

Aujourd'hui, nous sommes le jeudi 16 juillet.

Au début de ce temps de prière, pour être pleinement attentif à la Parole de Dieu et à ce qu'elle mobilise en moi, je prends le temps de plusieurs respirations profondes... Je demande au Seigneur la grâce de la douceur et de l'humilité de cœur.

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit. Amen

En ce jour où nous fêtons Notre-Dame du Mont-Carmel, écoutons "Antiphon Salve Regina" interprété par les Monks of Norcia.

Salve Regina, Mater misericordiae !  
Vita dulcedo et spes nostra, salve !  
Ad te clamamus, exsules filii Evae.  
Ad te suspiramus, gementes et flentes  
in hac lacrimarum valle.  
Eia ergo, advocata nostra

Traduction :

Salut, ô Reine de miséricorde :  
notre vie, notre douceur et notre espérance, salut !  
Enfants d'Eve, exilés, nous crions vers vous.  
Vers vous nous soupirons,  
gémissant et pleurant dans cette vallée de larmes.  
Ô vous, notre avocate

La lecture de ce jour est tirée du chapitre 11 de l'Évangile selon saint Matthieu.

En ce temps-là, Jésus prit la parole et dit :  
« Venez à moi,  
vous tous qui peinez sous le poids du fardeau,  
et moi, je vous procurerai le repos.  
Prenez sur vous mon joug,  
devenez mes disciples,  
car je suis doux et humble de cœur,  
et vous trouverez le repos pour votre âme.  
Oui, mon joug est facile à porter,  
et mon fardeau, léger. »

Textes liturgiques © AELF, Paris

1. J'entends la compassion de Jésus, sa tendresse, et sa promesse quand il me dit : « viens à moi, toi qui peines sous le poids du fardeau et je te procurerai le repos ». Je laisse ces mots résonner. Ai-je l'expérience d'un tel allègement par l'accueil de sa présence à mes côtés ? Comment davantage accueillir son invitation ?

2. Je prends le temps de visualiser ce qu'était un joug : une pièce de bois, reliant deux animaux

d'attelage labourant côte à côte, répartissant l'effort, et le plus expérimenté apprenant aussi à l'autre à aller droit ; un joug était souvent fait sur mesure pour s'adapter parfaitement. Que m'évoque cette image quand c'est Jésus qui me dit : « Prends sur toi mon joug », « il est facile à porter » ?

3. Devenir le disciple non d'un gourou autoritaire, mais d'un homme « doux et humble de cœur » : recevoir son enseignement, adhérer à sa parole, l'imiter dans cette douceur et cette humilité... Où en suis-je de ma suite de ce maître pas comme les autres ?

J'écoute une deuxième fois ce passage de l'Évangile du jour.

Après avoir écouté le Seigneur me parler dans la prière, je me tourne vers lui pour, à mon tour, prendre la parole : je laisse monter ma louange, ma réaction à ce qu'il dit de lui-même, mon assentiment ou mes difficultés à le suivre.

Pour clore ma prière, je me tourne vers Marie, douce et humble de cœur, afin qu'elle intercède pour ses enfants de l'Église :

Je vous salue Marie, pleine de grâce ;  
Le Seigneur est avec vous.  
Vous êtes bénie entre toutes les femmes  
Et Jésus, le fruit de vos entrailles, est béni.  
Sainte Marie, Mère de Dieu,  
Priez pour nous pauvres pécheurs,  
Maintenant et à l'heure de notre mort.  
Amen

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit. Amen