

Francisco Garate fut simple portier dans un collège jésuite, et tout le monde venait à lui pour avoir des conseils spirituels. A son exemple Seigneur, que toute ma vie rayonne de ta présence et de ta sagesse. Au nom du Père, et du Fils et du Saint Esprit. Amen.

Margaret Rizza chante *Calm me Lord* : « apaise mon âme Seigneur, comme on apaise la tempête, enveloppe-moi de ta paix. »

## 1

Le psalmiste dit sa proximité avec Dieu, son Seigneur : Mon refuge, mon Dieu, mon partage, ma coupe, devant moi, à ma droite. Un instant, je contemple cet homme ou cette femme qui rédige ce psaume, et la présence de Dieu à ses côtés, humble et puissante à la fois.

## 2

Comme croyants, cette expérience du psalmiste est aussi la nôtre. A quels moments Dieu a-t-il été un refuge pour moi, un trésor reçu, inestimable ? A quel moment ai-je pu dire : « Oui Dieu est à ma droite, je suis inébranlable. » ?

## 3

Les fruits de la présence de Dieu sont nombreux : sécurité, conseil, force dans l'épreuve, enseignements, joie et éternité de délices. Je confie une personne ou une situation pour que le Seigneur vienne les visiter et les faire goûter les fruits de sa présence.

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

J'écoute à nouveau attentivement ce psaume, en me laissant rejoindre par un mot ou un verset.

### **Invitation à une prière personnelle**

A cette seconde écoute, un mot ou d'un court passage a retenu mon attention. Je le savoure simplement en étant attentif à ce qui monte de mon cœur. Le Seigneur ma parle.

### **Prière finale**

Notre Père qui es aux cieux,  
que ton nom soit sanctifié,  
que ton règne vienne,  
que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.  
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.  
Pardonne-nous nos offenses,  
comme nous pardonnons aussi  
à ceux qui nous ont offensés.  
Et ne nous laisse pas entrer en tentation,  
mais délivre-nous du Mal.

Amen