

5ème DIMANCHE DU TEMPS ORDINAIRE – ANNÉE A

Is 68,7-10 ; 1 Co 2,1-5 ; Mt 5, 13-16

« Vous êtes le sel de la terre, vous êtes la lumière du monde. »

INTRODUCTION

J'aimerais commencer notre célébration aujourd'hui avec une image simple de la vie quotidienne.

Imaginez que vous entrez dans votre cuisine tard le soir, affamé et fatigué. Vous préparez un bol de soupe simple. Vous y goûtez... fade. Sans vie. Puis vous ajoutez juste une pincée de sel — une toute petite pincée — et soudain, tout le bol prend vie avec la saveur. Un minuscule ingrédient transforme tout le plat.

Et puis pensez à une rue sombre par une nuit nuageuse. Pas de lune, pas d'étoiles. Vous ne voyez même pas le chemin. Puis quelqu'un, quelque part au loin, allume une petite lampe. Pas un projecteur, pas une torche — juste une toute petite lampe. Mais cette faible lueur devient le guide qui vous aide à retrouver votre chemin vers la maison.

Sel et Lumière — deux choses ordinaires avec un pouvoir extraordinaire.

Aujourd'hui, Jésus nous dit : « Vous êtes le sel de la terre... Vous êtes la lumière du monde. »

Aujourd'hui, en nous rassemblant pour cette Eucharistie, nous demandons à Dieu de nous aider à devenir exactement ce que Jésus nous appelle à être : des personnes qui préservent la bonté, qui donnent du goût à la vie, qui brillent pour que les autres puissent voir le chemin qui mène à Lui.

ACTE PÉNITENTIEL

Être sel et lumière signifie vivre avec sincérité, compassion et courage. Mais souvent, notre sel perd sa saveur et notre lumière faiblit. Reconnaissons nos échecs et demandons au Seigneur sa miséricorde.

Seigneur Jésus,

Tu nous appelles à préserver la bonté dans le monde.

Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus,
Tu nous demandes de briller de la lumière de ton amour.
Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus,
Tu fortifies ce qui est faible et tu restaures ce qui s'éteint.
Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu tout-puissant ait pitié de nous, nous pardonne
nos péchés,
renouvelle en nous la saveur de la grâce, rallume la
lumière de Son amour sur nous, et nous conduise à la vie
éternelle. Amen.

INVITATION AU GLORIA

Ayant été pardonnés,
élevons nos cœurs en louange au Dieu
dont la lumière nous délivre des ténèbres
et dont l'amour assaisonne nos vies de joie.

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

Ô Dieu de lumière éclatante et de bonté éternelle,
Tu nous as appelés à être sel pour la terre
et lumière pour le monde.

Renforce notre témoignage,
afin que nos paroles préservent l'espérance,
que nos actions révèlent Ta compassion,
et que notre être rayonne de la clarté du Christ.
Par Notre Seigneur Jésus-Christ, Ton Fils...
Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION AU CRÉDO

Nous professons la foi qui éclaire notre chemin
et maintient vivante en nous la saveur de l'espérance.
Proclamons le Credo.

HOMÉLIE : Matthieu 5,14–16 – Sel et Lumière du Monde

1. Introduction : Le Pouvoir du Sel

Je veux commencer aujourd'hui avec une petite histoire.
Imaginez entrer dans votre cuisine tard le soir, préparant
un repas simple. Vous ajoutez une pincée de sel à votre

soupe, vous goûtez, et... quelque chose de merveilleux se produit. Cette soupe fade, sans goût, explose soudain de saveur. Elle transforme un plat simple en quelque chose de nourrissant et délicieux.

Maintenant, pensez plus grand. Imaginez un monde sans sel. La nourriture se gâterait plus vite, les repas seraient ternes et peu appétissants, et la vie elle-même semblerait un peu plus ordinaire, un peu moins vibrante. C'est exactement ce dont Jésus parle quand Il nous appelle le sel de la terre.

Le sel préserve, il relève le goût, il donne vie à l'ordinaire. Et tout comme cette pincée de sel change la soupe, nos vies — nos actions, nos paroles, notre foi — ont le pouvoir de préserver la bonté, d'ajouter de la saveur et de rendre la vie plus riche pour ceux qui nous entourent.

2. L'Enseignement de Jésus sur le Sel

Jésus commence cette partie du Sermon sur la Montagne avec deux images frappantes. D'abord, Il nous appelle le sel de la terre. Dans le monde ancien, le sel était précieux. Il conservait les aliments, relevait la saveur, protégeait

contre la corruption. C'est exactement ce qu'Il nous appelle à être dans le monde — des conservateurs de la bonté, des agents de saveur et de vie dans une société qui peut facilement devenir fade, corrompue ou décadente.

Imaginez un repas sans sel — il est insipide, incomplet. C'est ce que le monde devient sans le témoignage fidèle des chrétiens. Et tout comme le sel agit discrètement mais puissamment, notre influence dans le monde fonctionne de la même manière. Même de petits gestes d'amour, de vérité et d'intégrité — comme cette petite lampe de l'enfant — peuvent préserver la bonté et enrichir la vie de ceux qui nous entourent.

3. Transition vers la Lumière

Puis Jésus continue : « Vous êtes la lumière du monde. » Il y avait un petit garçon vivant dans un village sans lampadaires. Chaque soir, sa famille allumait une toute petite lampe devant leur maison. Une nuit, un voyageur se perdit dans les chemins sinueux du village. Il ne voyait presque rien dans l'obscurité. Puis, il aperçut la petite lampe du garçon qui vacillait au loin. Cette petite lumière le

guida en sécurité jusqu'à la maison du garçon. Plus tard, le voyageur dit : « Cette petite lumière m'a sauvé ce soir. »

La lumière, contrairement au sel, est visible de tous. Elle guide, avertit et attire les gens. Le sel agit discrètement ; la lumière brille ouvertement. Ensemble, sel et lumière décrivent pleinement notre vocation : nous devons préserver la bonté et éclairer le chemin, donner du goût à la vie par l'amour de Dieu et briller pour que les autres voient le chemin vers Lui.

4. La Lumière Appartient d'Abord à Jésus

Amis, aujourd'hui Jésus nous dit quelque chose de très semblable : « Vous êtes la lumière du monde. »

Au début, cela semble simple, presque ordinaire. Mais si nous prenons le temps de réfléchir, c'est étonnant. Dans le Nouveau Testament, le titre « Lumière du monde » appartient avant tout à Jésus. Il dit dans l'Évangile de Jean : « Je suis la Lumière du monde. Je suis venu comme lumière dans le monde. »

Même Marie et Joseph l'ont entendu lorsqu'ils présentèrent l'enfant Jésus au Temple. Siméon prit l'enfant dans ses bras et proclama : « Une lumière pour éclairer les nations païennes. » Même Jean-Baptiste, l'un des plus grands prophètes, était clair : « Il n'était pas la lumière ; il est venu seulement pour rendre témoignage à la lumière. »

Et maintenant Jésus se tourne vers nous et dit : « Vous êtes la lumière du monde. »

Réfléchissez à cela. Ce n'est pas juste une jolie idée. C'est notre appel, notre responsabilité et notre dignité en même temps.

5. Notre Vocation comme Lumière

Saint Paul nous aide à voir ce que cela signifie dans la vie quotidienne. Dans Philippiens 2, il écrit :

« Faites tout sans murmures ni discussions, afin d'être irréprochables et purs, enfants de Dieu sans défaut dans une génération tordue et perverse, parmi laquelle vous brillez comme des lumières dans le monde. »

Pensez aux marins dans l'Antiquité. Quand ils étaient en mer, les étoiles étaient leur guide. Sans elles, ils étaient perdus. Paul nous dit que nous aussi, nous devons être ces étoiles qui guident dans le monde — des points de référence dans un temps confus et sans direction. Les gens devraient pouvoir regarder nos vies et dire : « Voilà comment agit l'amour de Dieu. Voici le chemin vers l'espérance et la paix. »

Et quelle confusion il y a aujourd'hui ! Tant de gens se sentent perdus, incertains de la voie à suivre. Et Dieu nous confie cette belle responsabilité : être les lumières qui guident.

6. Illustration Moderne de la Guidance

Permettez-moi de donner un exemple moderne. Imaginez une ville la nuit avec des travaux sur la route. De longues chaînes de lumières avertissent et guident les conducteurs en toute sécurité à travers des détours dangereux. Elles avertissent : « Ralentissez. Faites attention. Allez par ici, pas par là. »

C'est exactement notre rôle en tant que chrétiens. Par nos actions, nos paroles, nos vies, nous sommes des lumières qui guident. Nous disons : « Si tu continues sur ce chemin, cela mènera au mal. Mais il y a une autre voie — celle de Dieu. »

L'appel de Jésus est à la fois pratique et joyeux. Mais certains chrétiens vivent leur foi comme une petite lampe vacillante. Toujours à se plaindre : « Doit-on vraiment aller à l'église ? » « Doit-on vraiment prier ? » Ce genre de lumière brille à peine.

7. Briller Intensément en Présence de Dieu

Jésus nous appelle à briller intensément. À réchauffer les cœurs, à donner de la joie, à attirer les autres vers Dieu.

Pensez à Moïse. Quand il entra dans la Tente de la Rencontre, il rencontra Dieu. Lorsqu'il en sortit, son visage brillait si fort que le peuple pouvait à peine le regarder. Cette radiance venait de sa rencontre avec Dieu. Et c'est exactement ce que Jésus veut pour nous. Notre lumière ne

vient pas de nous-mêmes, mais d'être en présence de Dieu.

Et parfois, notre lumière faiblit. Beaucoup d'entre nous ont vu ces vieux réveils de chevet aux chiffres lumineux. La nuit, ils brillent intensément. Mais après quelques heures, la lueur s'estompe. Comment la ramener ? On allume une lumière proche pour un moment, et les chiffres brillent à nouveau.

C'est pareil pour nous. Si votre lumière a faibli, si votre foi semble faible ou fatiguée, tournez-vous vers Dieu. Passez du temps en Sa présence. Laissez-Le briller sur vous. Votre éclat reviendra, et votre joie sera restaurée.

8. Histoire de Clôture : Les Petits Actes Comptent

Je veux terminer avec l'histoire d'une jeune femme qui faisait du bénévolat dans un hôpital pour enfants. Elle n'avait que son sourire et des paroles douces. Mais elle apporta de l'espoir aux enfants effrayés et souffrants. Un enfant dira plus tard : « Ton sourire m'a aidé à me sentir en sécurité quand tout le reste faisait peur. »

Voilà ce que Jésus nous demande : briller, illuminer même les plus petits coins du monde avec l'amour de Dieu.

9. Appel à l'Action

Jésus dit : « Vous êtes la lumière du monde. » Pas parfois. Pas seulement à certaines occasions. Toujours. Brillez d'amour. Brillez de joie. Brillez de courage. Brillez de foi. Que les gens voient Dieu à travers votre vie.

Et souvenez-vous, même la plus petite lumière — ou la plus petite pincée de sel — peut faire une différence. Même vos petits actes d'amour, vos petits gestes de gentillesse, peuvent changer une vie. Alors aujourd'hui, sortons et soyons sel et lumière dans le monde. Amen.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

En apportant ces dons de pain et de vin à l'autel, apportons aussi le désir humble de devenir sel qui renouvelle la terre et lumière qui révèle l'amour de Dieu.

Prions maintenant que notre sacrifice soit agréable à Dieu le Père tout-puissant.

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

Seigneur notre Dieu, dans ces dons simples de pain et de vin

Tu transformes l'ordinaire en sacré.

Fais de nos vies une offrande sainte :

assaisonnée de compassion, éclatante de foi,

et répandue au service des autres.

Par le Christ notre Seigneur. Amen.

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

Il est vraiment juste et bon,

notre devoir et notre salut,

de toujours et en tout lieu Te rendre grâce,

Père saint, source de toute lumière

et donneur de tout bien.

Tu as formé le monde avec sagesse

et l'as rempli de beauté.

Tu as dispersé les étoiles comme des lanternes dans la nuit,

et Tu as rempli la terre de trésors

qui soutiennent la vie et apportent la joie.

Pourtant, au plein moment,

Tu nous as donné une lumière plus grande :

Ton Fils, Jésus-Christ,

l'éclat de Ta gloire

et la saveur de Ton amour fait chair.

Par Lui, Tu nous appelles à devenir

ce qu'Il est Lui-même —

lumière pour le monde et sel pour la terre —

un peuple qui brille d'espérance

et préserve ce qui est bon.

Et ainsi, avec les anges et les archanges,

avec tous les saints qui reflètent Ta splendeur,

nous acclamons : Saint, Saint, Saint Seigneur...

PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

Tu es en vérité Saint, Seigneur, source de toute sainteté.

(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle seulement : Père des lumières,

*Tu nous rassembles autour de cet autel
pour raviver en nous la flamme du discipleship.
Comme le sel préserve ce qui est précieux
et la lumière révèle ce qui est caché,
prépare nos cœurs à recevoir le don
qui transforme les vies ordinaires
en témoins rayonnants de Ton amour).*

Sanctifie donc ces dons, nous Te prions,
en envoyant Ton Esprit sur eux comme la rosée,
pour qu'ils deviennent pour nous
le Corps et + le Sang de notre Seigneur Jésus-Christ.

Au moment où Il fut trahi
et entra volontairement dans Sa Passion,
Il prit le pain et, rendant grâce, le rompit,
et le donna à Ses disciples en disant :
PRENEZ, TOUS, ET MANGEZ-EN,
CAR C'EST MON CORPS,
QUI SERA DONNÉ POUR VOUS.

De même, quand le repas fut terminé,
Il prit la coupe et, rendant grâce de nouveau,
Il la donna à Ses disciples en disant :
PRENEZ, TOUS, ET BUVEZ-EN,
CAR C'EST LA COUPE DE MON SANG,
LE SANG DE LA NOUVELLE ET ÉTERNELLE ALLIANCE,
QUI SERA VERSÉ POUR VOUS ET POUR BEAUCOUP,
EN PARDON DES PÉCHÉS.

FAITES CECI EN MÉMOIRE DE MOI.

Le mystère de la foi.

Ainsi, en célébrant
le mémorial de Sa Mort et Résurrection,
nous T'offrons, Seigneur,
le Pain de vie et la Coupe du salut,
remerciant que Tu nous aies jugés dignes
d'être en Ta présence et de T'offrir le ministère.

*(Adaptée aux lectures du jour pour méditation personnelle
seulement :*

Seigneur, en nous souvenant de l'œuvre salvatrice du

*Christ
et en attendant Son retour dans la gloire,
renouvelle en nous le courage
d'être ce qu'Il nous appelle à être :
un peuple dont la foi donne du goût au monde
et dont la charité brille dans les ombres de notre temps.
Renforce notre témoignage,
afin que tous goûtent et voient
la bonté du Seigneur).*

Humblement nous Te prions
qu'en participant au Corps et au Sang du Christ,
nous soyons rassemblés en un seul par l'Esprit Saint.

Souviens-Toi, Seigneur, de Ton Église,
répandue dans le monde entier,
et conduis-la à la plénitude de la charité,
avec N., notre Pape,
et N., notre évêque, et tout le clergé.

Souviens-Toi aussi de nos frères et sœurs
qui se sont endormis dans l'espérance de la résurrection,

et de tous ceux qui sont morts dans Ta miséricorde :
accueille-les dans la lumière de Ton visage.

Aie pitié de nous tous, nous Te prions,
afin qu'avec la Bienheureuse Vierge Marie, Mère de Dieu,
avec le bienheureux Joseph, son époux,
avec les bienheureux Apôtres,
et tous les Saints qui T'ont plu à travers les âges,
nous méritions d'être cohéritiers de la vie éternelle,
et que nous Te louions et glorifions à travers Ton Fils,
Jésus-Christ.

Par Lui, et avec Lui, et en Lui... Amen.

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Unis dans la foi et illuminés par la lumière du Christ,
prions avec confiance le Père
dont l'amour assaisonne nos vies
de miséricorde et de joie.

EMBOLISME

(Sel & Lumière) (suite)

Accorde que, éclairés par Ton Fils

et assaisonnés de Ton amour,
nous puissions briller d'espérance
et marcher en sécurité à travers les ombres de ce monde,
en attendant la bienheureuse venue
de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

(Sel & Lumière)

Seigneur Jésus-Christ,
Tu es la Lumière qu'aucune obscurité ne peut éteindre
et l'Alliance qui ne perd jamais sa saveur.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de Ton Église ;
fortifie ce qui est fragile,
ravive ce qui a faibli,
et unis Ton peuple dans la paix.
Accorde-nous une paix qui illumine nos foyers,
qui guérisse les cœurs blessés,
et qui nous envoie comme signes de Ton Royaume,
Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,

la véritable Lumière qui dissipe toute obscurité,
le Pain qui fortifie notre faiblesse,
le Seigneur qui fait de nous le sel et la lumière pour le
monde.

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

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Jésus,

Tu nous as nourris de Ton Corps
et illuminé nos cœurs de Ta présence.

Que Ta lumière demeure en nous,
et que la saveur de Ton amour
pénètre nos pensées,
nos paroles et nos actions.

Fais de nous des lumières douces pour les perdus,
une force tranquille pour les fatigués,
et des témoins humbles de Ta miséricorde. Amen.

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

Dieu rayonnant,

Tu nous as renouvelés par le Pain de Vie

et fortifiés par la lumière de Ta grâce.
Accorde que, partageant ce repas sacré,
nos vies puissent briller de Ta bonté
et préserver l'espérance chez tous ceux que nous
rencontrons.

Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu qui est Lumière de Lumière
illumine vos cœurs
et chasse toute obscurité. Amen.
Que le Christ, véritable Sel de l'Alliance,
enrichisse vos vies
de Sa sagesse et de Sa paix. Amen.
Que l'Esprit Saint rende votre témoignage fort,
votre compassion douce,
et votre joie rayonnante devant le monde. Amen.
Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, et le Fils, ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez dans la paix du Christ, assaisonnant le monde de la
bonté de Dieu
et brillant de la lumière du Christ.

PENSÉE À EMPORTER

« Même une petite pincée d'amour
et une étincelle de foi
peuvent changer la vie de quelqu'un. »

**Lundi de la Cinquième Semaine du Temps Ordinaire –
9 février 2026**

1 Rois 8, 1–7. 9–13 ; Marc 6, 53–56

*Thème : Dieu habite parmi nous – la guérison par le
contact avec le Christ*

INTRODUCTION

Un pèlerin a une fois parcouru une longue distance pour visiter un sanctuaire célèbre. Lorsqu'il arriva enfin, fatigué et épuisé, il s'assit tranquillement au fond de l'église. Plus tard, il dit : « Je n'ai rien vu de spectaculaire, mais j'ai senti que Dieu était proche. »

Les hommes ont toujours cherché des lieux où ils pouvaient rencontrer Dieu. Le roi Salomon croyait que ce lieu était le Temple de Jérusalem, où reposait l'Arche de l'Alliance. Dans l'Évangile d'aujourd'hui, les gens reconnaissent que Dieu est proche non pas dans un bâtiment, mais dans une personne — Jésus. Ils se hâtent vers lui, le touchent, et sont guéris.

Aujourd'hui, nous nous rassemblons en ce lieu sacré non pas comme des touristes, mais comme des pèlerins. Nous

venons avec nos blessures, nos espoirs et notre désir de guérison. Commençons cette Eucharistie en demandant au Seigneur sa miséricorde.

ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus,
tu es le lieu où Dieu habite parmi nous.
Seigneur, prends pitié.
Tu te laisses toucher
par les blessés et les brisés.
Christ, prends pitié.
Tu nous invites à présenter devant toi
notre faiblesse et nos besoins.
Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu de compassion,
qui habite parmi son peuple
et guérit les cœurs brisés,
nous pardonne nos péchés, nous restaure dans
l'espérance
et nous conduise à la vie éternelle. Amen.

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

Dieu tout-puissant,
nous professons que notre Rédempteur
est avec toi dans la gloire.

Entends notre prière et fais que nous expérimentions
qu'il demeure avec nous chaque jour
jusqu'à la fin du monde, comme il l'a promis.

Il vit et règne avec toi dans l'unité du Saint-Esprit,
Dieu pour les siècles des siècles. Amen.

HOMÉLIE

Une infirmière a dit un jour : « Parfois, la guérison
commence dès que le patient comprend qu'il n'est pas
seul. » Cette simple vérité capture le cœur des lectures
d'aujourd'hui.

Dans la première lecture, Salomon amène l'Arche de
l'Alliance dans le Temple. Le peuple se réjouit, mais
Salomon parle d'obscurité — un rappel que Dieu est
présent, même lorsqu'on ne le voit pas. Dieu ne peut être
enfermé, et pourtant il choisit d'habiter parmi son peuple.

Dans l'Évangile, il n'y a pas de cérémonie du Temple. Il y a
plutôt de l'urgence. Les gens se hâtent à travers les
villages et la campagne. Ils apportent les malades sur des
civière. Ils demandent seulement à toucher le pan du
manteau de Jésus — et cela suffit.

Sainte Joséphine Bakhita, que nous célébrons aujourd'hui,
a connu des blessures profondes : esclavage, humiliation,
cruauté. Pourtant, elle s'est laissée toucher par le Christ
crucifié. De cette rencontre sont venues la guérison, la
dignité et le pardon. Elle a dit un jour de ses ravisseurs : «
Si je les rencontrais à nouveau, je m'agenouillerais et
embrasserais leurs mains. » Telle est la puissance de la
présence guérissante du Christ.

Nous aussi, nous sommes des pèlerins. Chaque messe
est un petit pèlerinage. Nous venons avec nos blessures
cachées — physiques, émotionnelles, spirituelles. Parfois
la foi semble sombre, Dieu semble lointain. Pourtant, la
Parole d'aujourd'hui nous assure : Dieu habite même dans
l'obscurité.

La mission de l'Église — et de chacun de nous — est de

rendre ce contact possible : apporter les malades, les brisés, les fatigués, et parfois simplement nous-mêmes.

Un enfant a demandé un jour à sa grand-mère : « Où habite Dieu ? » Elle répondit : « Dieu habite là où quelqu'un ouvre la porte. »

Aujourd'hui, le Christ passe. Puissions-nous ne pas rester à distance. Puissions-nous tendre la main — même timidement — et nous laisser guérir.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

En tant que pèlerins sur le chemin de la Jérusalem céleste, posons sur cet autel nos vies, nos blessures et notre désir de guérison. Prions pour que notre sacrifice soit agréable à Dieu le Père tout-puissant.

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

Seigneur Dieu, accepte ces dons comme signes de notre confiance en ta présence guérissante. Comme nous offrons le pain et le vin, reçois aussi nos blessures et transforme-les par ta grâce, par le Christ notre Seigneur. Amen.

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

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, bien qu'aucun bâtiment ne puisse contenir ta gloire,
tu as choisi d'habiter parmi ton peuple,
et en ton Fils Jésus-Christ
tu t'es rendu présent d'une manière nouvelle et vivante.
En lui, les malades trouvaient la guérison,
les brisés trouvaient l'espérance,
et les fatigués trouvaient le repos.
Même lorsque tu es caché à nos yeux,
tu restes proche,
nous touchant avec miséricorde et compassion.
Ainsi, avec les pèlerins de tous les âges
et tous les saints,
nous chantons l'hymne de ta gloire :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

En tant que pèlerins qui font confiance à la proximité de Dieu
et en tant qu'enfants qui dépendent de sa miséricorde,
prions avec confiance :

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, nous t'en prions, de tout mal,
en particulier de l'obscurité
qui nous fait sentir seuls ou oubliés.
Accorde la paix dans nos jours, afin qu'aidés par ta
miséricorde,
nous puissions toujours faire confiance à ta présence
et cheminer dans l'espérance vers la plénitude de ton
Royaume,
en attendant la bienheureuse espérance
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus,
tu apportais la guérison partout où tu allais
et la paix à tous ceux qui te touchaient.

Ne regarde pas nos péchés,
mais la foi de ton peuple,
et accorde-nous la paix
qui découle de ta présence vivante,
toi qui vis et règne pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui se laisse toucher
afin que nous soyons guéris.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Jésus,
nous t'avons touché
et tu nous as touchés.
Reste avec nous dans notre faiblesse,
guéris ce qui est blessé,
et fais de nous des temples vivants
de ta présence.

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

Seigneur Dieu,
tu nous as nourris
du pain de la guérison et de l'espérance.
Fortifie-nous sur notre pèlerinage
et aide-nous à révéler ta présence
à tous ceux que nous rencontrons,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu qui habite parmi son peuple
marche avec vous sur votre chemin.
Que le Christ touche vos blessures et vous guérisse.
Que le Saint-Esprit vous guide dans l'espérance et la paix.
Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez dans la paix, en portant la présence guérissante du
Christ au monde.

PENSÉE À EMPORTER

Chaque messe est un pèlerinage.
Chaque prière est une main tendue.
Même le plus petit geste de foi
peut ouvrir la porte à la guérison.

10 février 2026 – Mardi de la 5^e semaine du Temps ordinaire

Mémorial de sainte Scholastique

1 Rois 8, 22–23.27–30 ; Marc 7, 1–13

INTRODUCTION

Un jour, on demanda à un moine âgé ce qui l'avait maintenu fidèle pendant plus de soixante ans au monastère. Il sourit et répondit : « Je ne me suis jamais habitué à Dieu. »

Il expliqua : « Le jour où Dieu devient familier, la foi devient une routine. Mais quand je reste étonné que Dieu me parle encore, qu'il me nourrisse encore, qu'il m'attende encore—alors la prière reste vivante. »

Les lectures d'aujourd'hui parlent exactement de ce danger et de cette grâce. Salomon se tient devant le Temple nouvellement construit et ose demander : Dieu peut-il vraiment demeurer parmi nous ? Et Jésus nous met en garde dans l'Évangile contre une foi qui respecte les règles mais oublie le cœur.

Nous commémorons également aujourd'hui sainte

Scholastique, sœur de saint Benoît—une femme connue non pour ses nombreux discours ou grandes œuvres, mais pour sa profonde proximité avec Dieu. Elle vivait la foi non pas comme une habitude, mais comme une relation. En frères et sœurs dans la foi, venons devant le Seigneur avec un émerveillement renouvelé, reconnaissants que le Dieu qui ne peut être contenu par le ciel choisisse de demeurer parmi nous.

ACTE PÉNITENTIEL

Reconnaissons maintenant devant Dieu et les uns les autres les moments où la foi est devenue routinière, où nous avons honoré les formes mais oublié l'amour.

Kyrie

- Seigneur Jésus-Christ, tu es venu parmi nous comme notre frère. Seigneur, prends pitié.
- Tu appelles tous ceux qui t'appartiennent sœurs et frères. Christ, prends pitié.
- Tu nous montres le chemin vers le Père avec un cœur plein de miséricorde. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu de miséricorde,
qui ne regarde pas les apparences mais le cœur,
nous pardonne nos péchés,
renouvelle notre joie en sa présence,
et nous conduise de la routine vide
à une relation vivante et fidèle,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

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

Dieu Saint,
tu es plus grand que tout ce que nous pouvons imaginer :
les cieux ne peuvent te contenir,
et pourtant tu choisis d'être proche de nous.
Fais que nous puissions nous tenir devant toi avec
respect, te servir avec des cœurs sincères,
et trouver notre joie non dans les apparences,
mais dans ta présence vivante.
Nous te le demandons par Jésus-Christ, notre Seigneur.
Amen.

HOMÉLIE

Lors des anniversaires de mariage, j'invite parfois les couples à se dire à haute voix :

« Quelle personne aimante tu es, marchant avec moi à travers la vie. »

« Quel compagnon fidèle et merveilleux tu es pour moi. »

Ces mots ne sont jamais automatiques. Ils sont toujours une redécouverte. L'amour ne s'éteint pas parce qu'il finit, mais parce qu'il est tenu pour acquis.

Il en va de même dans notre relation avec Dieu.

Salomon, debout devant le Temple, est submergé par l'émerveillement : « Même le ciel et le plus haut des cieux ne peuvent te contenir ! » Il sait que Dieu n'est pas capturé par les bâtiments, les rituels ou les symboles. Et pourtant—ce grand Dieu écoute. Ce grand Dieu se tourne vers son peuple.

Dans l'Évangile, Jésus parle avec passion parce qu'il voit la foi perdre son cœur. Les traditions destinées à protéger la vie sont devenues des fardeaux. Les règles censées guider ont commencé à remplacer la compassion. Jésus

n'attaque pas la tradition elle-même—il défend la personne humaine.

Sainte Scholastique l'a bien compris. Sa sainteté ne consistait pas en une observance rigide, mais en une écoute profonde, une prière partagée et une confiance en Dieu. Sa célèbre rencontre finale avec son frère Benoît nous rappelle : l'amour et la prière passent toujours avant le calendrier et la structure.

La foi fleurit là où la relation vient en premier—avec Dieu et avec les autres.

Un jeune homme dit un jour après des années loin de l'Église : « Ce qui m'a ramené n'était pas une règle. C'était le sentiment que Dieu me voulait encore. »

C'est ce merveilleux émerveillement que nous sommes invités à retrouver aujourd'hui : que Dieu parle encore, accueille encore, nous nourrit encore.

Quand la foi redevient relation, le culte prend vie.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Ne comptant pas sur les apparences mais sur la miséricorde de Dieu, déposons nos vies et nos dons sur l'autel. Prions pour que notre sacrifice soit agréable à Dieu le Père tout-puissant.

PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Seigneur Dieu, reçois ces dons
comme signes de notre désir de t'adorer en esprit et en vérité.

Que cette Eucharistie renouvelle notre émerveillement
devant ta présence
et nous apprenne à te servir avec des cœurs sincères,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

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

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.
Car si les cieux ne peuvent te contenir,

tu choisis de demeurer parmi ton peuple.

Tu nous parles dans ta Parole,
tu nous nourris dans le Pain de Vie,
et tu nous appelles non à une observance vide
mais à une relation vivante avec toi.

En Jésus-Christ, ton Fils,
tu nous as montré que le vrai culte
vient du cœur
et que l'amour est l'accomplissement de tout
commandement.

Ainsi, avec les anges et les saints,
et avec sainte Scholastique,
nous proclamons ta gloire en disant :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Avec la confiance des enfants
et l'assurance des frères et sœurs,
prions le Père qui désire non les apparences, mais les
cœurs.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal,
et surtout d'une foi qui se refroidit par habitude.
Accorde la paix dans nos jours, afin que renouvelés par ta
miséricorde nous vivions avec joie, sincérité et espérance
en attendant la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu es venu pour restaurer ce qui importe vraiment.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de ton Église.
Libère-nous de la division et de la dureté de cœur,
et accorde-nous la paix
qui jaillit de la vérité, de la justice et de l'amour,
car tu vis et règues pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui enlève les péchés du monde.
Heureux ceux qui sont invités
non à un rituel vide,
mais à la présence vivante du Seigneur.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Le Dieu que les cieux ne peuvent contenir
a choisi de demeurer en nous.

Restons un moment
dans l'émerveillement silencieux et la gratitude.

PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION

Seigneur Dieu,
tu nous as nourris avec le Pain de Vie.
Que ce sacrement approfondisse notre relation avec toi
et nous apprenne à honorer ta Parole
au-dessus de toute tradition humaine,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

COURTE MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Le Dieu que les cieux ne peuvent contenir
s'est mis entre nos mains
et s'est confié à nos cœurs.
Non comme une idée, non comme une règle, mais comme
présence vivante.
Dans ce moment de silence,
laissons tomber toute habitude et familiarité

et permettons-nous d'être à nouveau émerveillés :
Dieu désire toujours notre proximité,
attend toujours notre réponse,
choisit toujours de demeurer en nous.

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

Seigneur Dieu, tu nous as nourris avec le Pain de Vie,
la présence de ton Fils
qui nous enseigne ce qui importe vraiment.
Que ce sacrement nous libère d'une foi qui vit seulement
en surface.
Que ta Parole prenne racine dans nos cœurs,
ton amour oriente nos choix, et nos vies témoignent
d'une relation renouvelée chaque jour dans
l'émerveillement et la confiance. Par le Christ notre
Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu plus grand que tout ce que nous pouvons
imaginer
vous remplisse d'émerveillement et de respect.

Que le Christ vous enseigne à choisir l'amour plutôt que les apparences.

Que l'Esprit Saint renouvelle votre foi chaque jour.

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

RENOI

Allez dans la paix,
pour vivre votre foi avec sincérité et joie.
Nous rendons grâce à Dieu.

PENSÉE À EMPORTER

Ne vous habituez jamais à Dieu.
L'émerveillement garde la foi vivante.

11 février 2026 – Mémoire de Notre-Dame de Lourdes

Mercredi de la 5^e semaine du Temps ordinaire

1 Rois 10,1–10 ; Marc 7,14–23

INTRODUCTION

Par un matin froid de février 1858, une jeune fille pauvre, malade et sans instruction se tenait silencieusement devant une grotte sombre et humide à Lourdes.

Bernadette Soubirous n'avait ni pouvoir, ni influence, ni savoir. Et pourtant, dans le silence de Massabielle, elle entendit ce que les autres ne pouvaient entendre et vit ce que les autres ne pouvaient voir. Pourquoi ? Parce que son cœur était simple, ouvert et attentif.

Aujourd'hui, Jésus nous rassemble comme autrefois il rassemblait les foules, non pas pour parler de ce qui est seulement extérieur, mais de ce qui est au plus profond de nous. En ce Mémorial de Notre-Dame de Lourdes, Marie nous enseigne à nouveau ce que Bernadette a appris : Dieu parle aux cœurs dépouillés, humbles et attentifs. Laissons derrière nous le bruit du monde, le poids des

apparences et les masques que nous portons, et venons devant le Seigneur avec des cœurs confiants, sûrs qu'il désire nous guérir, nous purifier et nous rapprocher de lui.

ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus,
tu ne regardes pas les apparences mais le cœur :
Seigneur, prends pitié.
Christ Jésus,
tu guéris ce qui est blessé en nous : Christ, prends pitié.
Seigneur Jésus,
tu nous appelles à la pureté du cœur et à la sincérité de la vie : Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu tout-puissant,
qui voit au plus profond de nos cœurs
et désire notre guérison et notre salut,
ait pitié de nous, nous pardonne nos péchés,
nous purifie de tout ce qui est faux et non aimant,
et nous conduise à la vie éternelle. Amen.

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

Ô Dieu, qui as choisi la Vierge humble Marie
pour révéler ta miséricorde à Lourdes
et ramener tant de cœurs vers ton Fils,
accorde-nous la pureté de cœur et la simplicité de foi,
afin qu'intérieurement purifiés et renouvelés par ta grâce,
nous puissions écouter attentivement ta Parole
et témoigner de ton amour guérisseur.
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

Lorsque la reine de Saba se présenta enfin devant le roi Salomon, l'Écriture dit qu'elle était presque à bout de souffle devant tant d'émerveillement. Ce qu'elle avait entendu était déjà étonnant — mais ce qu'elle vit dépassa tout. Et chose remarquable : elle ne loua pas d'abord Salomon ; elle loua le Seigneur, le donateur de sagesse et de bénédiction.

À Lourdes, quelque chose de similaire se produisit. Des millions de pèlerins vinrent en quête de miracles, de signes et de guérisons. Pourtant, Marie ne montra pas vers elle-même. Elle ne fit pas de prodiges. Elle orienta simplement les cœurs vers Dieu — vers la conversion, la prière et la confiance.

Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus nous rappelle une vérité difficile mais libératrice : le mal ne vient pas de l'extérieur. Il naît à l'intérieur — des cœurs distraits, endurcis ou centrés sur eux-mêmes. La guérison doit donc commencer non par les apparences, mais par la conversion du cœur.

Marie à Lourdes nous invite au même chemin intérieur. L'eau de Lourdes ne remplace pas magiquement la foi — elle l'éveille. La grotte ne détourne pas de Christ — elle conduit à lui. Le vrai miracle n'est pas toujours la guérison physique, mais un cœur qui recommence à vivre.

Beaucoup de pèlerins quittant Lourdes disent quelque chose de surprenant : « Je n'ai pas reçu ce que j'avais

demandé — mais j'ai reçu ce dont j'avais besoin. »
Ils rentrent chez eux transformés, plus doux, plus patients, plus pardonnants.

Peut-être est-ce là le plus grand miracle de Lourdes :
un cœur purifié,
un cœur adouci,
un cœur prêt pour Dieu.

Que Marie, Notre-Dame de Lourdes, nous enseigne à écouter profondément, à faire confiance humblement, et à laisser Dieu nous guérir — à commencer par notre intérieur.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Confiants dans l'intercession de Marie et dans l'amour guérisseur de Dieu, présentons nos offrandes et nous-mêmes au Seigneur. Prions pour que notre sacrifice soit agréable à Dieu le Père tout-puissant.

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

Seigneur Dieu, en offrant ces dons sur ton autel,
purifie nos cœurs et accepte notre humble confiance,
comme tu as accueilli la foi de Bernadette
et la dévotion de tant de pèlerins à Lourdes.
Que ce sacrifice apporte guérison, paix
et espoir renouvelé à ton peuple.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

PRÉFACE *(Notre-Dame de Lourdes – Adaptée à la fête du jour pour méditation personnelle)*

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

Car en la Bienheureuse Vierge Marie,
tu as donné à ton Église un signe d'espérance et de
guérison.

À Lourdes, tu as révélé ta miséricorde

aux humbles et aux pauvres de cœur,
et par Marie tu continues d'appeler tous les hommes
à la prière, à la conversion et à la confiance en ton amour
salvateur.

Elle nous conduit toujours vers le Christ,
le guérisseur du corps et de l'âme,
qui purifie les cœurs et restaure la dignité,
et par qui tu répands la vie en abondance.

Et ainsi, avec les anges et les saints,
et avec tous ceux qui ont trouvé réconfort et renouveau par
son intercession,
nous chantons l'hymne de ta gloire :
Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Comme des enfants confiants en un Père aimant
et comme des pèlerins guidés par la foi de Marie,
prions avec confiance :

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, nous t'en prions, de tout mal,
et surtout de l'endurcissement du cœur
qui nous empêche de te voir et de recevoir ta miséricorde.
Accorde la paix dans nos jours,
afin que, aidés par l'intercession de la Vierge Marie,
Notre-Dame de Lourdes,
nous soyons libres du péché et à l'abri de tout mal,
en attendant l'heureuse espérance
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu as guéri les malades, consolé les cœurs brisés,
et rétabli la paix dans les âmes troublées.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de ton Église,
et accorde-nous la paix qui vient
des cœurs réconciliés et renouvelés,
où tu vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève le péché du monde.
Heureux ceux dont le cœur est ouvert
à sa présence guérissante et salvatrice.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Dans ce moment de silence,
laissons le Seigneur toucher ce qui est le plus profond en
nous.
Comme Bernadette devant la grotte,
nous n'avons pas besoin de beaucoup de mots — juste de
confiance.
Que la grâce reçue devienne
une source d'eau vive
qui jaillit de nos cœurs dans notre vie quotidienne.

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

Seigneur Dieu, renouvelés par ce sacrement de salut,
nous te remercions pour la présence guérissante de ton
Fils.

Par l'intercession de la Vierge Marie de Lourdes,
renforce notre foi, purifie nos cœurs,
et fais de nous des instruments de ta compassion dans le
monde.

Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu le Père vous bénisse
et rapproche toujours votre cœur de lui. Amen.
Que le Christ Seigneur guérisse ce qui est blessé en vous
et vous remplisse de sa paix. Amen.
Que l'Esprit Saint vous renouvelle intérieurement
et vous guide dans la pureté de cœur. Amen.
Et que la bénédiction de Dieu tout-puissant,
le Père, le Fils et le Saint-Esprit,
descende sur vous et demeure avec vous pour toujours.
Amen.

RENOI

Allez en paix, avec des cœurs purifiés et renouvelés,
pour aimer et servir le Seigneur.

PENSÉE À EMPORTER

La plus grande guérison que Dieu désire n'est pas
seulement celle du corps,
mais celle du cœur.
Écoutez profondément — et laissez-le commencer par là.

12 février 2026 – Jeudi de la 5^e semaine du Temps ordinaire

1 Rois 11,4–13 ; Marc 7,24–30

Qu'est-ce qui compte vraiment pour moi ? La foi persistante qui franchit toutes les frontières

INTRODUCTION

Une mère se tenait un jour à la porte d'une salle d'hôpital bien après les heures de visite. L'infirmière lui rappela doucement : « Vous devez partir maintenant. » La mère répondit calmement : « Je partirai... seulement après avoir su que mon enfant est en sécurité. »

Rien n'avait plus d'importance pour elle que la vie de son enfant.

L'Évangile d'aujourd'hui présente une telle mère : une femme qui franchit des frontières — géographiques, religieuses et émotionnelles — pour rejoindre Jésus. Elle refuse de se décourager. En contraste, la première lecture montre le roi Salomon, qui possédait tout, mais laissa peu à peu son cœur s'éloigner de ce qui importait vraiment. Alors que nous nous rassemblons pour cette Eucharistie,

demandons-nous sincèrement : Qu'est-ce qui compte vraiment pour moi ? À quoi suis-je prêt à rester attaché par la foi — et qu'ai-je laissé lentement remplacer Dieu dans mon cœur ?

ACTE PÉNITENTIEL

Frères et sœurs, conscients que nos cœurs sont souvent partagés, demandons au Seigneur miséricorde et guérison.

- Seigneur Jésus-Christ, toi qui proclames la miséricorde de Dieu.
Seigneur, prends pitié.
- Seigneur Jésus-Christ, toi qui proclames la bonté de Dieu.
Christ, prends pitié.
- Seigneur Jésus-Christ, toi qui proclames l'amour fidèle de Dieu.
Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

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

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

Dieu notre Père,
tu unis les peuples de toutes les nations dans la
confession de ton nom.
Purifie nos cœurs de tout ce qui nous éloigne de toi,
et fais que nous, qui avons été régénérés dans le
Baptême,
soyons unis dans la foi et riches en œuvres d'amour.
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 voyageur demanda un jour à un moine sage : « Quel est le plus grand danger dans la vie spirituelle ? » Le moine réfléchit un instant et répondit : « Ce n'est pas que Dieu nous quitte, mais que nous le remplacions lentement. »

Cette réponse simple nous aide à comprendre les lectures d'aujourd'hui. Salomon n'a pas soudainement rejeté Dieu. Il ne s'est pas réveillé un matin en décidant d'abandonner le Seigneur. Cela s'est produit doucement, progressivement. Par commodité, par des relations, par des compromis, d'autres dieux ont trouvé place dans son cœur. Ce qui importait le plus a peu à peu perdu son centre.

Le contraste des lectures

Dans l'Évangile, nous rencontrons un contraste frappant : une femme qui n'a rien selon les normes religieuses — pas de statut, pas de privilège, aucune revendication — mais qui possède une chose qui compte par-dessus tout : une confiance obstinée et courageuse en Jésus. Sa fille

souffre, et elle refuse de s'éloigner.

La réponse de Jésus semble dure au premier abord. Son silence et ses paroles mettent sa foi à l'épreuve. Mais cette femme ne recule pas dans le ressentiment ou la déception. Elle reste, écoute, et répond — non pas avec colère, mais avec humilité et espérance. Sa prière n'est pas raffinée ; elle est persistante.

Ce qu'est vraiment la prière

Cet Évangile corrige doucement un malentendu que nous portons souvent : la prière n'est pas un distributeur automatique. Nous n'insérons pas nos demandes en attendant des résultats immédiats à notre manière. La prière est une relation — et toute vraie relation implique confiance, patience, et parfois lutte.

Cette femme nous enseigne que la foi n'est pas l'absence de questions, ni la garantie de réponses instantanées. La foi, c'est refuser d'abandonner Dieu même lorsqu'il semble silencieux ou lointain. C'est croire que la miséricorde de Dieu dépasse nos attentes et que ses réponses peuvent arriver d'une manière que nous n'avions pas prévue. Un

ancien proverbe dit : « La porte de la miséricorde ne s'ouvre pas par la force, mais par la foi. »

La femme syro-phénicienne a frappé — non pas une fois, mais encore et encore. Et la porte s'est ouverte.

En quittant cette Eucharistie, la question demeure : Qu'est-ce qui compte vraiment pour moi ?

Comme Salomon, nos cœurs peuvent lentement dériver.

Ou, comme cette femme, nous pouvons nous accrocher au Seigneur avec une foi honnête et persévérante.

Puissions-nous partir aujourd'hui en choisissant ce qui compte vraiment — non pas le confort, le contrôle ou la certitude, mais une confiance vivante dans le Dieu qui ne repousse jamais un cœur sincère.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Avec des cœurs confiants, comme la femme de l'Évangile, posons nos vies et nos besoins sur l'autel en présentant ces dons à Dieu.

Prions pour que notre sacrifice soit agréable à Dieu le Père tout-puissant.

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

Seigneur Dieu, reçois les dons que nous t'offrons
et purifie nos cœurs comme tu sanctifies ces offrandes.
Apprends-nous à te chercher par-dessus tout
et à faire confiance à ton œuvre de salut dans nos vies.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

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

Il est juste et nécessaire, toujours et en tout lieu, de te
rendre grâce, Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et
éternel.

Car tu es un Dieu dont la miséricorde ne connaît pas de
frontières.

Tu écoutes le cri des humbles
et réponds à la foi où qu'elle se trouve.

En ton Fils, tu t'approches de l'étranger,
du souffrant, et de celui qui cherche avec persévérance,
révélant que ton amour est offert à tous.

C'est pourquoi, avec les anges et les saints
et avec tous ceux qui se confient à ta miséricorde,
nous chantons l'hymne de ta gloire, et sans fin nous
acclamons :

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Confiants en un Père qui écoute
même le plus petit cri de foi,
prions comme Jésus nous l'a enseigné.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, nous t'en prions, de tout mal,
surtout des cœurs partagés et de la confiance affaiblie.
Accorde-nous la paix dans nos jours,
afin que, soutenus par ta miséricorde,
nous persévérions dans la foi,
jamais découragés dans la prière,
et toujours confiants dans ton amour,
dans l'attente de la bienheureuse espérance
et de la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu as accueilli la foi de l'étranger
et guéri ce qui était brisé.
Ne regarde pas nos peurs ni nos hésitations,
mais la foi de ton Église,
et accorde-lui avec grâce unité et paix
selon ta volonté.
Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui écoute le cri de chaque cœur fidèle
et enlève les péchés du monde.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

La femme demanda des miettes et reçut la guérison.
Nous recevons le Pain de Vie lui-même.
Que cette Eucharistie fortifie notre confiance,
approfondisse notre prière,
et nous enseigne à tenir ferme à ce qui compte vraiment.

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

Seigneur Dieu,
tu nous as nourris du pain venu du ciel.
Fortifie notre foi,
affermiss nos cœurs dans les épreuves,
et aide-nous à faire confiance à ta miséricorde
même lorsque tes chemins nous surprennent.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu qui écoute la foi persistante
fortifie votre confiance. Amen.
Que le Christ, qui a franchi toutes les frontières par amour,
vous rapproche du Père. Amen.
Que le Saint-Esprit garde votre cœur uni
et votre espérance vivante. Amen.
Et que le Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils, ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez dans la paix,
en vous attachant à ce qui compte vraiment.
Nous rendons grâce à Dieu.

PENSÉE À EMPORTER

La foi qui refuse de s'éloigner
trouve toujours une porte ouverte dans le cœur de Dieu.

13 février 2026 – Vendredi de la 5^e semaine du Temps ordinaire

1 Rois 11,29–32; 12,19 ; Marc 7,31–37

INTRODUCTION

On raconte une petite histoire douce sur un couple âgé marié depuis plus de cinquante ans. Lorsqu'on leur demandait le secret de leur longue vie ensemble, le mari souriait et disait : « Nous avons appris très tôt que l'amour ne consiste pas toujours à être d'accord, mais à apprendre à écouter. » Beaucoup de disputes se terminaient, non pas parce que l'un avait gagné, mais parce que chacun avait réellement entendu l'autre.

Aujourd'hui, nous nous rassemblons non seulement pour prononcer nos prières, mais surtout pour écouter — écouter la Parole de Dieu, la présence de Dieu dans le pain et le vin, et écouter les uns les autres. La vraie communion se produit lorsque nos cœurs s'ouvrent, lorsque nos oreilles s'écoutent, et lorsque l'amour de Dieu peut passer à travers nous dans le monde. Ouvrons-nous maintenant à Celui qui nous dit encore : « Sois ouvert. »

ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus,
tu prononces des paroles de vie, et pourtant nous fermons
souvent nos oreilles à ton appel. Seigneur, prends pitié.
Christ Jésus,
tu ouvres les cœurs à la réconciliation, et pourtant nous
restons attachés à nos divisions. Christ, prends pitié.
Seigneur Jésus,
tu nous invites à dire des paroles de guérison, et pourtant
nos paroles blessent parfois. Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu de miséricorde,
qui ouvre ce qui est fermé et guérit ce qui est blessé,
nous pardonne nos péchés,
restaure nos cœurs,
et nous conduise à la liberté de ses enfants,
par le Christ notre Seigneur. Amen.

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

Dieu de vie et de lumière,
ta Parole apporte la guérison à ce qui est brisé
et l'unité à ce qui est divisé.
Ouvre nos oreilles pour entendre ta voix,
adoucis nos cœurs pour recevoir ta vérité,
et façonne nos paroles pour servir la paix et la
réconciliation.
Par Jésus-Christ, ton Fils,
qui vit et règne avec toi
dans l'unité du Saint-Esprit, pour les siècles des siècles.
Amen.

HOMÉLIE

Une enseignante remarqua un jour qu'un de ses élèves ne
répondait jamais aux questions en classe. Quand elle finit
par lui parler en privé, elle découvrit que le garçon
entendait sa voix — mais pas clairement. Il avait appris à
rester silencieux plutôt que de risquer de mal comprendre.

Ce n'est qu'après qu'il eut été aidé pour son problème d'audition que sa confiance revint, et avec elle, sa parole. Dans les lectures d'aujourd'hui, nous rencontrons à la fois la division et la guérison. Le Premier Livre des Rois parle d'un royaume déchiré par l'ambition et le pouvoir. Là où l'écoute fait défaut, l'unité s'effondre. Là où les cœurs se ferment, les relations se fracturent.

L'Évangile nous montre un autre chemin. Un homme qui ne peut ni entendre ni parler est conduit à Jésus. Il ne le guérit pas publiquement ni précipitamment. Jésus l'emmène à l'écart, le touche, lève les yeux vers le ciel, et prononce un seul mot : « Ephphatha — Sois ouvert. » Les oreilles s'ouvrent, et alors seulement la langue peut parler clairement.

Cet ordre a de l'importance. Entendre précède le parler. Écouter précède le témoignage. Dans le baptême, l'Église répète ce même geste et cette même prière, nous rappelant que la foi est d'abord reçue avant d'être proclamée.

Nous vivons dans un monde bruyant, rempli de mots et

d'opinions, mais souvent pauvre en écoute. Quand nous cessons d'écouter — Dieu, les autres — nous devenons spirituellement sourds. Mais lorsque le Christ touche à nouveau nos vies, nos oreilles s'ouvrent, et nos paroles peuvent à nouveau donner la vie.

Un aumônier hospitalier disait que la chose la plus guérissante qu'il pouvait offrir aux patients mourants n'était pas des réponses, mais sa présence — une écoute silencieuse et attentive. Beaucoup disaient ensuite : « Merci de m'avoir écouté. »

C'est ce que fait le Christ aujourd'hui. Il écoute la souffrance humaine, et en ouvrant les oreilles, il restaure la communion. Pussions-nous quitter cette Eucharistie un peu moins sourds à la voix de Dieu, un peu plus attentifs les uns aux autres, et prêts à prononcer des paroles qui guérissent plutôt que divisent.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Frères et sœurs, déposons sur cet autel non seulement le pain et le vin, mais aussi notre désir d'écouter plus profondément et de devenir des instruments de réconciliation.

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

Dieu de communion, accepte ces dons et transforme-les en sacrement de ta présence. Comme tu ouvres nos oreilles à ta Parole, ouvre nos vies à ta paix, afin que ce que nous célébrons ici porte du fruit dans l'amour et le service. 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 toujours et en tout lieu te rendre grâce,

Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

Car par ton Fils

tu te rapproches de toute faiblesse humaine.

Il écoute le cri des pauvres,

touche ce qui est blessé,

et ouvre ce qui est fermé.

En lui, les sourds entendent, les brisés retrouvent leur voix, et les cœurs divisés sont rétablis dans la communion.

C'est pourquoi, avec les anges et les saints

et toute la multitude céleste, nous proclamons ta gloire

et chantons avec joie : Saint, Saint, Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Enfants dont les oreilles ont été ouvertes à la confiance, prions notre Père avec assurance et humilité.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal,

surtout des cœurs qui refusent d'écouter

et des paroles qui divisent plutôt que de guérir.

Accorde la paix dans nos jours, afin que, libérés de la peur,
nous puissions te servir avec des cœurs attentifs
et des voix joyeuses, en attendant l'espérance bénie
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu as parlé la paix aux cœurs troublés
et ouvert ce qui était fermé.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de ton Église,
et accorde-lui gracieusement unité et paix
selon ta volonté.
Toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui ouvre les oreilles et les cœurs,
qui guérit la division et restaure la communion.
Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

En recevant le Corps du Christ,
demandons la grâce
d'entendre plus clairement la Parole de Dieu
et de devenir des voix vivantes de sa miséricorde
dans le monde.

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

Dieu de guérison et de paix,
tu nous as nourris du Pain de Vie.
Que ce sacrement ouvre nos cœurs,
guide nos paroles, et nous fortifie pour vivre
ce que nous avons reçu.
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu, qui ouvre ce qui est fermé,
vous donne des cœurs attentifs et des oreilles à l'écoute.
Amen.

Que le Christ,
qui a touché les blessés et restauré la communion,
fasse de vos paroles des instruments de guérison. Amen.
Que l'Esprit Saint,
qui unit l'Église en un seul corps,
vous guide dans la paix et la réconciliation. Amen.
Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,
le Père, le Fils et le Saint-Esprit. Amen.

RENOI

Allez dans la paix, en écoutant la Parole de Dieu
et en la proclamant avec amour.

PENSÉE À EMPORTER

Avant de parler pour Dieu, nous devons apprendre à
l'écouter.
Des oreilles ouvertes mènent à des paroles qui guérissent
— et à la vraie communion.

14 février 2026 – Samedi de la 5^e semaine du Temps Ordinaire

Fête des saints Cyrille et Méthode

1 Rois 12,26–32 ; 13,33–34 · Marc 8,1–10

INTRODUCTION

Un voyageur arriva un jour dans un pays étranger où il ne connaissait pas la langue. Affamé et fatigué, il entra dans un petit village. Il montra sa bouche, espérant que quelqu'un comprendrait. Une vieille femme sourit, disparut dans sa maison, puis revint avec du pain. Aucun mot n'a été échangé — mais une communion a eu lieu.

Les saints Cyrille et Méthode savaient bien cette vérité. Quand ils sont allés auprès des peuples slaves, ils ne se sont pas demandé : « Que pensera Rome ? » ou « Que diront les puissants ? » Ils se sont demandés plutôt : « Comment ces peuples peuvent-ils entendre Dieu dans leur propre langue ? » Et ainsi, ils leur ont donné un alphabet, traduit les Écritures et nourri leur faim de Dieu.

Les lectures d'aujourd'hui nous confrontent à une question cruciale : **à quelle voix suivons-nous ?**

Le roi Jéroboam a suivi la peur et l'opinion publique — et il a égaré le peuple.

Jésus a suivi la compassion — et a nourri une foule affamée dans le désert.

Alors que nous nous rassemblons pour cette Eucharistie, nous apportons nos propres famines — physiques, émotionnelles, spirituelles. Comme la foule de l'Évangile, nous avons fait un long chemin. Mettons ce peu que nous avons entre les mains du Seigneur et demandons sa miséricorde.

ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus-Christ,

Tu es le Pain descendu du ciel pour donner la vie au monde.

Seigneur, prends pitié.

Tu es l'Eau vive qui étanche la soif la plus profonde du cœur humain.

Christ, prends pitié.

Tu es venu pour que nous ayons la vie, et que nous l'ayons en abondance.

Seigneur, prends pitié.

PRIÈRE D'ABSOLUTION

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

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

Dieu éternel,

Tu as rassemblé les saints Cyrille et Méthode
et les as envoyés pour proclamer ton Évangile
dans une langue que les hommes pouvaient comprendre
et avec un amour que les hommes pouvaient recevoir.

Comme tu nous parles aujourd'hui
et nous nourris du Pain de Vie,
rends-nous capables de transmettre
ce que nous avons nous-mêmes reçu.

Accorde que nos paroles et nos actions
puissent satisfaire la faim de ceux que nous rencontrons.

Nous te le demandons par Jésus-Christ, ton Fils,
qui vit et règne avec toi
dans l'unité du Saint-Esprit... Amen.

HOMÉLIE

Un missionnaire disait un jour : « L'Évangile voyage le plus vite sur le chemin de la compassion. »

Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus remarque quelque chose que d'autres auraient pu ignorer : « Ils sont là avec moi depuis trois jours et n'ont rien à manger. »

Avant d'enseigner, avant de prêcher, avant de corriger — il voit la faim.

Les disciples posent une question désespérée : « Où pourrions-nous trouver du pain pour nourrir ces gens dans un lieu désert ? »

Jésus pose une question pleine d'espérance : « Combien de pains avez-vous ? »

Cette différence change tout.

La première lecture nous montre le danger de poser les mauvaises questions. Le roi Jéroboam craint de perdre le pouvoir et l'opinion publique. Il invente donc un faux culte — et conduit une nation à la famine spirituelle.

Les saints Cyrille et Méthode ont posé une autre question : « Comment le Christ peut-il être véritablement entendu ici ? »

Leur réponse a nourri des générations.

Jésus nous demande encore aujourd'hui : « Que possédez-vous ? »

Pas : Que vous manque-t-il ?

Pas : Que ne pouvez-vous pas faire ?

Un peu de pain mis entre ses mains devient abondance.

Il y a un détail magnifique à la fin de l'Évangile :

« Ils ramassèrent sept paniers de restes. »

Dieu n'est jamais avare.

Quelqu'un a dit après la Communion :

« Je suis venu à la messe vide — mais je repars avec plus que je ne peux porter. »

C'est le miracle que nous célébrons ici.

Puissions-nous, comme Cyrille et Méthode,
porter cette abondance dans les langages de la bonté, du
service et du courage —
pour que d'autres, eux aussi, puissent être nourris.

INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Du peu que nous apportons, tu prépares un festin.

Mettons maintenant nos dons sur l'autel
et demandons au Seigneur de les multiplier
pour la vie du monde.

Prions pour que notre sacrifice soit agréable à Dieu le Père
tout-puissant.

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

Seigneur Dieu, accepte ces dons que nous offrons
en mémoire des saints Cyrille et Méthode.

Comme tu as transformé leurs efforts humbles
en nourriture pour les nations,
transforme ce pain et ce vin
en sacrement de salut,
et fais de nous des instruments de ta compassion.

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 as appelé les saints Cyrille et Méthode
à proclamer l'Évangile au-delà des frontières,
à honorer les cultures sans crainte,
et à faire comprendre ta parole de salut
à tous les peuples.

Par leur témoignage, tu nous enseignes
que ta Parole doit être rompue comme le pain
et partagée avec amour,
pour que personne ne souffre de faim de vérité ou
d'espérance.

Et ainsi, avec les anges et les saints,
avec toutes les langues et toutes les nations,
nous proclamons ta gloire en chantant : Saint, Saint,
Saint...

INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Sur l'ordre du Sauveur et formés par son enseignement
divin,
nous osons dire la prière
qui unit tous les peuples
et nomme Dieu comme Père.

EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal,
en particulier de la peur
qui nous fait nous accrocher à de fausses sécurités.
Accorde la paix dans nos jours,
afin que, nourris de ce Pain de Vie,
nous vivions comme témoins courageux de ton amour,
attendant l'espérance bénie
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ,
tu as nourri les affamés et réconcilié les divisés.
Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de ton Église,

et accorde-lui la paix et l'unité,
selon ton bon vouloir.
Qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

INVITATION À LA COMMUNION

Voici l'Agneau de Dieu,
qui enlève le péché du monde.
Heureux ceux qui sont appelés
au repas de l'Agneau.

MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

Vous avez mangé le Pain de Vie.
Ne le gardez pas pour vous.
Ce que vous avez reçu en silence,
apportez-le à la faim du monde.

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

Dieu de générosité,
tu nous as nourris
avec le Pain du ciel.

Comme tu as fortifié un jour les saints Cyrille et Méthode
pour leur mission,
fortifie-nous pour vivre ce que nous avons reçu
et pour nourrir les autres de foi, d'espérance et d'amour.

Par le Christ notre Seigneur. Amen.

BÉNÉDICTION FINALE

Que Dieu, qui a rassasié la faim de son peuple
et a parlé sa Parole dans toutes les langues,
vous bénisse et fasse de vous une bénédiction.
Que le Christ, le Pain de Vie, vous précède sur tous les
chemins.
Que le Saint-Esprit vous donne le courage
d'offrir ce que vous avez et de faire confiance à
l'abondance de Dieu.
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 par le pain que vous partagez.

PENSÉE À EMPORTER

Dieu ne demande pas combien vous avez —
seulement si vous êtes prêts à le mettre entre ses mains.