

4e DIMANCHE DU TEMPS ORDINAIRE – ANNÉE A

Zep 2,3 & 3,12-13 ; 1 Co 1,26-31 ; Mt 5,1-12

Les Béatitudes reconstruisent nos cœurs et font de nous des signes de la paix, de la miséricorde et de la justice de Dieu.

INTRODUCTION

Un voyageur s'arrêta un jour sur un chantier et demanda à un vieux maçon : « Que construisez-vous ? »

Sans lever les yeux, le maçon répondit :

« Je façonne un lieu où des personnes que je ne rencontrerai jamais pourront un jour trouver refuge. »

Le voyageur comprit que cet homme ne posait pas seulement des pierres :

il bâtissait quelque chose qui le surpasserait.

Nos vies sont semblables.

Jour après jour, choix après choix, nous formons la maison intérieure où nos cœurs habiteront.

Certains jours, nous construisons bien ; d'autres, nous nous pressons ou faisons des compromis.

Pourtant, Dieu, dans Sa patience, continue de nous offrir un plan : une manière de construire avec sens et joie.

L'Évangile d'aujourd'hui nous donne ce plan : les Béatitudes, la vision surprenante de Jésus pour une vie accomplie.

Elles sont plus que des promesses ; elles sont des invitations : vivre avec douceur, chercher le bien même quand cela coûte, porter la miséricorde là où les blessures sont profondes, et faire confiance à Dieu avec un cœur humble.

Alors que nous commençons notre célébration, prions le Seigneur de toucher ce qui doit être reconstruit en nous, afin que la maison que nous formons avec nos jours soit solide, belle et remplie de Sa bénédiction.

ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus, Tu nous montres le chemin de l'humilité et de la confiance. Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, Tu guéris nos blessures avec miséricorde et patience. Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus, Tu plantes en nous le désir de justice et de paix. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu qui connaît les recoins secrets de nos cœurs verse sur nous Sa miséricorde,
enlève le fardeau qui pèse sur nos âmes,
et restaure en nous la joie d'être Ses enfants bien-aimés,
afin que nous puissions nous tenir devant Lui avec des cœurs renouvelés,
prêts à entendre Sa Parole et à marcher dans Sa paix.
Amen.

INVITATION AU GLORIA

Avec des cœurs reconnaissants, louons le Dieu
qui bénit les pauvres en esprit,
console les affligés,
et élève les humbles.
Glorifions Celui
dont l'amour transforme notre monde.

COLLECTE (Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle uniquement)

Dieu des humbles et des cœurs purs,
Ton Fils nous a ouvert le chemin d'une vie profonde,
joyeuse et pleine.
Plante en nous le désir de chercher ta justice,
le courage de vivre avec miséricorde,
et la force tranquille d'un cœur ancré en Toi.
Forme nos pensées et nos choix
à la sagesse des Béatitudes,
pour que nous reconnaissons Ta bénédiction
dans chaque instant de notre vie.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

HOMÉLIE – Normes pour une Vie Accomplie : Les Félicitations de Dieu

Il était une fois un vieux charpentier qui avait travaillé fidèlement pendant des décennies. Un jour, son employeur lui demanda de construire une dernière maison. Le charpentier accepta — mais son cœur n'y était plus. Il

choisit des matériaux moins chers, précipita le travail et fit des compromis partout.

Lorsque la maison fut terminée, l'employeur lui tendit les clés et dit :

« Tu as construit cette maison pour toi. C'est mon cadeau de remerciement pour toi. »

Le charpentier resta sans voix — sa propre œuvre imparfaite était maintenant sa maison.

La vie est la maison que nous bâtissons.

Jésus nous donne les Béatitudes afin que nos vies — notre maison intérieure — deviennent solides, belles et accomplies.

Les Béatitudes sont les normes de Jésus pour une vie accomplie ... et les félicitations de Dieu pour tous ceux qui les vivent.

Voyons aujourd'hui plusieurs d'entre elles, chacune illustrée par une petite histoire.

1. « Heureux les doux » — La force de la non-violence

Il y a des années, un professeur d'université entra dans sa

salle de classe et trouva deux étudiants en dispute. L'un était agressif, prêt à se battre ; l'autre resta calme et dit :
« Je refuse de t'insulter en retour — tu es mon ami même si tu ne le ressens pas pour le moment. »

Sa sérénité désarma le conflit. L'étudiant en colère éclata en larmes :

« J'avais juste besoin de quelqu'un qui ne se batte pas contre moi aujourd'hui. »

La douceur n'est pas une faiblesse.

C'est la force maîtrisée — le courage de résister à la violence, y compris la violence des mots.

Nous le voyons à grande échelle dans la résistance non-violente de Gandhi, dans le combat pacifique de Martin Luther King Jr., et dans les mouvements de prière pacifique de 1989.

Les doux héritent du monde parce qu'ils le transforment.
Heureux les doux — heureux les non-violents — heureux ceux qui désarment.

2. « Heureux ceux qui ont faim et soif de justice » — Le désir du chemin de Dieu

Un homme d'affaires paya un jour les courses d'une mère en difficulté qui se tenait devant lui à la caisse, incapable de payer sa nourriture.

Quand elle demanda : « Pourquoi m'aideriez-vous ? » il répondit :

« Je veux vivre dans un monde où les gens font ce qui est juste — alors je commence par moi-même. »

Ce petit geste montre ce que Jésus veut dire : désirer profondément ce qui est juste, non seulement pour soi, mais pour le monde.

La justice biblique n'est pas seulement la justice humaine — c'est la relation juste avec Dieu, et donc avec les autres. Jésus promet :

« Si vous avez faim de la justice de Dieu, vous serez rassasiés. »

Pas peut-être. Pas un jour.

Vous le serez.

3. « Heureux les miséricordieux » — Le pouvoir d'un cœur tendre

Une jeune infirmière raconta comment elle soignait un vieil homme qui se plaignait souvent durement. Les autres infirmières l'évitaient, mais elle dit : « Je pense qu'il est seul. »

Un jour, il murmura : « Merci de ne pas m'avoir abandonné. »

Son cœur se radoucit. Le sien aussi. La miséricorde transforma les deux.

La miséricorde signifie ceci :

- Je ne traite pas les gens seulement comme ils le méritent.
- Je donne ce que Dieu me donne : patience, chaleur, compréhension.

Quand Jésus dit : « Ils obtiendront miséricorde », Il veut dire :

« Donne le cœur de Dieu aux autres, et Dieu te donnera Son cœur. »

La miséricorde est la monnaie douce du royaume de Dieu.

4. « Heureux les cœurs purs » — Voir Dieu avec des yeux neufs

Une petite fille demanda un jour à sa grand-mère : « Comment vois-tu Dieu ? »

La grand-mère répondit : « Quand ton cœur est calme, tu commences à Le remarquer partout. »

L'enfant fit une pause et murmura : « Je crois que je L'ai vu dans le lever du soleil aujourd'hui. »

La pureté de cœur ne signifie pas être sans défaut.

C'est avoir un cœur indivisé, où Jésus seul habite.

Un cœur pur voit le monde autrement :

- Là où les autres voient le hasard, il voit la providence.
- Là où les autres voient la nature, il voit un Créateur.
- Là où les autres voient la tragédie, il voit la proximité cachée de Dieu.

« On ne voit bien qu'avec le cœur », écrivait Saint-Exupéry.

Les cœurs purs commencent à voir Dieu déjà dans ce monde.

5. « Heureux les pauvres en esprit » — Se tenir devant Dieu les mains vides

Une femme riche rencontra un jour Mère Teresa et dit : « Je veux aider les pauvres. Que puis-je vous donner ? »

Mère Teresa répondit : « Vos mains. »

La femme parut confuse.

« Oui », sourit Mère Teresa. « Utilisez-les pour servir. C'est un don que l'argent ne peut acheter. »

La pauvreté d'esprit signifie :

« Je dépends entièrement de Dieu. Tout est don. »

C'est une confiance enfantine :

« Père, j'ai besoin de Toi en tout. »

Ceux qui se tiennent devant Dieu les mains vides — mains reconnaissantes — sont ceux qu'Il peut remplir.

Jésus dit : « Le royaume des cieux est à eux. »

Pas sera — est déjà.

Ils vivent déjà dans le monde de Dieu.

6. « Heureux ceux qui pleurent » — Des cœurs qui ne peuvent ignorer la souffrance

Une jeune enseignante remarqua qu'un de ses élèves

venait toujours à l'école affamé et fatigué. Au lieu d'ignorer le problème, elle commença à arriver tôt pour lui donner le petit déjeuner et un endroit sûr pour se reposer avant le cours.

Ses collègues dirent : « Tu prends trop sur toi. »

Elle répondit : « Je ne peux pas détourner le regard. »

Voilà ce que Jésus entend par pleurer :

pas la tristesse,

mais la compassion qui refuse d'ignorer la souffrance.

Ces personnes seront consolées —

non par de simples paroles,

mais par l'action de Dieu, la force de Dieu, l'intervention de Dieu.

Marie – L'exemple parfait

Si vous comparez les Béatitudes avec le Magnificat de Marie, vous verrez qu'elles se reflètent mutuellement.

Marie est :

- pauvre en esprit — « Il a regardé l'humilité de sa servante »
- pure en cœur — « Que cela se fasse pour moi »

- miséricordieuse — elle apporte Jésus, visage de la miséricorde, au monde

- affamée de justice — « Il élève les humbles »

- douce — elle n'impose jamais, elle offre seulement

- parmi ceux qui pleurent — elle souffre avec le Christ pour le monde

Pas étonnant qu'elle dise : « Toutes les générations me diront bienheureuse. »

Les félicitations de Dieu reposent pleinement sur elle.

Le rêve de Jésus pour un nouveau monde

Les Béatitudes sont le rêve de Jésus — le rêve de Dieu — pour un monde nouveau.

Au début, elles semblent irréalistes.

Mais elles décrivent la personne humaine accomplie — celle pleinement vivante en Dieu.

Vivre ainsi peut susciter incompréhension, critique, voire souffrance.

Mais cela apporte aussi liberté, joie et force intérieure — celle que le monde ne peut donner.

L'homme qui plante un olivier

Une vieille histoire du Moyen-Orient raconte un homme qui plantait un olivier.

Un passant rit : « Pourquoi planter un olivier ? Tu ne vivras jamais assez pour en manger les fruits ! »

L'homme sourit et répondit : « D'autres ont planté avant moi, pour que je puisse manger.

Maintenant c'est à mon tour de planter pour ceux qui viendront après moi. »

C'est l'esprit des Béatitudes.

Nous les vivons non seulement pour nous-mêmes, mais pour aider à bâtir le monde que Jésus rêve — un monde où la miséricorde, la pureté de cœur, l'humilité, la justice et la paix prennent racine.

Heureux êtes-vous — les félicitations de Dieu sont pour vous — lorsque vous choisissez cette manière de vivre.
Amen.

INVITATION AU CRÉDO

Les Béatitudes nous appellent à vivre différemment.

Professionnons maintenant la foi

qui guide nos pas, façonne notre espérance,
et fait de nous une seule famille en Christ.

Ensemble, nous proclamons :

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Frères et sœurs,

alors que nous déposons le pain et le vin sur l'autel,
mettons aussi notre désir

de vivre les Béatitudes avec sincérité et courage.

Prions pour que Dieu accepte ces dons
et transforme nos cœurs.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES (Adaptée aux lectures du [jour pour méditation personnelle uniquement](#))

Dieu de toute bénédiction,

reçois les dons que nous apportons

et les intentions que nous portons dans nos cœurs.

Alors que ces éléments simples deviennent le Corps et le
Sang du Christ, fais de nous un peuple qui a faim de ce qui

est juste, qui offre la miséricorde sans hésiter,
et qui apporte la paix là où la vie est blessée.
Que ce sacrifice nous rapproche du cœur de ton Fils,
qui vit et règne pour les siècles des siècles. Amen.

PRÉFACE (Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle uniquement)

Il est vraiment juste de Te rendre grâce et de Te louer,
Dieu de promesse et Dieu de bénédiction.

À chaque époque, Tu appelles ton peuple
à marcher sur le chemin de la confiance
et à bâtir sa vie sur ta Parole.

Tu as envoyé ton Fils Jésus
pour révéler la beauté d'un cœur façonné par Toi :
un cœur pauvre en esprit,
doux en force, rayonnant de miséricorde,
et ferme dans la justice.

Par Lui, Tu nous ouvres
le chemin des Béatitudes —
le chemin qui mène à la liberté, au sens et à la joie.

Et ainsi, avec tous ceux qui ont accueilli ta promesse,
avec Marie qui a entendu ta Parole,
et avec les saints qui ont vécu ta bénédiction,
nous nous joignons à l'hymne éternel de ta gloire :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Avec la confiance des enfants
qui savent qu'ils sont aimés,
prions le Père qui bénit les humbles
et accompagne les cœurs brisés.
Unis d'une seule voix, nous osons dire :

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout piège
qui vole notre paix et obscurcit nos cœurs.
Garde-nous fidèles dans les épreuves, doux dans les
conflits, et fermes lorsque la justice semble coûteuse.
Accorde que ton royaume —
le royaume promis aux pauvres en esprit —
puisse grandir au milieu de nous, en attendant avec joie la
venue de notre Sauveur, Jésus Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus Christ,

Tu as appelé bienheureux les artisans de paix
et leur as promis la joie d'être tes enfants.

Ne regarde pas nos échecs
mais le désir de paix que Tu as semé en nous.
Guéris ce qui nous divise, calme ce qui nous trouble,
et guide nos pas sur les chemins de réconciliation.
Accorde à ton Église et à notre monde
la paix qui naît de l'humilité et de la miséricorde.
Tu vis et règues pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Heureux sommes-nous
d'être invités au repas de l'Agneau —
Celui qui nourrit les affamés,
console les affligés,
et fortifie les humbles de cœur.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Jésus,
Tu viens à nous caché dans ce pain simple,

mais apportant la plénitude du ciel.

Calme nos cœurs

pour que les graines des Béatitudes que Tu plantes
aujourd'hui

poussent dans nos paroles, nos choix,
et dans les recoins silencieux de notre vie quotidienne.
Amen.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle uniquement)*

Dieu de toute bénédiction, Tu nous as nourris du Pain de
Vie et fortifiés par ta présence.

Alors que nous quittons cette table,
aide-nous à porter dans notre monde l'esprit des
Béatitudes :

agir avec justice, parler avec douceur, pardonner
rapidement, et marcher humblement avec Toi.

Que le don que nous avons reçu
porte du fruit dans des vies qui reflètent ton amour.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu qui bénit les pauvres en esprit
remplisse vos cœurs de confiance et de paix. Amen.
Que le Dieu qui console ceux qui pleurent
vous fortifie d'une espérance qui ne s'éteint jamais. Amen.
Que le Dieu qui appelle les miséricordieux, les doux,
et les cœurs purs « bienheureux »
forme votre vie par Sa grâce. Amen.
Et que la bénédiction du Dieu Tout-Puissant,
le Père, le Fils ✠ et le Saint-Esprit,
descende sur vous et demeure avec vous pour toujours.
Amen.

RENOI

Allez et bâtissez la maison de votre vie
sur la bénédiction du Christ. Allez en paix.

PENSÉE À EMPORTER

« Chaque jour, vous bâtissez la maison intérieure de votre
vie. Que chaque choix devienne une pierre de plus
façonnée par les Béatitudes. »

**2 février, lundi – La Présentation du Seigneur (Année
2) - Mal 3,1-4 (ou Héb 2,14-18) ; Lc 2,22-40**

INTRODUCTION

Il y a de nombreuses années, on a demandé à une vieille
dame ce qui la faisait continuer après la mort de son mari
et le départ de ses enfants. Elle sourit et répondit : «
Chaque matin, j'allume une bougie et je dis : 'Seigneur,
encore aujourd'hui.' Tant qu'il y a de la lumière, il y a une
raison d'espérer. »

Aujourd'hui, quarante jours après Noël, nous célébrons la
Fête de la Présentation du Seigneur, aussi appelée la
Chandeleur. Depuis le solstice d'hiver, les jours ont
lentement commencé à s'allonger — la lumière gagne du
terrain sur les ténèbres.

Dans le Temple de Jérusalem, deux personnes âgées,
Syméon et Anne, reconnaissent dans un petit enfant la
Lumière qu'ils ont attendue toute leur vie. Leur joie nous
enseigne que l'espérance ne vieillit pas et que les
promesses de Dieu n'expirent jamais.

Accueillons le Christ, Lumière du monde, dans nos vies et dans nos ténèbres.

ACTE PÉNITENTIEL

Frères et sœurs,
la Lumière est venue dans le monde,
et pourtant nous préférons souvent le confort des ombres.
Demandons au Seigneur sa miséricorde.

Seigneur Jésus, Lumière des nations,
tu éclaires nos ténèbres.
Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, Salut du monde,
tu viens à la rencontre de ceux qui attendent avec
espérance.
Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus, Gloire du peuple de Dieu,
tu appelles les jeunes et les anciens à marcher dans ta
lumière.
Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu tout-puissant, qui a envoyé son Fils comme
Lumière venant de la Lumière,
ait pitié de nous, pardonne nos péchés
et nous conduise des ténèbres à la vie éternelle. Amen.

INTRODUCTION AU GLORIA

Aujourd'hui est une fête de joie et de lumière.
Avec Syméon et Anne,
avec les anges et les saints,
avec l'Église sur la terre et dans le ciel,
élevons notre voix et chantons :
Gloire à Dieu au plus haut des cieux...

COLLECTE

(à lire selon le Missel)

HOMÉLIE

« Le jour où l'espérance est entrée dans le Temple »

Il y a quelques années, j'ai rencontré un vieil homme dans
une maison de retraite qui n'avait qu'une seule demande. Il

dit : « Père, quand je ne pourrai plus parler, assurez-vous qu'une bougie soit allumée près de mon lit. »

Quand j'ai demandé pourquoi, il répondit doucement : « Parce que la lumière dira ce que je ne pourrai plus dire — que j'attends encore Dieu. » – Cet homme avait compris Syméon.

L'Évangile d'aujourd'hui ne parle pas vraiment d'un rituel. Il parle d'attente — et de reconnaissance.

Le Temple ce jour-là était animé, bruyant et ordinaire. Beaucoup de parents venaient avec leurs enfants. De nombreuses prières étaient dites. Rien ne semblait extraordinaire.

Et pourtant, l'espérance est entrée tranquillement — portée dans les bras de Marie.

1. Deux personnes qui n'ont jamais cessé d'attendre

Syméon et Anne ne sont pas des figures sentimentales. Ils sont vieux. Très vieux.

Anne a quatre-vingt-quatre ans. Syméon a attendu si longtemps qu'il croit qu'il ne mourra pas avant que son espérance soit accomplie.

Et c'est important :

ils ne reconnaissent Jésus ni parce qu'ils sont intelligents, ni parce qu'ils sont éduqués, ni parce qu'ils sont puissants.

Ils le reconnaissent parce qu'ils ont passé leur vie à prier.

Ceux qui prient apprennent à voir autrement.

Ils ne sont pas aveuglés par les apparences.

Ils ne sont pas découragés par les retards.

Ils ne sont pas scandalisés par de petits commencements.

Là où d'autres voient un enfant pauvre, Syméon voit le salut.

Là où d'autres voient une famille ordinaire, Anne voit la délivrance.

L'espérance a entraîné leurs yeux.

2. Une rencontre des générations

Cet Évangile est l'une des plus belles scènes intergénérationnelles de la Bible.

Un jeune couple.

Un enfant nouveau-né.

Deux croyants âgés.

Les jeunes apportent la vie nouvelle.

Les anciens apportent la sagesse et la reconnaissance.

L'Église a besoin des deux.

Aujourd'hui, de nombreux parents viennent faire baptiser leurs enfants avec le même geste que Marie et Joseph ici :
« Seigneur, cet enfant n'est pas seulement à nous. Cet enfant t'appartient. »

Et souvent, à proximité, silencieux, se tiennent les grands-parents — des personnes qui ont prié pendant des décennies, qui portent la mémoire de la foi quand l'enthousiasme s'épuise.

Syméon et Anne représentent tous les grands-parents, les aînés, les religieux et religieuses, les âmes consacrées — ceux qui maintiennent la foi ferme quand d'autres apprennent encore à marcher.

Sans eux, l'enfant pourrait passer inaperçu.

3. La lumière est reconnue dans les ténèbres

Cette fête s'appelle la Chandeleur pour une raison.

Elle survient alors que l'hiver n'est pas encore terminé.

Les jours s'allongent — mais le froid demeure.

C'est souvent ainsi que la foi fonctionne.

Dieu n'attend pas que la vie soit parfaite.

Il entre alors que le monde est encore brisé.

Alors que les guerres continuent.

Alors que les jeunes s'inquiètent pour l'avenir.

Alors que les plus âgés se demandent ce qui reste.

Syméon ne dit pas : « Maintenant, le monde est réparé. »

Il dit : « Maintenant, j'ai vu le salut. »

La lumière n'efface pas les ténèbres instantanément.

La lumière donne du sens dans les ténèbres.

C'est pourquoi Syméon peut dire : « Maintenant, Seigneur, laisse ton serviteur s'en aller en paix. »

Non pas parce que tout est résolu — mais parce que l'espérance a un visage.

4. Le prix de la lumière

Et puis Syméon dit quelque chose d'inattendu.

Cet enfant sera un signe rejeté.

La lumière révèle.

Et tout le monde ne veut pas être vu.

Certains trébucheront sur le Christ.

Certains se détourneront.

Certains préféreront des lumières plus petites et plus sûres.

Mais la lumière du Christ n'est pas diminuée par le rejet.

Elle brille même depuis la croix.

Elle brille depuis le tombeau vide.

Et aujourd'hui, elle brille à nouveau tranquillement — sur cet autel.

5. Ce que cette fête nous demande

Cette fête nous demande trois choses :

- Continuer à prier, même quand les réponses tardent.
- Continuer à espérer, même quand le monde se fatigue.
- Continuer à porter la lumière, même quand elle semble faible.

Chaque bougie que nous bénissons aujourd'hui dit :

Les ténèbres sont réelles — mais elles ne sont pas définitives.

Histoire finale

Il existe une vieille coutume dans certaines familles : quand quelqu'un meurt, on place une bougie dans ses mains.

Non pour éclairer la pièce — mais pour dire :

Tu vas vers la Lumière.

Syméon a tenu un enfant ce jour-là.

Mais en vérité, c'est l'Enfant qui le tenait.

Que le Christ nous tienne aussi —
dans notre attente, dans notre vieillissement,
dans notre incertitude.

Et que nous quissions cette église comme des personnes
qui reconnaissent l'espérance lorsqu'elle apparaît,
et qui portent la Lumière jusqu'à pouvoir nous aussi dire :
« Mes yeux ont vu ton salut. »

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Présentons maintenant nos dons,
comme Marie et Joseph présentèrent leur enfant,
en demandant au Seigneur d'accepter nos vies
comme une offrande de lumière et d'amour.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

(à lire selon le Missel)

PRÉFACE

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut,
de te rendre grâce toujours et partout,
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

Car aujourd'hui ton Fils, éternel avec toi dans la gloire,
a été présenté au Temple et révélé par l'Esprit
comme la gloire d'Israël et la Lumière des nations.

En lui, le ciel rencontre la terre,
l'espérance rencontre l'accomplissement,
et l'humanité est accueillie dans ton plan de salut.

Ainsi, avec les anges et les saints,
nous proclamons ta gloire, et sans fin nous acclamons :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Unis comme une seule famille,
jeunes et vieux,
ceux qui espèrent et ceux qui attendent,
prions avec confiance le Père de la Lumière.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, nous te prions, de tout mal,
et conduis-nous doucement hors de tout ce qui assombrit
nos cœurs. Accorde la paix dans nos jours,
afin que, soutenus par ta miséricorde,

nous soyons libérés du péché
et courageux dans l'espérance,
en marchant dans la lumière de ton Fils
et en attendant l'accomplissement de tes promesses,
la bienheureuse espérance et la venue de notre Sauveur,
Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu es la Lumière qui brille dans les ténèbres
et la paix que tout cœur désire.

Ne regarde pas nos péchés, ni les peurs qui nous divisent,
mais la foi de ton Église, qui t'attend avec la confiance de
Syméon et la persévérance d'Anne.

Remplis-nous de la paix qui vient de ta présence,
une paix que le monde ne peut donner,
afin que, marchant dans ta lumière,
nous devenions des instruments de réconciliation
dans un monde blessé.

Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
voici celui qui enlève les péchés du monde.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Lumière venue de la Lumière,
tu es entré dans nos mains et dans nos cœurs.
Reste avec nous, Seigneur,
afin que ce que nous avons reçu dans la foi
brille dans nos vies par l'amour.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION

(à lire selon le Missel)

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu,
qui aujourd'hui a révélé son Fils
comme la Lumière des nations,
remplisse vos cœurs de sa paix.

Que le Christ,
que Syméon a reconnu avec joie,
guide vos pas dans l'espérance et la foi.

Que l'Esprit Saint
fasse de vous des porteurs de lumière
pour un monde en attente d'espérance.

Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez en paix, glorifiant le Seigneur par votre vie,
et portez sa lumière dans le monde.

PENSÉE À EMPORTER

Ne sous-estimez pas une petite lumière.
Une bougie dans le Temple a changé la vie de deux
vieillards.
Le Christ dans votre cœur peut encore changer le monde.

Mardi 3 février – 4^e semaine du Temps Ordinaire (Année II)

2 Samuel 18, 9–10.14.24–25.30–19,3 ; Marc 5, 21–43

INTRODUCTION

Une infirmière racontait qu'un jour, pendant une garde très chargée à l'hôpital, elle se précipitait dans un couloir lorsqu'un patient âgé attrapa doucement sa manche et lui murmura : « S'il vous plaît, ne passez pas si vite devant moi — je me sens invisible. »

Elle s'arrêta. Elle écouta. Elle prit la main du patient. Plus tard, elle dit : « Cette interruption a changé toute ma journée. »

Les lectures d'aujourd'hui parlent de ces interruptions — ces moments où la souffrance s'invite dans nos vies. Le roi David pleure amèrement son fils perdu. Jaïre supplie désespérément pour son enfant mourant. Une femme, souffrant silencieusement depuis douze ans, tend la main en secret, espérant ne pas être remarquée.

Comme eux, nous venons aujourd'hui avec nos soucis cachés, nos deuils familiaux, nos maladies longues, et nos peurs silencieuses.

Dans cette Eucharistie, le Christ ne passe pas vite devant nous. Il se laisse interrompre. Il se laisse toucher. Et de lui jaillissent guérison, dignité et vie nouvelle.

Mettons-nous donc devant le Seigneur avec confiance et humilité.

ACTE PÉNITENTIEL

Frères et sœurs,

le Seigneur s'approche de ceux qui ont le cœur brisé et relève ceux qui se sentent dépassés.

Reconnaissons notre besoin de sa miséricorde.

Seigneur Jésus, tu es l'amour de Dieu fait chair.

Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, tu te laisses toucher par la souffrance humaine. **Christ, prends pitié.**

Seigneur Jésus, tu relèves les déçus et nous appelles tes fils et tes filles. **Seigneur, prends pitié.**

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu tout-puissant
ait pitié de nous,
pardonne nos péchés,
et nous conduise à la vie éternelle. Amen.

COLLECTE *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Dieu de compassion,
en Jésus de Nazareth, tu t'es approché de la souffrance humaine et as révélé ton amour qui donne la vie.
Ouvre nos cœurs à sa présence parmi nous aujourd'hui.
Que sa parole nous fortifie, que son toucher nous guérisse,
et que son Esprit nous renouvelle,
pour que nous devenions des signes d'espérance pour les autres.

Par notre Seigneur Jésus-Christ, ton Fils,
qui vit et règne avec toi dans l'unité du Saint-Esprit,
Dieu pour les siècles des siècles. Amen.

HOMÉLIE

« N'aie pas peur — crois seulement »

Un père attendait une fois à l'extérieur d'une salle d'opération pendant que son enfant subissait une chirurgie. Les heures passaient. Chaque bruit faisait battre son cœur plus fort. Plus tard, il dira : « L'attente était pire que la peur. Je me sentais complètement impuissant. Tout ce que je pouvais faire était d'espérer que quelqu'un à l'intérieur fasse ce que je ne pouvais pas. »

Ce sentiment d'impuissance traverse les lectures d'aujourd'hui.

Dans la première lecture, le roi David pleure sans retenue pour son fils Absalom. Puissant roi, il se sent pourtant totalement impuissant face à la mort. Dans l'Évangile, nous rencontrons Jaïre, un respecté responsable de synagogue, qui tombe aux pieds de Jésus. Titres, influence et réputation ne comptent plus quand un enfant meurt. Le désespoir nous rend tous égaux.

Et puis, au milieu de la demande urgente de Jaïre, survient une interruption.

Une femme, anonyme et ignorée, se fraye un chemin à travers la foule. Depuis douze longues années, elle souffre, non seulement physiquement, mais aussi socialement et religieusement. Elle a été qualifiée d'impure, tenue à distance, rendue invisible. Elle n'ose ni parler ni demander. Elle espère juste un contact minime — le moindre toucher du manteau de Jésus : « Si seulement je touche son vêtement, je serai guérie. »

Jésus s'arrête.

Il aurait pu continuer. La situation de Jaïre est critique. Le temps est précieux. Pourtant, Jésus se laisse interrompre. Il refuse de traiter cette femme comme un obstacle sur le chemin de quelque chose de plus important. Pour Jésus, la compassion n'est jamais un retard ; elle est sa mission.

Il se tourne, la regarde, et lui parle. Et à cet instant, elle reçoit plus qu'une guérison physique. Elle reçoit sa dignité. Jésus l'appelle « Fille ». En un mot, elle est réintégrée dans la relation, l'appartenance et la communauté. Ce

qu'elle essayait de faire en secret, Jésus le met en lumière — non pour la condamner, mais pour affirmer sa foi.

Pendant ce temps, la pire nouvelle arrive à Jaïre : « Ta fille est morte. Pourquoi déranger encore le maître ? »

Mais Jésus prononce des paroles destinées non seulement à Jaïre, mais à nous tous :

« N'aie pas peur ; crois seulement. »

La peur dit : « Il est trop tard. »

La foi dit : « Fais-moi confiance quand même. »

Jésus va à la maison, prend l'enfant par la main et lui parle tendrement : « Talitha koum — Petite fille, lève-toi. » Le toucher qui a guéri la femme redonne maintenant la vie. La frontière ultime — la mort — n'est pas trop pour lui.

À la fin de cette longue opération, le médecin sort enfin et dit au père qui attend : « Vous pouvez voir votre enfant maintenant. » Il dira plus tard : « À ce moment-là, tout a changé. L'espérance est revenue. »

C'est ce que le Christ nous offre aujourd'hui.

Il nous voit dans la foule.

Il s'arrête pour nos blessures cachées.

Il n'est pas dérangé par nos interruptions.

Il touche ce que nous pensions perdu et murmure encore :

« N'aie pas peur. Crois seulement. »

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Confiants dans le Seigneur qui accueille chaque cri du cœur,

posons nos vies, nos blessures et nos espoirs sur l'autel.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Seigneur Dieu, reçois ces dons

comme signes de notre confiance en ton amour

guérisseur. En offrant le pain et le vin,

reçois aussi nos peurs et nos interruptions,

et transforme-les par le sacrifice de ton Fils,

qui vit et règne pour les siècles des siècles. Amen.

PRÉFACE *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut,
de te rendre grâce toujours et en tout lieu,
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel,
par le Christ notre Seigneur.

Car il a pleinement partagé notre condition humaine,
s'est ému de la souffrance,
et s'est laissé toucher par la douleur et par la foi.

Par sa parole et par son toucher,
il a apporté guérison aux malades,
espérance aux exclus,
et vie là où la mort semblait définitive.

En lui, la peur cède la place à la confiance,
et le désespoir s'ouvre à l'espérance.

C'est pourquoi, avec les anges et les saints,
nous proclamons ta gloire, en chantant :

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Comme fils et filles bien-aimés, restaurés dans la dignité et
l'espérance, prions avec confiance notre Père :

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de toute peur qui nous paralyse,
de tout chagrin qui nous submerge,
et de toute obscurité qui cache l'espérance à nos yeux.
Accorde-nous la paix dans nos jours,
afin que, soutenus par ta miséricorde,
nous vivions dans la confiance
et attendions la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu parlais de paix aux cœurs effrayés
et de vie à ceux qu'on croyait perdus.
Ne regarde pas nos peurs, mais la foi de ton Église,
et accorde-lui avec grâce paix et unité
selon ta volonté.
Car tu vis et règnes pour les siècles des siècles.
Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu, qui se laisse toucher
pour que nous soyons guéris.

Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Dans cette Eucharistie, le Christ s'est arrêté pour nous.

Il nous a rencontrés personnellement.

Que le toucher que nous avons reçu
nous donne le courage de nous relever, de croire encore,
et de devenir de douces interruptions
d'espérance dans la vie des autres.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Seigneur Dieu, à travers ce sacrement,
tu as touché nos vies de ton amour salvateur.
Renforce notre foi, restaure notre espérance,
et envoie-nous comme témoins
de la puissance de ta compassion.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu de la vie vous bénisse
et transforme votre peur en confiance. Amen.

Que le Christ, qui s'est laissé toucher,
guérisse ce qui est blessé en vous. Amen.

Que l'Esprit Saint
vous donne le courage de croire
même lorsque le chemin est incertain. Amen.
Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils, ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez en paix,
et que votre foi touche la vie des autres.

PENSÉE À EMPORTER

Ce qui semble être une interruption aujourd'hui
peut être le lieu même
où le Christ veut vous rencontrer — et apporter la vie.

**4 février 2026 – Mercredi de la 4^e semaine du Temps
Ordinaire – 2 Sam 24,2.9–17 ; Mc 6,1b–6**

INTRODUCTION

Il y a de nombreuses années, un petit village parlait avec fierté d'un jeune homme qui avait grandi parmi eux. Il était intelligent, bon et serviable. Mais lorsqu'il revint plus tard comme médecin accompli, offrant des soins gratuits, certains murmuraient : « Qui se prend-il pour être ainsi ? » D'autres disaient : « Nous le connaissons trop bien. » Au final, beaucoup refusèrent son aide – non pas parce qu'il manquait de compétence, mais parce qu'ils ne pouvaient accepter la grandeur chez quelqu'un qu'ils connaissaient si bien.

Il se passe quelque chose de très similaire dans l'Évangile d'aujourd'hui. Jésus revient dans sa ville natale. Les gens sont étonnés – et pourtant offensés. Leur familiarité devient un mur plutôt qu'une porte.

Aujourd'hui, nous venons devant le Seigneur qui connaît le rejet, qui comprend nos déceptions et qui poursuit

néanmoins sa mission d'amour. Nous demandons aussi l'intercession de saint Blaise, évêque et martyr, en nous confiant à la grâce guérissante de Dieu pour le corps et l'âme.

ACTE PÉNITENTIEL

Reconnaissons maintenant nos péchés et demandons au Seigneur sa miséricorde.

- Seigneur Jésus, tu es venu parmi les tiens, et pourtant tu n'as pas été reconnu. Seigneur, prends pitié.
- Christ Jésus, tu as apporté guérison et espérance, et pourtant tu as été accueilli par le doute. Christ, prends pitié.
- Seigneur Jésus, tu es resté fidèle à ta mission même lorsque tu as été rejeté. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu tout-puissant,
qui connaît nos faiblesses et comprend nos luttes,
ait pitié de nous.

Qu'il nous pardonne nos péchés,
guérisse notre aveuglement du cœur,

et fortifie notre foi,
afin que nous marchions dans sa lumière
et parvenions à la vie éternelle. Amen.

COLLECTE

Option I (Jour de semaine)

Dieu notre Père, tu nous as créés, et pourtant nous ne te reconnaissons pas toujours. Tu nous aimes, et pourtant nous doutons de ta proximité.

Fais-toi connaître de nouveau.

Ouvre nos yeux pour voir ta présence,
nos cœurs pour faire confiance à tes voies,
et nos vies pour refléter ton amour.

Nous te le demandons par notre Seigneur Jésus-Christ.

Option II (Saint Blaise – facultatif)

Dieu éternel,
ton Fils a partagé notre vie humaine
et a connu à la fois la joie et le rejet.

Par l'intercession de saint Blaise,
fortifie notre foi,
guéris ce qui est blessé en nous,

et aide-nous à rester unis au Christ
dans les jours heureux comme dans les jours difficiles.
Par le même Christ notre Seigneur. Amen.

HOMÉLIE

Une jeune femme disait un jour : « J'aimerais que Dieu me parle clairement. » Lorsqu'on lui demanda où elle cherchait Dieu, elle répondit : « Dans les grands moments – miracles, retraites, signes extraordinaires. » Pourtant, elle ne voyait pas l'encouragement silencieux d'un ami, la patience de sa mère, la force quotidienne qui la portait dans les moments difficiles.

À Nazareth, il se passe quelque chose de similaire. Jésus enseigne avec sagesse. Il guérit. Il parle avec autorité. Et pourtant les gens trébuchent – non pas sur ce qu'il dit, mais sur qui il est. « N'est-ce pas le charpentier ? » La familiarité les aveugle. L'extraordinaire se cache derrière l'ordinaire.

L'Évangile nous dit quelque chose de frappant : « Il ne put y faire aucun miracle. » Non pas parce que Jésus

manquait de pouvoir, mais parce que leurs cœurs étaient fermés. La foi fait place à Dieu ; la résistance ferme la porte.

La première lecture montre une autre forme d'aveuglement. Le roi David réalise trop tard les conséquences de ses actes. La reconnaissance vient par la douleur, mais elle le ramène à l'humilité et à la confiance en la miséricorde de Dieu.

Combien de fois manquons-nous Dieu parce qu'il vient trop doucement, trop familièrement – dans des personnes que nous connaissons bien, dans des routines ordinaires, dans de simples invitations à aimer ?

Saint Ignace parle de l'Examen, la prière d'attention aimante. Quand nous regardons notre journée avec honnêteté et douceur, nous pouvons découvrir des moments de déception – mais aussi de silencieuses traces de la présence de Dieu. Dieu nous demande de ne pas boire aux eaux sombres du découragement, mais à l'eau claire de la joie intérieure qui donne courage pour le pas suivant.

Un homme se plaignait un jour que Dieu ne répondait jamais à ses prières. Puis il comprit que Dieu avait parlé tout le temps – à travers de petites occasions, des encouragements discrets, et des gens ordinaires. « Dieu était là, » dit-il, « mais je regardais ailleurs. »

Ne manquons pas le Seigneur parce qu'il est trop proche, trop familier, trop humble. Que nous puissions voir le divin dans l'ordinaire – et laisser Dieu agir pour des miracles parmi nous.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Confiants que Dieu agit à travers des signes simples et des dons humbles, déposons nos vies sur l'autel.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Seigneur Dieu, accepte ces offrandes que nous te présentons. Qu'elles expriment notre confiance en ta présence même dans les moments ordinaires de la vie. Fortifie notre foi afin que ta grâce porte fruit en nous. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

PRÉFACE

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut,
de te rendre grâce toujours et en tout lieu,
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.
Car en ton Fils Jésus-Christ,
tu as révélé ta gloire
non dans la puissance et la splendeur,
mais dans l'humilité et la proximité.
Rejeté par les siens,
il est resté fidèle à ta volonté
et a continué de proclamer ton Royaume d'amour.
Dans sa faiblesse humaine,
nous découvrons ta force divine ;
dans les événements ordinaires de la vie,
nous rencontrons ta présence salvatrice.
Et c'est pourquoi, avec les Anges et les Saints,
nous proclamons ta gloire en chantant :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Jésus savait ce que signifie être rejeté,
et pourtant il a fait confiance pleinement à l'amour du Père.
Avec cette même confiance, prions :

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal,
et surtout de l'aveuglement qui nous empêche
de reconnaître ta présence parmi nous.
Accorde-nous généreusement la paix dans nos jours,
afin que, soutenus par ta miséricorde,
nous puissions avancer avec courage et foi
en attendant l'espérance bienheureuse
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ, tu es venu vers les tiens,
et pourtant tu n'as pas retiré ton amour.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de ton Église,
et accorde-nous la paix – la paix qui ouvre les cœurs,
guérit les blessures, et laisse place à ta présence.
Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu, qui vient à nous
dans des signes humbles et familiers.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Jésus,
tu es venu à nous doucement,
sous de simples signes de pain et de vin.
Ouvre nos yeux pour te reconnaître
non seulement ici à l'autel,
mais dans les moments ordinaires de nos vies.
Que cette communion fortifie notre foi
et renouvelle notre confiance en ta présence.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Dieu,
tu nous as nourris du Pain de Vie.
Aide-nous à reconnaître ta grâce
à l'œuvre en nous et autour de nous.

Que ce que nous avons reçu dans la foi
porte du fruit en amour et en service.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu vous bénisse avec des yeux qui voient sa
présence
et des cœurs qui font confiance à ses voies.
Que le Christ vous fortifie
lorsque la foi est mise à l'épreuve par la familiarité ou le
doute.
Que l'Esprit Saint vous guide
pour reconnaître l'extraordinaire dans l'ordinaire.
Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez en paix, glorifiant le Seigneur par votre vie.

PENSÉE À EMPORTER

Ne manquez pas Dieu parce qu'il vient doucement.
La foi ouvre la porte aux miracles.

Jeudi de la 4^e semaine du Temps ordinaire / Mémoire de sainte Agathe

1 Rois 2,1–4.10–12 ; Évangile : Marc 6,7–13

INTRODUCTION

Un jeune missionnaire arriva un jour dans un village reculé, ne portant qu'un petit sac à dos et une Bible. Un villageois le regarda et lui demanda : « Où est le reste de vos bagages ? » Le missionnaire sourit et répondit : « Si j'avais tout apporté, je n'apprendrais jamais à vous faire confiance — ni à faire confiance à Dieu. » Ce missionnaire resta plusieurs années dans ce village, non pas seulement à cause de ses paroles, mais parce que les habitants voyaient en lui une vie qui correspondait à son message.

Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus envoie Ses disciples presque sans rien — pas d'argent, pas de vêtements de rechange, pas de provisions. Il leur enseigne que la crédibilité de l'Évangile ne repose pas sur ce que nous portons, mais sur la manière dont nous vivons. Leur entière dépendance à Dieu et les uns aux autres devient leur message.

Aujourd'hui, nous nous souvenons aussi de sainte Agathe, une jeune femme qui a vécu sa foi avec courage et intégrité. Elle a refusé de compromettre sa conscience, même au prix de sa vie. Comme les disciples, elle n'avait ni armes, ni pouvoir, ni protection — seulement la foi. En nous rassemblant pour cette Eucharistie, demandons au Seigneur que nos vies deviennent des témoins crédibles de Son Évangile, afin que notre foi parle avant même nos paroles.

ACTE PÉNITENTIEL

Frères et sœurs, le Seigneur nous appelle à être témoins non seulement avec nos lèvres, mais avec nos vies. Conscients de nos manquements et confiants dans la miséricorde de Dieu, reconnaissons maintenant nos péchés.

Seigneur, tu nous appelles à placer notre confiance en toi plutôt qu'en nous-mêmes. Seigneur, prends pitié. Christ, tu nous envoies proclamer ton Évangile avec humilité et courage. Christ, prends pitié.

Seigneur, tu restes fidèle même lorsque notre témoignage est faible. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu de miséricorde,
qui nous envoie encore et encore malgré nos faiblesses,
nous pardonne nos péchés,
renouvelle notre confiance en Lui,
et nous fortifie pour vivre l'Évangile avec intégrité,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

COLLECTE *(adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Dieu de mission et de miséricorde,
Ton Fils a envoyé Ses disciples dans la confiance et la simplicité, afin que le monde puisse rencontrer Ton amour salvateur. Libère-nous de la peur et de l'autosuffisance, et fais que nos vies soient des témoins crédibles de l'Évangile. Nous Te le demandons par notre Seigneur Jésus-Christ, Ton Fils,
qui vit et règne avec Toi dans l'unité du Saint-Esprit,
Dieu pour les siècles des siècles. Amen.

HOMÉLIE

Un père se tenait à la porte, regardant sa fille partir pour son premier jour de travail. Elle était nerveuse et demanda : « Et si j'échoue ? » Il répondit doucement : « Alors tu apprendras. Vas-y — et sois toi-même. »

C'est exactement ce que Jésus fait dans l'Évangile d'aujourd'hui. Il n'envoie pas Ses disciples pleinement préparés selon les standards humains. Il les envoie avant qu'ils ne se sentent prêts, avant qu'ils ne se sentent forts, avant qu'ils ne se sentent en sécurité. Il les envoie non pas avec des plans, mais avec confiance.

Jésus sait quelque chose d'important : l'Évangile ne se répand pas par le contrôle, mais par le don de soi.

Les disciples doivent prendre presque rien. Pourquoi ? Parce qu'au moment où ils comptent sur l'argent, les possessions ou le statut, le message devient centré sur eux. Jésus veut qu'ils se tiennent derrière le message, pas devant. Leur pauvreté devient leur crédibilité.

Ils sont aussi envoyés par deux. La foi n'est jamais un projet solitaire. La joie partagée devient plus forte ; le rejet partagé devient supportable. Même aujourd'hui, lorsque la foi est souvent considérée comme une affaire privée, Jésus nous rappelle que la croyance grandit en communauté.

Et Jésus les prépare au rejet : « Si l'on ne vous accueille pas, secouez la poussière de vos pieds. » Ce n'est pas de l'amertume — c'est la liberté. L'Évangile ne peut être imposé. Notre tâche est la fidélité, non le succès.

Sainte Agathe comprenait cela profondément. Elle ne discutait pas, ne manipulait pas, ne compromettait rien. Elle est simplement restée fidèle. Son témoignage était crédible parce que sa vie correspondait à sa foi.

Des années plus tard, le même missionnaire fut interrogé sur la raison pour laquelle il n'avait jamais quitté ce village reculé. Il répondit : « Parce que je suis arrivé les mains vides — et Dieu les a remplies de gens. »

La question pour nous aujourd'hui est simple et exigeante : Suis-je prêt à partir — en faisant davantage confiance à Dieu qu'à ma propre sécurité, et en vivant une foi à laquelle les autres peuvent croire ?

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Ne comptant pas sur notre propre force, mais sur la générosité de Dieu, déposons nos vies sur l'autel en présentant ces dons.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES *(adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Seigneur Dieu,
accepte ces offrandes
comme un signe de notre désir
de vivre simplement, de faire confiance profondément,
et de servir fidèlement.

Que ce sacrifice nous fortifie
pour être des témoins crédibles de ton Évangile,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

PRÉFACE *(adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut,
de Te rendre grâce toujours et en tout lieu,
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.
Car Tu envoies Ton Fils pour proclamer le Royaume
non par la puissance et les richesses, mais par l'humilité et
la confiance.
Tu appelles les disciples à partager Sa mission,
les envoyant dans leur faiblesse
pour que Ta force se révèle.
Dans le courage de sainte Agathe
et dans le témoignage de tous Tes saints,
Tu nous montres que la foi vécue avec intégrité
devient une lumière pour le monde.
Et ainsi, avec les anges et les saints,
nous proclamons Ta gloire et chantons :

Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Jésus envoya Ses disciples en confiance dans les soins du
Père. Avec la même confiance, prions comme Il nous l'a
enseigné :

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, nous Te le demandons, de tout
mal, et surtout de la peur, du découragement et de
l'autosuffisance. Accorde-nous la paix en nos jours,
afin que, aidés par Ta miséricorde,
nous soyons toujours libres de servir Ton Évangile
et ne perdions jamais courage à faire le bien.

PRIÈRE POUR LA PAIX

(adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)
Seigneur Jésus-Christ,
Tu as envoyé Tes disciples dans un monde divisé
avec rien d'autre que la paix dans leur cœur.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de Ton Église,
et accorde-nous la paix qui nous permet de marcher
ensemble et de témoigner ensemble.

Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui nous envoie dans le monde nourris de sa propre vie.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Nous sommes venus les mains vides.
Nous avons reçu le Pain de Vie.
Maintenant nous sommes envoyés —
non pas pour impressionner,
mais pour témoigner ;
non pas pour contrôler,
mais pour faire confiance ;
pas seuls, mais ensemble.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Dieu, nous avons été nourris par ce sacrement.
Fortifie-nous pour vivre ce que nous avons reçu,
afin que nos vies proclament Ton Évangile
avec courage, humilité et amour.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu fortifie votre foi
quand vous êtes accueillis ou rejetés. Amen.
Que le Christ marche à vos côtés
alors que vous partez en Son nom. Amen.
Que le Saint-Esprit
fasse de votre vie un témoignage crédible de l'Évangile.
Amen.
Et que le Dieu Tout-Puissant vous bénisse,
le Père, le Fils ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENGOI

Allez en paix,
glorifiant le Seigneur par votre vie.

PENSÉE À EMPORTER

L'Évangile n'a pas besoin de messagers parfaits —
il a besoin de messagers crédibles.

Vendredi du Sacré-Cœur (Saint Paul Miki et ses compagnons)

Siracide 47, 2–11; Marc 6, 14–29

INTRODUCTION

Il y a de nombreuses années, on a demandé à un jeune séminariste pourquoi il voulait encore devenir prêtre après avoir lu les histoires des martyrs. Il répondit simplement : « Parce que l'amour est plus fort que la peur. » Cette réponse résume la célébration d'aujourd'hui.

En ce Vendredi du Sacré-Cœur, nous nous trouvons entre deux festins. L'un est le banquet d'anniversaire d'Hérode — rempli de musique, d'orgueil et de compromis mortels. L'autre est le banquet du Cœur de Jésus — percé, silencieux, fidèle et source de vie.

Nous nous souvenons aujourd'hui de saint Paul Miki et de ses compagnons, crucifiés sur une colline à Nagasaki en 1597. Comme Jean-Baptiste, ils ont proclamé la vérité sans haine et sont restés fidèles sans violence. Leur vie nous rappelle que le Cœur du Christ bat plus fort non pas

dans les palais du pouvoir, mais dans les cœurs qui osent aimer jusqu'au bout.

Nous venons devant le Cœur ouvert de Jésus, conscients de nos peurs, de nos compromis et de nos demi-vérités. Demandons miséricorde, courage et liberté de cœur.

ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus, tu restes fidèle même quand nous avons peur de défendre la vérité. Seigneur, prends pitié. Christ Jésus, tu as donné ta vie plutôt que de compromettre l'amour. Christ, prends pitié. Seigneur Jésus, ton Cœur percé reste ouvert aux pécheurs comme aux saints. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu de compassion, dont le Cœur est riche en miséricorde, pardonne nos peurs et nos compromis, guérisse ce qui est blessé en nous, nous fortifie pour marcher dans la vérité et l'amour, et nous conduise à la vie éternelle. Amen.

COLLECTE (*Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle*)

Seigneur notre Dieu,
forme nos cœurs selon le Cœur de ton Fils.
Libère-nous de la peur et de l'égoïsme,
donne-nous le courage de défendre la vérité et l'amour,
et aide-nous à rester fidèles même quand cela nous coûte quelque chose.

Par le témoignage de tes martyrs
et par la grâce qui coule du Sacré-Cœur de Jésus,
conduis-nous à la vie éternelle.

Par notre Seigneur Jésus-Christ, ton Fils,
qui vit et règne avec toi dans l'unité du Saint-Esprit,
Dieu pour les siècles des siècles. Amen.

HOMÉLIE

Un homme disait un jour : « Je savais ce qui était juste — mais je ne voulais pas passer pour un imbécile devant les autres. »

Cette seule phrase explique Hérode.

Hérode savait que Jean était un homme bon et saint. Il l'écoutait. Il était troublé, mais attiré par la vérité. Et pourtant — il choisit l'honneur plutôt que la conscience, l'apparence plutôt que la vie, le pouvoir plutôt que la vérité. La prison retenait Jean, mais la peur emprisonnait Hérode.

Réflexion

Les Écritures d'aujourd'hui nous présentent deux figures : David, loué malgré ses grands péchés, et Jean-Baptiste, tué pour sa fidélité. L'un a profondément failli et s'est repenti. L'autre est resté fidèle jusqu'au bout. Tous deux ont trouvé leur place dans le Cœur de Dieu.

Nos vies se situent quelque part entre les deux. Nous ne sommes pas des martyrs héroïques, ni des tyrans endurcis. Nous connaissons le bien, mais nous hésitons. Nous entendons la parole de Dieu, mais nous craignons les conséquences. Comme Hérode, nous nous tenons au carrefour entre notre meilleur moi et la pression sociale.

En ce Vendredi du Sacré-Cœur, nous ne regardons pas le banquet de mort d'Hérode, mais le banquet de vie du

Christ. Son Cœur fut percé — non pas parce qu'il craignait les hommes, mais parce qu'il les aimait jusqu'au bout.

Jean-Baptiste perdit sa tête pour la vérité ; Jésus perdit sa vie par amour. Saint Paul Miki mourut avec le nom de Jésus sur les lèvres.

Pour conclure avec une histoire

Lors de son exécution, Paul Miki prêcha depuis la croix :
« Je pardonne à ceux qui me condamnent. Je vous demande de chercher le vrai Dieu. »

Telle est la puissance du Sacré-Cœur : ni peur, ni vengeance, ni compromis — mais l'amour qui reste fidèle même sur la croix.

Que nous apprenions à choisir ce Cœur.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Mettons maintenant sur l'autel non seulement le pain et le vin,
mais aussi nos peurs, nos compromis et notre désir de fidélité, et demandons au Seigneur de les transformer.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Seigneur Dieu,
reçois ces dons et l'offrande de nos vies.
Que le sacrifice de ton Fils,
né d'un Cœur obéissant jusqu'à la mort,
nous fortifie pour vivre dans la vérité, le courage et
l'amour.

Nous te le demandons par le Christ notre Seigneur. Amen.

PRÉFACE *(Sacré-Cœur / Martyrs) - Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle*

Il est vraiment juste et bon,
notre devoir et notre salut,
de toujours et en tout lieu te rendre grâce,
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

Dans le Cœur de ton Fils,
percé sur la croix,
tu as révélé la profondeur de ta miséricorde
et le prix de l'amour fidèle.

De ce Cœur coulent le pardon, le courage et la vie nouvelle.

Dans tes martyrs, spécialement Paul Miki et ses compagnons,
tu as montré que l'amour est plus fort que la peur,
la vérité plus forte que le pouvoir,
et la foi plus forte que la mort.

C'est pourquoi, avec les anges et les saints,
nous proclamons ta gloire
et chantons sans fin : Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Avec confiance envers le Père dont l'amour ne faillit
jamais, et unis au Cœur du Christ,
prions comme il nous l'a appris.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal,
surtout de la peur qui fait taire la vérité
et de l'orgueil qui compromet l'amour.
Accorde la paix dans nos jours,

afin que, fortifiés par ta miséricorde,
nous demeurions fidèles et libres,
en attendant l'espérance bienheureuse
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu as choisi le chemin de la croix
plutôt que la sécurité du compromis.
Ne regarde pas nos peurs, mais la foi de tes martyrs
et l'amour de ton Sacré-Cœur.
Accorde-nous ta paix — une paix enracinée dans la vérité,
le courage et la miséricorde.
Tu vis et règues pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
dont le Cœur fut percé pour notre salut.
Heureux ceux qui sont invités au banquet de vie.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Le Cœur qui fut percé nous est maintenant donné.

Que l'amour que nous recevons
devienne le courage que nous vivons.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Seigneur Dieu, tu nous as nourris du Pain de Vie.
Que la grâce reçue façonne nos cœurs à l'image du Cœur
du Christ, afin que nous vivions fidèlement,
aimions courageusement,
et témoignions de ta vérité dans le monde.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu de miséricorde
fortifie vos cœurs dans la vérité et l'amour. Amen.
Que le Cœur du Christ
vous donne du courage dans les moments de peur. Amen.
Que le témoignage des martyrs
vous conduise en sécurité à la vie éternelle. Amen.

Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez en paix,
glorifiant le Seigneur par votre vie.

PENSÉE À EMPORTER

Hérode craignait de perdre l'honneur.
Jean perdit sa vie.
Jésus donna son Cœur.
Quel chemin vais-je choisir cette semaine ?

7 février, samedi de la 4^e semaine du Temps ordinaire /
1 R 3,4–13 ; Mc 6,30–34

INTRODUCTION

« Venez à l'écart, dans un lieu désert, et reposez-vous un peu. » Par ces paroles douces, Jésus invite ses disciples — et il nous invite aussi. Si souvent, nos journées sont remplies d'activités, de demandes et d'attentes. Nous passons d'une tâche à l'autre, à peine conscients de ce qui compte vraiment, nous sentant parfois comme un mouvement perpétuel, toujours en action et pourtant rarement au repos.

Dans les lectures d'aujourd'hui, nous rencontrons deux images fortes. Dans l'Évangile, Jésus reconnaît que ses disciples ont besoin de silence, de recul et de temps pour laisser leurs expériences s'installer, revenir à leur source intérieure et se renouveler dans la présence de Dieu. Dans la première lecture, le jeune roi Salomon se tient au début d'une grande responsabilité. Quand Dieu l'invite à faire un vœu, il ne demande ni succès, ni pouvoir, ni sécurité, mais

un cœur qui écoute — la sagesse pour discerner le bien du mal et servir son peuple avec fidélité.

Nous connaissons aussi ce sentiment d'être tirés dans plusieurs directions. Après des heures longues et exigeantes, nous aspirons à un moment de repos, mais il semble souvent que ce soit exactement à ce moment-là que les besoins et attentes des autres nous rejoignent. Nous prenons soin, nous écoutons, nous répondons — mais nous ne pouvons donner que ce que nous avons nous-mêmes reçu.

En commençant cette Eucharistie, faisons une pause. Laissons Dieu apaiser notre agitation, remplir nos cœurs de sa parole et de sa présence aimante, et nous ramener à la source de vie.

ACTE PÉNITENTIEL

Frères et sœurs, nous nous présentons devant le Seigneur qui connaît notre fatigue et nos distractions. Reconnaissons nos péchés et ouvrons nos cœurs à sa miséricorde.

- Seigneur Jésus, tu nous invites à venir nous reposer en toi. Seigneur, prends pitié.
- Christ Jésus, tu vois notre compassion s'essouffler et tu la renouvelles par ton amour. Christ, prends pitié.
- Seigneur Jésus, tu nous apprends à écouter avec le cœur. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu tout-puissant,
qui connaît notre faiblesse et notre désir de repos,
nous pardonne nos péchés,
nous restaure dans sa paix,
et nous ramène à la source de la vie,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

COLLECTE *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Dieu de sagesse et de compassion,
tu nous rassembles dans ta présence
et nous appelles à écouter avec des cœurs attentifs.
Aide-nous à reconnaître qui nous sommes devant toi,

à croire ce que nous prions,
et à vivre ce que tu nous commandes.

Par notre Seigneur Jésus-Christ, ton Fils,
qui vit et règne avec toi dans l'unité du Saint-Esprit,
Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

HOMÉLIE

Après une mission exigeante, les disciples sont pleins d'histoires, d'émotions et de questions. Quiconque revient d'un travail intense connaît ce moment : les paroles se bousculent, le bruit envahit l'air, et il n'y a pas d'espace pour respirer. Jésus remarque quelque chose d'important — pas leur succès, pas seulement leur fatigue, mais leur besoin de s'arrêter.

Il les invite dans un lieu solitaire, non pour fuir les gens, mais pour revenir à eux-mêmes et à Dieu. Pourtant, l'histoire prend un tournant inattendu : la foule arrive la première. Le repos prévu disparaît.

C'est ici que se trouve le cœur de l'Évangile d'aujourd'hui.
Jésus unit deux vérités :

- Nous ne devons pas nous perdre dans l'activité constante.
- Nous ne devons pas fermer nos cœurs aux besoins des autres.

Dans la première lecture, Salomon se tient au début de son règne. Il pourrait demander le pouvoir, la sécurité ou la longévité. Au lieu de cela, il demande un cœur qui écoute — un cœur capable de discerner, de comprendre, de servir. Cette demande révèle une grande sagesse.

Nos vies aussi nécessitent cet équilibre : silence et service, prière et compassion, repos et responsabilité. Sans écoute, notre service devient mécanique. Sans compassion, notre repos devient égoïste.

Il y a un dicton : « On ne peut pas verser d'une coupe vide. » Jésus nous enseigne quelque chose de plus profond : quand nous laissons Dieu remplir notre coupe, nous pouvons partager même lorsque nos plans sont interrompus. Les disciples n'ont pas obtenu le repos qu'ils

attendaient — mais ils ont été témoins de la compassion en action.

Apprenons à faire une pause lorsque Dieu nous y invite, et à servir lorsque Dieu nous appelle à servir — avec un cœur qui écoute comme Salomon, et un cœur plein de compassion comme le Christ.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Posons sur l'autel non seulement le pain et le vin, mais aussi notre fatigue, notre désir de repos, et notre volonté de cœurs qui savent écouter.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Seigneur Dieu,
 reçois ces dons et les vies que nous y associons.
 Renouvelle-nous par ton Esprit,
 afin que, renforcés par ce sacrifice,
 nous puissions te servir et servir les autres
 avec sagesse, compassion et joie.
 Par le Christ notre Seigneur. Amen.

PRÉFACE *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut,
de te rendre grâce toujours et en tout lieu,
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel,
par le Christ notre Seigneur.
Car il invite les fatigués à trouver le repos en lui
et nous enseigne à écouter avant d'agir.
En lui, nous voyons le berger ému de compassion pour la
foule et le Fils qui se retire pour prier auprès du Père.
Par lui, tu nous montres que la sagesse naît de l'écoute
et que l'amour se renouvelle dans le silence.
Et ainsi, avec les anges et les saints,
nous proclamons ta gloire en disant :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Unis comme une seule famille,
reposant dans la miséricorde de Dieu
et confiants en sa sagesse,
prions comme Jésus nous l'a enseigné.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, nous t'en prions, de tout mal,
de tout ce qui trouble nos cœurs
et nous vole la paix intérieure.
Libère-nous de l'agitation
qui nous rend constamment occupés
mais rarement attentifs à ta voix.
Accorde avec grâce la paix dans nos jours,
afin que, par l'aide de ta miséricorde,
nous soyons toujours libres du péché
et à l'abri de tout danger,
dans l'attente joyeuse
de la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu as dit à tes apôtres : « Je vous laisse la paix, je vous
donne ma paix. »
Tu connais notre fatigue, nos inquiétudes,
et les nombreuses exigences qui pèsent sur nous.
Ne regarde pas nos péchés,

ni notre impatience ou notre agitation intérieure,
mais la foi de ton Église.
Accorde-lui avec grâce la paix et l'unité
selon ta volonté.
Que ta paix habite nos cœurs,
nous enseigne à écouter avant de parler,
et nous aide à servir sans nous perdre nous-mêmes.
Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui nourrit les affamés
et donne le repos aux fatigués.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

S'il existait une fée qui pouvait exaucer un vœu,
que demanderions-nous ?
Plus d'années ? Une santé parfaite ? La richesse sans
souci ?
Au fond de nous, nous savons que cela ne suffit pas.
Salomon le savait aussi.

Il ne demanda pas plus de vie, mais plus de sagesse ;
pas le contrôle, mais un cœur qui écoute.
Dans cette Communion, nous ne recevons pas de magie,
mais le Christ lui-même.
Demandons-lui aujourd'hui
des oreilles et des cœurs ouverts,
pour que nous puissions vraiment nous comprendre
et vivre en communion véritable.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION *(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle)*

Dieu de miséricorde,
tu nous as rafraîchis à la table de ton Fils.
Renforce-nous par ce sacrement,
afin que, renouvelés dans l'esprit et le cœur,
nous vivions avec sagesse, compassion et confiance.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu vous bénisse avec un silence qui écoute,
une sagesse qui discerne,
et une compassion qui ne se lasse jamais.

Que le Christ vous conduise vers des lieux de repos
et vous enseigne à servir avec amour.

Que le Saint-Esprit vous renouvelle chaque jour
et vous guide vers la source de la vie.

Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez dans la paix,
écoutant Dieu,
servant les autres,
et reposant en Christ.

PENSÉE À EMPORTER

« Aucun orage n'est plus fort que Celui qui voyage avec
vous. »