

Dans le psaume de ce jour, le psalmiste est dans la détresse. Il appelle Dieu. Avec lui, je demande à Dieu d'entrer dans la paix de celles et ceux qui se confient en lui. Au nom du Père, et du Fils et du Saint Esprit. Amen.

Nous entrons en prière avec *You are the centre, Lord of my life* de Margaret Rizza : « c'est toi, Seigneur, le centre de ma vie ».

### **La lecture de ce jour est tirée du psaume 30**

Tu m'arraches au filet qu'ils m'ont tendu ;  
oui, c'est toi mon abri.  
En tes mains je remets mon esprit ;  
tu me rachètes, Seigneur, Dieu de vérité.

J'entends les calomnies de la foule :  
de tous côtés c'est l'épouvante.  
Ils ont tenu conseil contre moi,  
ils s'accordent pour m'ôter la vie.

Moi, je suis sûr de toi, Seigneur,  
je dis : « Tu es mon Dieu ! »  
Mes jours sont dans ta main : délivre-moi  
des mains hostiles qui s'acharnent.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**1**  
« C'est toi mon abri, en tes mains je remets mon esprit ». Le psalmiste est assailli de difficultés et de cas de conscience. Mais il s'en remet à Dieu. Comme lui, j'ai des choix à faire, des choses qui m'occupent. Je laisse remonter à mon esprit les difficultés que j'éprouve en ce moment et je les dépose dans les mains de Dieu.

**2**  
« J'entends les calomnies de la foule ». Le psalmiste est sensible aux difficultés du monde, à ce qui se passe autour de lui. Je laisse remonter en moi des paroles blessantes entendues, des paroles qui m'ont déstabilisé, des paroles qui m'ont agacé. Et de même, je les remets dans les mains de Dieu

**3**  
« Mes jours sont dans ta main ». Le bruit du monde ne détourne pas le psalmiste de ce qui importe le plus : aimer et servir Dieu. Avec le psalmiste, je demande à Dieu de m'apprendre à le servir chaque jour de ma vie.

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

J'écoute de nouveau ce psaume, je me laisse toucher par le mouvement de confiance qui l'anime. Si un mot ou une expression retient mon attention, je le garde précieusement.

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

Un moment avant la fin de la prière, je recueille ce que le Seigneur m'a fait découvrir, comment il m'a touché. Dans un cœur à cœur tout simple, avec mes propres mots, je lui remets ce qui habite mon cœur et lui demande son soutien.

### **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.