

Je me place face à une image de ta croix Seigneur, et je prends le temps de te contempler tel que tu t'es livré. Donne-moi de ne jamais lâcher le solide lien de confiance en Dieu notre Père à tous. Au nom du Père, du Fils et du saint Esprit. Amen.

Les moines de Keur Moussa chantent *Nous adorons, Ô Christ, ta très sainte Croix.*

### **J'écoute avec attention le psaume 17 en imaginant Jésus le prier.**

Je t'aime, Seigneur, ma force :  
Seigneur, mon roc, ma forteresse,  
Dieu mon libérateur, le rocher qui m'abrite,  
mon bouclier, mon fort, mon arme de victoire !

Louange à Dieu !  
Quand je fais appel au Seigneur,  
je suis sauvé de tous mes ennemis.

Les liens de la mort m'entouraient,  
le torrent fatal m'emportait ;  
des liens infernaux m'étreignaient :  
j'étais pris aux pièges de la mort.

Dans mon angoisse, j'appelai le Seigneur ;  
vers mon Dieu, je lançai un cri ;  
de son temple il entend ma voix :  
mon cri parvient à ses oreilles.

*Textes liturgiques © AELF, Paris*

#### **1**

« Je t'aime, Seigneur, ma force : Seigneur, mon roc, ma forteresse... » Je laisse ce cri de tendresse et de confiance me traverser. Avec lui et pour lui, je répète et m'approprie ces mots du psaume. « Je t'aime, Seigneur, ma force : Seigneur, mon roc, ma forteresse. »

#### **2**

Au milieu de ce psaume éclate une louange qui intervient comme à contre-temps : « Louange à Dieu ! » Pourtant, n'est-elle pas une clé pour échapper à mes démons et me détourner du mal ? Quelle expérience en ai-je, ou comment pourrais-je l'expérimenter ?

#### **3**

« Il entend ma voix : mon cri parvient à ses oreilles. » Ces mots de confiance du psalmiste s'appuient sur sa propre expérience d'avoir été écouté et consolé. Entraîné par la même dynamique, je regarde les lieux où mon oreille peut se faire plus attentive.

### **Introduction à la deuxième écoute**

A nouveau j'écoute ce Psaume. Je peux laisser un mot, une expression, creuser mon âme et me désaltérer.

## **Introduction à un temps de prière personnelle**

À la fin de ce temps de prière, je te confie, Jésus, ce qui m'a touché. Je t'écoute m'assurer de ta solidité, de ta protection, de ton aide. Je te confie ces lieux ou situations qui m'enserrent et m'écrasent.

### **Prière de Charles de Foucauld**

Mon Père,  
Je m'abandonne à toi,  
fais de moi ce qu'il te plaira.  
Quoi que tu fasses de moi,  
je te remercie.  
Je suis prêt à tout, j'accepte tout.  
Pourvu que ta volonté  
se fasse en moi, en toutes tes créatures,  
je ne désire rien d'autre, mon Dieu.  
Je remets mon âme entre tes mains.  
Je te la donne, mon Dieu,  
avec tout l'amour de mon cœur,  
parce que je t'aime,  
et que ce m'est un besoin d'amour  
de me donner,  
de me remettre entre tes mains, sans mesure,  
avec une infinie confiance,  
car tu es mon Père.