expressions de l'amour qui renouvelle le monde. Protégez la vie partout où elle est menacée.





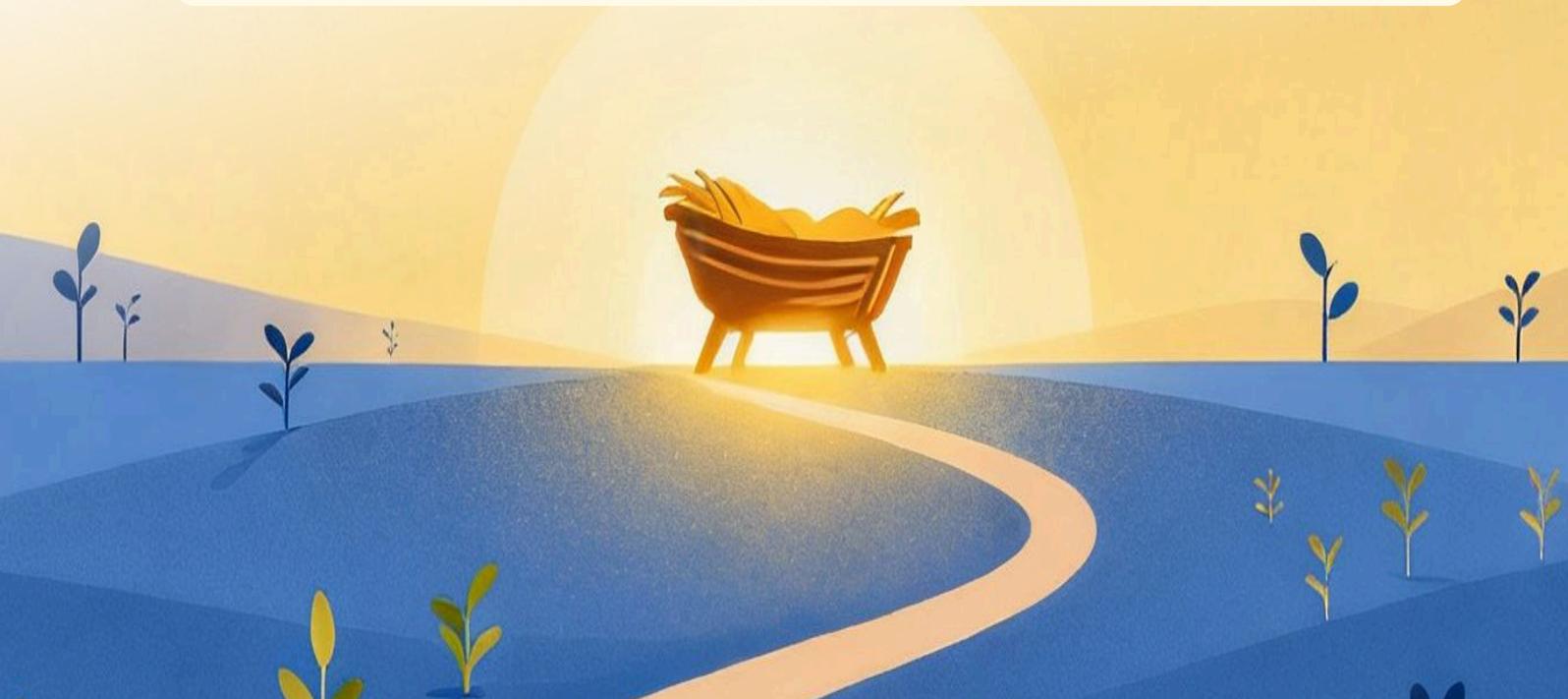
# Paix intérieure

« Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'Il aime. » (Lc 2,14)

« La paix intérieure des personnes tient, dans une large mesure, de la préservation de l'écologie et du bien commun, parce que, authentiquement vécue, elle se révèle dans un style de vie équilibré joint à une capacité d'admiration qui mène à la profondeur de la vie. » (Laudato Si' 225)

Dans le calme de l'avent, nous apprenons à écouter, à ralentir et à percevoir la présence de Dieu dans le silence. La paix intérieure naît de l'harmonie avec Dieu, avec les autres et avec la création. Lorsque nous cultivons la paix intérieure, nous contribuons à la paix dans le monde.

**Pratique :** Remarquez les pauses. Lorsque le silence s'installe au cours de la journée, entre deux tâches, deux conversations ou deux sons, résistez à l'envie de le combler. Laissez-le devenir un lieu de rencontre.





# Joie

« Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle, qui sera une grande joie pour tout le peuple : Aujourd’hui, dans la ville de David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur. » (Lc 2,10-11)

« Marchons en chantant ! Que nos luttes et notre préoccupation pour cette planète ne nous enlèvent pas la joie de l’espérance. » (Laudato Si’ 244)

L’avent est un temps d’attente joyeuse. La joie est le fruit de l’espérance en Dieu qui accomplit ses promesses. Elle nous soutient dans nos luttes et renouvelle nos forces pour le chemin vers la conversion écologique. La joie de l’avent nous conduit à redécouvrir la présence de Dieu en toutes choses et à célébrer la promesse d’un monde renouvelé.

**Pratique :** La liturgie et la prière sont aussi le chant de la Terre. Célébrez avec votre famille ou votre communauté, en vous souvenant que toutes les créatures se joignent à votre louange. Vivez la joie de savoir que vous faites partie d’une communion universelle.





# la crèche

« Car Dieu a jugé bon qu'habite en lui toute plénitude et que tout, par le Christ, lui soit enfin réconcilié, faisant la paix par le sang de sa Croix, la paix pour tous les êtres sur la terre et dans le ciel. » (Col 1,19- 20)

« Dès le commencement du monde, mais de manière particulière depuis l'Incarnation, le mystère du Christ opère secrètement dans l'ensemble de la réalité naturelle. » (Laudato Si' 99)

À la fin du voyage, nous arrivons à la crèche, le lieu où Dieu réconcilie toutes choses. C'est là que naît l'espérance. Le cœur s'émerveille devant le mystère d'un Dieu qui choisit de naître dans la simplicité et la fragilité de la création. Dans cet humble silence, tout retrouve son sens. Dans cette naissance, toute la création est renouvelée.

Alors que nous contemplons la crèche, que l'émerveillement et l'espérance naissent en nous. Attendons avec joie la plénitude de son Royaume de justice, de paix et d'harmonie avec toute la création.

