



**ÉGLISE CATHOLIQUE  
EN CHARENTE**  
Diocèse d'Angoulême

---

Changer son regard

---

RENCONTRE AVEC CHEMIN D'ESPÉRANCE 16

**Samedi 10 septembre 2022 de 11h15 à 17h00**

*Repas partagé avant la rencontre ; chacun (e) apporte assiette -couvert et un plat pour 5 personnes*

Un regard en dit souvent plus long qu'une parole

**Un regard d'amour peut changer une vie, comme un regard de haine ou de mépris peut détruire !**



Il est important de voir comment je regarde ma vie. Mon comportement et mes relations dépendent de mon regard .

Prendre conscience du regard des autres sur moi est nécessaire, pour m'en libérer s'il n'est pas ajusté, ou pour m'aider à grandir s'il est Amour et Vérité. Mais le regard que Dieu porte sur moi est essentiel.

#### **Des questions pour préparer notre rencontre**

- Quel regard je porte sur moi, sur ma vie ?
- Quel est le regard des autres (mon ex-conjoint, mes enfants, ma famille, mes amis, mes collègues...) sur moi ?
- Quel est le regard de Dieu, du Christ sur moi ?
- Quels regards me construisent ? Quels regards me détruisent ?

#### **Avec la parole de dieu**

**Avant la rencontre, nous vous invitons à méditer l'Évangile de Luc 13, 10-17**, en m'arrêtant sur ce qui anime les uns et les autres pour regarder et voir ; et comment le regard de chacun agit, inter-agit, fait réagir...

Entré dans la ville de Jéricho, Jésus la traversait.

Or, il y avait un homme du nom de Zachée ; il était le chef des collecteurs d'impôts, et c'était quelqu'un de riche. Il cherchait à

voir qui était Jésus, mais il ne le pouvait pas à cause de la foule, car il était de petite taille. Il courut donc en avant et grimpa sur un sycomore pour voir Jésus qui allait passer par là.

Arrivé à cet endroit, Jésus leva les yeux et lui dit : « Zachée, descends vite : aujourd'hui il faut que j'aie demeurer dans ta maison. »

Vite, il descendit et reçut Jésus avec joie.

Voyant cela, tous récriminaient : « Il est allé loger chez un homme qui est un pécheur. »

Zachée, debout, s'adressa au Seigneur : « Voici, Seigneur : je fais don aux pauvres de la moitié de mes biens, et si j'ai fait du tort à quelqu'un, je vais lui rendre quatre fois plus. »

Alors Jésus dit à son sujet : « Aujourd'hui, le salut est arrivé pour cette maison, car lui aussi est un fils d'Abraham.

En effet, le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu

## Pour aller plus loin

## Regarder

Regarder, c'est plus que voir.

Dans le mot regarder, il y a le mot garder.

On garde une image de quelqu'un, on garde le souvenir de quelqu'un.

Regarder, c'est mettre tout son être en action. C'est se mettre à l'affût de l'autre, l'attendre, le guetter, le surprendre. C'est lui donner toutes ses chances.

Un regard d'amour, c'est fou ce que ça peut changer une vie.

Un regard de haine, c'est fou aussi ce que ça peut détruire. Un regard, c'est plus qu'une parole, plus qu'un discours.

Il est des regards qui vous éveillent, d'autres au contraire qui vous glacent.

Certains, quand ils vous regardent vous ne savez plus où vous mettre, ce ne sont pas des regards qui vous font vivre.

Il est aussi des regards distraits qui vous effleurent à peine, qui vous voient sans vous regarder.

Mais il en est d'autres qui vous font naître, qui vous font être.

Ces regards-là ne vous jugent pas, ne vous possèdent pas.

Ils ont dans les prunelles comme des éclairs malicieux. Ils vous disent : « Mais vas-y, vas-y donc, n'aie pas peur. » Ces regards vous aident à être vous-même et plus que vous-même. Ils vous aident à vous risquer au-delà de vous, un peu comme le regard de Dieu, un Dieu qui aime, un dieu qui pardonne.

Notre regard devient à son tour regard de bonté, de tendresse, de pardon, après une bêtise ou un mot malheureux, un coup de gueule.

Et nous voilà réconciliés avec nous-même, en paix avec les autres, transformés à cause du regard de l'autre.

Robert Riber, Mille textes, (Editions Les Presses d'Ile de France, 1996.)