



En ce jour nous allons prier avec un psaume. Il exprime notre reconnaissance envers Dieu : "De toutes leurs angoisses, Dieu délivre les justes". Dans ma pauvreté, Seigneur, je te demande la grâce de te bénir et de reconnaître ta miséricorde. Au nom du Père et du Fils et du Saint Esprit. Amen.

Holi chante La Paix viendra.

1

« Je bénirai le Seigneur... sa louange à mes lèvres. ». Oui, chaque instant, chaque lieu de mon quotidien est une bonne occasion pour me tourner intérieurement vers le Seigneur mais aussi pour le louer, le prier gratuitement ! Au cœur de ce moment, quelle louange monte de mon cœur ?

2

Toute ma vie « je cherche le Seigneur » dit le psalmiste. Je le fais avec tout mon cœur, mon intelligence, mon désir et aussi mes doutes et mes peurs. Et « il me répond ». Un moment j'écoute les sentiments intérieurs qui m'habitent, se bousculent peut-être ? Quelle est leur origine ? Quelle peut être ma réponse ?

3

« Qui regarde vers lui resplendira » : en me tournant vers le Seigneur, vers sa lumière, je peux être en vérité, dans la confiance. Sans honte, je peux même reconnaître ma pauvreté et mon impuissance. Et si je crie, "le Seigneur entend". À quels signes puis-je le savoir ? Dans quelles circonstances de ma vie l'ai-je vécu ?

Introduction à la deuxième écoute

J'écoute de nouveau ce psaume, attentif aux paroles qui me touchent particulièrement.

Invitation à une prière personnelle



Dans ce moment de prière personnelle, je peux dire au Seigneur ce qui s'est ouvert en moi, les grâces reçues, je le bénis. En étant sous son regard je peux aussi dire ce qui me freine, ce que je ne comprends pas en moi. Je me tourne vers lui, je l'appelle à l'aide.

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