

## A vous qui venez d'entrer dans cette église...

Vous êtes entré(e) pour **prier ou, peut être, pour chercher une présence ou, simplement, pour trouver un peu de silence....**

Vous êtes là, unique, sous le regard de Dieu. Alors confiance, seule compte l'attitude de votre cœur devant lui.

Dans le **dialogue avec Dieu, dans l'écoute de ce qu'Il va vous dire dans votre propre cœur**, Jésus est présent. Il témoigne, au plus profond de nous, de l'amour de son Père pour chacune, pour chacun, pour tous. Dieu est là, toujours aimant, toujours fidèle. Il nous attend dans ce lieu sans nous contraindre, en respectant notre liberté.

Devant le Seigneur épanchons notre cœur. La prière est **ce que nous souhaitons lui dire :**

- notre merci d'être là, dans cette église, où il est présent ;
- notre désir de le rencontrer ;
- notre supplication pour une grâce précise ;
- notre intention de demander à la Vierge Marie et aux saints que nous aimons de prier aussi pour nous, **avec** nous ;
- notre remerciement pour avoir reçu de lui, comme un cadeau, quelque chose qui nous a fait du bien.

**Dieu est notre Père**, nous pouvons nous remettre entre ses mains avec **une confiance, un abandon absolu**. Notre Père sait ce dont

nous avons besoin avant même que nous le lui demandions. Laissons-nous éclairer dans notre vie de chaque jour par son Esprit qui est Amour. Il sait notre faiblesse. Il nous donnera sa force.

Si nous faisons une demande, que ce soit avec **Foi en sa Parole** : "Demandez et l'on vous donnera, cherchez et vous trouverez, frappez et l'on vous ouvrira". Rien n'est impossible à Dieu. Mais sa manière de nous exaucer n'est pas toujours comme nous l'attendons, car lui seul sait ce qui est vraiment bon pour nous et à quel moment répondre à notre prière. Alors disons toujours avec Jésus : " Que ta volonté soit faite" comme lui-même l'a dit à son Père avant de mourir sur la croix. Il nous a dit aussi qu'il voulait porter avec nous nos souffrances et nos angoisses : "Venez, vous tous qui peinez sous le fardeau, et moi je vous donnerai le repos".

Si vous êtes fatigué(e), sans savoir quoi dire au Seigneur, **ce recueil** peut vous aider à trouver une prière ou un texte qui vous aide à lui parler.

La communauté des chrétiens qui se rassemble en ce lieu, en particulier chaque dimanche, pour la messe, est avec vous pour présenter votre prière à Dieu. Un livre d'intentions de prières est à votre disposition près de la statue de la Vierge, où vous pouvez écrire ce que vous désirez demander au Seigneur avant de repartir.

**Soyez dans la confiance et l'espérance,  
vous êtes aimé(e) de Dieu.**

# Sommaire

## PRIERES DE LA TRADITION CHRETIENNE

Titres	Auteurs	N°
<b>a) Prières de toujours</b>		
Notre Père	-	001
Je vous salue Marie	-	002
Je crois en Dieu	-	003
Magnificat	-	004
Viens, Esprit Saint en nos coeurs	-	005
Offrande du matin	-	006
Les Béatitudes	<i>Matthieu, 5 -12</i>	007
Prière du soir	<i>André Sève</i>	008

### b) Méditations sur ces prières de la tradition chrétienne

Je crois en Dieu qui chante et qui fait chanter	-	020
Toi, le Vivant	<i>André Beauchamp</i>	021
Recevez l'Esprit-Saint	-	022
O Esprit-Saint	-	023
Je crois,	<i>Dom Helder Camara</i>	024
Notre Père qui est dans la rue		025
Apprends-nous à vivre	<i>Gilbert Cesbron</i>	026
Trinité très sainte	-	027

## PRIERES DES GRANDS SAINTS OU DES TEMOINS DE L'ÉVANGILE POUR NOTRE TEMPS

Entretenez bien la lampe !	<i>Mère Teresa</i>	040
Seigneur, accorde-moi aujourd'hui cette grâce	<i>Sœur Emmanuelle</i>	041
Laisse-toi guider par l'Esprit Saint	<i>Saint François de Sales</i>	042
Notre Père	<i>Columba de Jesus Estrada</i>	043

Toi, le Ressuscité	<i>Frère Roger de Taizé</i>	044
Rien qu'aujourd'hui	<i>Jean XXIII</i>	045
Donne-moi quelqu'un	<i>Mère Teresa</i>	046
Mets de l'ordre dans ma vie	<i>Saint Thomas d'Aquin</i>	047
Je m'abandonne à toi	<i>Charles de Foucauld</i>	048
Celui qui a Dieu ne manque de rien	<i>Sainte Thérèse d'Avila</i>	049
Vivre l'aujourd'hui de Dieu	<i>Frère Roger de Taizé</i>	050
Tout est à toi	<i>Saint Ignace de Loyola</i>	051
J'attends de toi toute chose	<i>Claude de la Colombière</i>	052
Je remets tout entre tes mains	<i>Ste Thérèse de l'Enfant Jésus</i>	056
Le Seigneur est infiniment juste	<i>Ste Thérèse de l'Enfant Jésus</i>	057
Jésus m'instruit en secret	<i>Ste Thérèse de l'Enfant Jésus</i>	058
La prière, un élan du cœur	<i>Ste Thérèse de l'Enfant Jésus</i>	059

## PRIERES DE CONFIANCE ET D'ABANDON \*

Je n'ai rien à te dire	<i>Jacques Fournier</i>	070
Donne !	<i>Marie Noëlle</i>	071
Des traces sur le sable	<i>Ademas de Borres, Brésil</i>	072
Seigneur ouvre mon coeur	-	073
Que Dieu vous entoure de sa présence aimante	<i>Anselm Grün</i>	076
Tu es entré dans ma vie	<i>Chiara Lubich</i>	077
Dieu, tu comptes sur moi	<i>Equipe de Campinas, Brésil</i>	078
Mon Dieu, je ne vous aime pas	<i>Marie Noelle</i>	079
Donne-moi ta force pour servir	<i>Père José Oscar Beazzo, Brésil</i>	080
Nous voici devant toi Seigneur	-	082
Vous et moi	-	083
Père, augmente ma foi	<i>André Dumont</i>	084
T'offrir ma pauvreté	<i>Pierre Ceyrac, jésuite en Inde</i>	085
Vis le jour d'aujourd'hui	<i>Bernadette Coupey</i>	086
J'ai tout remis entre tes mains	<i>Marie Henrioud</i>	088
Seigneur, tu connais mon coeur	<i>Abbé Aelred de Rievaulx</i>	089
Seigneur, fais que je vois	<i>Norbert Segard</i>	090
Toi qui m'aimes tel que je suis	<i>Michel Hubault</i>	091
Devant toi, Seigneur	<i>Michel Quoist</i>	092

J'ai voulu prier	<i>Jean Debruyne</i>	093
Quand l'amour devient partage	<i>Jean Noël Klinguer</i>	094
Je suis là	-	095
Je sais que tu veux mon bonheur	-	096
Le chemin de Dieu passe par l'homme	<i>Jacques Musset</i>	097
Accorde-moi, Seigneur	<i>Jean Harang</i>	098

\* Voir aussi certaines prières des grands saints et témoins de l'Évangile

### PRIERES DE DEMANDE ET MEDITATIONS POUR DES SITUATIONS SPECIFIQUES

#### a) Pour la mort ou le deuil

Un amour m'attend	<i>Mère Alice-Aimée de l'Enfant Jésus, carmélite</i>	120
Avec toi la mort est belle	<i>Sœur Emmanuelle</i>	121
Toi qui viens de nous quitter	-	122

#### b) Pour les malades ou les personnes âgées

Donne-moi la force	-	130
Je vieillis	<i>Sœur Véronique Sophie</i>	131
Si tu prends soin de moi	<i>Hubert Renard</i>	132
Oui. Seigneur.	<i>Dr Antruc-Rendu</i>	133
Seigneur, bénis ceux qui...	<i>Une malade</i>	134
Seigneur, Dieu de tendresse	<i>Michel Hubault</i>	135

#### c) Pour les jeunes

Sors de tes savates !	<i>Isabelle</i>	140
Avance au large	-	141
Seigneur que ce jour soit lumière	<i>André, Burkina Faso</i>	142
Ma vie comme une danse	<i>Madeleine Delbrêl</i>	143
Cela m'étonne toujours, dit Dieu	<i>Charles Péguy</i>	144
Recommence, je suis près de toi	-	145
Pour être mieux dans sa peau à 20 ans	<i>Elie Bahri, Beyrouth</i>	146

#### d) En cas de rupture

Que mon épreuve me donne un nouveau regard	-	150
Veux-tu me rendre mon couple ?	-	151
Père, veille sur les couples en difficulté	-	152
Prière d'un amour blessé		154

#### e) Pour les exclus

Notre-Dame de la rue	-	160
Délivre nous du mal du refus de l'autre	-	161
Je te prie pour mon frère torturé	-	162

#### f) Pour la paix

Seigneur, fais de moi un instrument de paix	<i>Saint François d'Assise</i>	170
Faire la paix	<i>Jean Galot</i>	171
Je n'ai plus peur de rien	<i>Patriarche Athénagoras</i>	172

### PRIERES AVEC LA VIERGE MARIE

L'extraordinaire vie ordinaire	<i>André Sève</i>	200
Ô Mère de miséricorde	<i>Jean-Paul II</i>	201
Sainte Vierge Marie	<i>Cardinal Etchegaray</i>	202

### PRIERES DE REMERCIEMENTS ET DE LOUANGE

Le souvenir de ta bonté	<i>Henri Suso</i>	212
Louange pour la joie que Dieu donne	<i>Jacques Lebreton</i>	213
Merci Seigneur	<i>Katia</i>	214
Merci Seigneur, tu es là cela me suffit	<i>Paul</i>	215
Tu m'émerveilles Seigneur !	<i>Akacya</i>	216
Seigneur, sois béni	<i>Jean Noël Klinguer</i>	217

## TEXTES PROFANES PRIANTS

Il restera de toi	-	230
La nuit n'est jamais complète	<i>Paul Eluard</i>	231
Bienheureux ceux qui savent rire d'eux-mêmes	<i>Joseph Folliet</i>	232
Alors la paix viendra	<i>Pierre Guilbert</i>	233
La paix est un travail	<i>Jean Debruynne</i>	234
Un sourire		235
Laisse aller ton cri	<i>Colette</i>	236
Le « Je crois » d'un prisonnier		237
Comme un tricot, la vie	<i>R Allais</i>	238
L'amour ne disparaît pas	<i>Henry Scott Holland</i>	239
Ce mur entre nous	-	240
La vie est	-	241
Cette petite fille l'Espérance	<i>Charles Péguy</i>	242

## **Prières de la tradition chrétienne**



**Notre Père**

**N° 001**

**Prières de toujours**

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

A ceux qui nous ont offensés

Et ne nous laisse pas entrer en tentation

Mais délivre-nous du mal.

Amen.



**Je vous salue Marie**

**N° 002**

Je vous salue Marie

Pleine de grâces,

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.



**Je crois en Dieu**

**N° 003**

Je crois en Dieu, le Père tout-puissant,

Créateur du ciel et de la terre.

Et en Jésus-Christ son Fils unique, notre Seigneur,

Qui a été conçu du Saint-Esprit, est né de la Vierge Marie,

A souffert sous Ponce Pilate, a été crucifié,

Est mort, a été enseveli, est descendu aux enfers,

Le troisième jour est ressuscité des morts, est monté aux cieux,

Est assis à la droite de Dieu le Père tout-puissant,

D'où il viendra juger les vivants et les morts.

Je crois en l' Esprit-Saint, à la sainte Eglise catholique

A la communion des saints, à la rémission des péchés,

A la résurrection de la chair, à la vie éternelle,

Amen.



## Magnificat

N° 004

Mon âme exalte le Seigneur,  
Exulte mon Esprit en Dieu mon sauveur !  
Il s'est penché sur son humble servante ;  
Désormais, tous les âges me diront bienheureuse.

Le puissant fit pour moi des merveilles ; saint est son nom.  
Son amour s'étend d'âge en âge sur ceux qui le craignent.  
Déployant la force de son bras, il disperse les superbes.  
Il renverse les puissants de leur trône ; il élève les humbles.

Il comble de biens les affamés,  
Renvoie les riches les mains vides.  
Il relève Israël son serviteur, il se souvient de son amour,  
De la promesse faite à nos pères en faveur d'Abraham  
Et de sa race à jamais.

Gloire au Père, au Fils et au Saint-Esprit,  
Comme il était au commencement,  
Maintenant et toujours dans les siècles des siècles  
Amen.



## Viens Esprit-Saint en nos cœurs

N° 005

Viens, Esprit-Saint, en nos cœurs,  
Et envoie du haut du ciel un rayon de ta lumière.

Viens en nous, père des pauvres,  
Viens, dispensateur des dons, viens, lumière de nos cœurs.  
Consolateur souverain, hôte très doux de nos âmes,  
Adoucissante fraîcheur.

Dans le labeur, le repos ; dans la fièvre, la fraîcheur ;  
Dans les pleurs, le réconfort.

Ô lumière bienheureuse,  
Viens remplir jusqu'à l'intime le cœur de tous tes fidèles.

Sans ta puissance divine,  
Il n'est rien en aucun homme, rien qui ne soit perverti.

Lave ce qui est souillé, baigne ce qui est aride,  
Guéris ce qui est blessé.

Assouplis ce qui est raide, réchauffe ce qui est froid,  
Rends droit ce qui est faussé.

A tous ceux qui ont la foi et qui en toi se confient,  
Donne tes sept dons sacrés.

Donne mérite et vertu, donne le salut final,  
Donne la joie éternelle.

Amen





## Offrande du matin

N° 006

Seigneur,  
Dans le silence de ce jour naissant,  
Je viens te demander la paix, la sagesse, la force.  
  
Je veux regarder aujourd'hui le monde  
Avec des yeux tout remplis d'amour.  
  
Etre patient, compréhensif, doux et sage  
Voir tes enfants comme tu les vois toi-même,  
Au delà des apparences  
Et ainsi ne voir que le bien en chacun.  
  
Ferme mes oreilles à toute calomnie,  
Garde ma langue de toute malveillance,  
Que seules les pensées qui bénissent  
Demeurent en mon esprit.  
  
Que je sois si bienveillant et si joyeux  
Que tous ceux qui m'approchent  
Sentent ta présence.  
  
Revêts-moi de ta beauté, Seigneur,  
Et qu'au long de ce jour, je te révèle.



## Les Béatitudes

N° 007

Heureux ceux qui ont une âme de pauvre,  
Car le Royaume des Cieux est à eux.

Heureux les doux,  
Car ils posséderont la terre.

Heureux les affligés,  
Car ils seront consolés.

Heureux les affamés et assoiffés de la justice,  
Car ils seront rassasiés.

Heureux les miséricordieux,  
Car ils obtiendront miséricorde.

Heureux les cœurs purs,  
Car ils verront Dieu.

Heureux les artisans de paix,  
Car ils seront appelés fils de Dieu.

Heureux les persécutés pour la justice,  
Car le Royaume des Cieux est à eux.

Heureux êtes-vous quand on vous insultera, qu'on vous persécutera, et  
Qu'on dira faussement contre vous toute sorte d'infamie à cause de moi.

Soyez dans la joie et l'allégresse, car votre récompense sera grande  
dans les cieux : c'est bien ainsi qu'on a persécuté les Prophètes, vos  
devanciers.

*(Matthieu 5, 1-12)*



## Prière du soir

N° 008

Seigneur, toi qui as inventé la nuit,  
Donne-nous une belle nuit.  
Nous sommes fatigués, énervés, peut-être trop soucieux.

Apaise-nous, redonne-nous cette confiance en toi  
Que chantent si bien les psaumes :  
« Avec toi, Seigneur, on peut franchir tous les murs ! »

Demain matin, si tu es avec nous, il n'y aura pas de murs.  
Nous n'avons pas assez aimé nos frères aujourd'hui.

Mets dans notre cœur le pardon  
Et la volonté de progresser en amour.

Nous n'avons pas assez bien parlé de toi par nos mots,  
Nos manières de faire, notre espérance.

Pardon si quelqu'un a pu penser en nous voyant :  
« Etre chrétien, qu'est-ce que ça change ? »

Nous te disons : « Vienne ton règne » pour nous endormir ce soir  
Et nous réveiller demain dans un désir encore plus fort  
Que tu sois connu et aimé.

C'est à toi que nous voulons dire le dernier mot de cette journée :  
« Gloire au Père, au Fils et à l'Esprit,  
Maintenant et pour les siècles des siècles ».

*André Sève*



**Je crois en Dieu qui chante  
et qui fait chanter la vie**

**N° 020**

**Méditations sur ces prières  
de la tradition chrétienne**

Je crois que **Dieu est Père**, Il se dit en chantant.

Il fait autour de nous chanter la Création.

Il invite chacun à faire chanter sa vie,

Mais nos vies chantent juste en s'accordant à lui !

Je crois **en Jésus-Christ** qui est chanson du Père.

Je crois que l'Évangile nous chante son amour.

Il fait chanter nos vies, même les plus mouvementées,

Et même nos échecs, la souffrance et la mort !

Je crois en **l'Esprit Saint**, chant de brise et d'ouragan

Qui accorde nos vies aux musiques de Dieu :

Et je crois en l'Église, cœur aux multiples voix

Qui chante pour les hommes, le chant de la Vraie Vie.



## Toi, le Vivant !

N° 021

Toi, le Vivant

Tu es sorti du tombeau.

Tu t'es relevé de la mort.

Ni la haine, ni la souffrance, ni le mal n'ont pu t'anéantir.

Au-delà de la mort, le Père t'a tendu la main

Et la joie de Pâques rayonne sur ton visage.

Je crois en toi, Seigneur ressuscité,

Toi, mon frère en humanité.

Apprends-moi à vivre en ressuscité

Dès maintenant, accroché à toi,

Le Vivant, pour les siècles des siècles.

Amen.

*André Beauchamp*



## Recevez l'Esprit Saint

N° 022

**Viens**, Esprit Saint,

Brise légère, étincelle de feu,

**Viens** faire en nous ce qui est impossible

Que nous fassions sans toi.

**Viens**, douce clarté intérieure,

Purifier, pacifier et illuminer notre cœur.

**Viens**, toi notre défenseur, notre fidélité,

Sois notre courage et notre persévérance

Dans l'adversité et dans nos luttes contre les forces du mal.

**Viens**, toi, notre maître intérieur, aide-nous à comprendre

Les mystères de l'homme et de Dieu ;

A refuser le mensonge et à aimer la vérité.

**Viens**, toi notre mémoire intérieure,

Rappelle-nous tout ce que Jésus a dit et fait pour nous.

**Viens**, toi la source de toute vocation,

Unifie et diversifie l'Eglise du Christ,

Donne-lui l'audace de témoigner

Du pardon et de la gratuité de Dieu.

**Viens**, toi notre guide intérieur,

Ouvre les chemins de notre cœur,

Conduis-nous vers le Royaume du Père ;

Dirige le cours de notre vie

Et le fleuve de l'histoire de l'humanité vers l'océan de Dieu,

Père, Fils et Esprit-Saint. Amen.



## Ô Esprit Saint !

N° 023

Ô Esprit Saint,  
Amour du Père et du Fils,  
Inspirez-moi toujours,  
  
Ce que je dois penser,  
Ce que je dois dire,  
Comment je dois le dire,  
  
Ce que je dois taire,  
Ce que je dois écrire,  
Comment je dois agir,  
Ce que je dois faire.  
  
Pour vivre de votre amour.



## Je crois

N° 024

### Je crois

Je crois en Dieu qui est le père de tous les hommes  
Et qui leur a confié la terre.  
Je crois en Jésus-Christ qui est venu pour nous encourager  
Et nous guérir, pour nous délivrer  
Et nous annoncer la paix de Dieu avec l'humanité.  
Je crois en l'Esprit de Dieu  
Qui travaille en tout homme de bonne volonté.  
Je crois que l'homme vivra de la vie de Dieu pour toujours.

### Je veux croire

Je ne crois pas au droit du plus fort, au langage des armes,  
A la puissance des puissants.  
Je veux croire aux droits de l'homme, à la main ouverte,  
A la puissance des non-violents.  
Je ne crois pas à la race ou à la richesse,  
Aux privilèges, à l'ordre établi.  
Je veux croire que le monde entier est ma maison.  
Je veux croire que le droit est un, ici et là  
Et que je ne suis pas libre tant qu'un seul homme est esclave.

### J'ose croire

Je ne crois pas que la guerre et la faim soient inévitables  
Et la paix inaccessible.  
Je veux croire à l'action modeste, à l'amour aux mains nues  
Et à la paix sur terre.  
Je ne crois pas que toute peine soit vaine.  
Je ne crois pas que le rêve de l'homme restera un rêve  
Et que la mort sera la fin.  
Mais j'ose croire, toujours et malgré tout, à l'homme nouveau  
J'ose croire au rêve de Dieu même :  
Un ciel nouveau, une terre nouvelle où la justice habitera.

*Dom Helder Camara*



**Notre Père qui  
est dans la rue**

**N° 025**

Notre Père qui est dans la rue, dans notre vie quotidienne,  
Partout dans nos luttes.

Que ton nom et ton message soient reconnus.

Que ta justice soit faite.  
Que le partage soit vécu comme tu nous l'as montré.

Que cesse l'oppression et l'exploitation des hommes  
Que la dignité de tout homme soit reconnue.

Donne-nous la force de continuer ce que tu as commencé.

Montre-nous comment construire une société nouvelle  
Dans laquelle les femmes et les hommes  
Vivent de nouveaux rapports sociaux.

Délivre-nous de notre suffisance et de notre soif de pouvoir.

Que nos mains continuent la pratique de Jésus  
Dans les gestes de partage et de solidarité.  
Que le regard de Jésus nous aide à dépasser nos frontières.

Donne-nous le courage de résister  
A l'attrait de l'argent et de tout privilège.

Donne-nous la force de résister  
A la société de consommation et à ses fausses sécurités.

Arme-nous d'une solidarité à toute épreuve. Amen



**Apprends-nous à vivre**

**N° 026**

Seigneur,

Apprends-nous à vivre selon les Béatitudes

Apprends-nous à distinguer, grâce à elles,

L'essentiel de l'accessoire,

L'important du dérisoire,

L'éternel de l'éphémère

Et le primordial du secondaire.

Délivre-nous de toutes les peurs :

La peur d'être dupes,

La peur de perdre un privilège,

La peur de manquer,

La peur de souffrir.

Alors nous pourrons entrer dans ton royaume,

Le royaume de l'Amour.

*Gilbert Cesbron*



Trinité très sainte

N° 027

Trinité très sainte,  
Merci de nous avoir révélé ce qui fait le cœur de votre être :  
L'amour intense qui vous unit,  
**Père, Fils et Esprit.**

Ô **Père**, nous sommes tes enfants.  
Nous savons que tu nous aimes personnellement et  
passionnément  
Au point de nous donner ton Fils unique.

Et toi, Jésus, le **Fils** bien-aimé du Père,  
Notre frère dans la foi et dans la joie,  
Marche avec nous sur tous nos chemins, tiens notre main.  
Que nous ayons la certitude  
Que tu es avec nous en tout temps  
Pour nous conduire à la demeure du Père.

Et vous, **Esprit très saint**, donnez-nous votre lumière  
Pour que nous sachions quoi être et quoi faire  
Pour nous conformer au désir du Père.  
Donnez-nous aussi votre force  
Pour que nous marchions fermement dans la lumière entrevue.

Amen.

**Prières des grands saints  
et des témoins de l'Évangile pour notre temps**





## Entretenez bien la lampe

N° 040

Ne vous imaginez pas  
Que l'Amour, pour être vrai, doit être extraordinaire.  
Ce dont on a besoin, c'est de continuer à aimer.

Comment une lampe brille-t-elle,  
Si ce n'est pas par l'apport continu de petites gouttes d'huile ?  
Mes amis, que sont ces gouttes d'huile dans nos lampes ?

Elles sont les petites choses de la vie de tous les jours :  
La joie, la générosité, les petites paroles de bonté,  
L'humilité et la patience,  
Simplement aussi une pensée pour les autres,  
Notre manière de faire silence,  
D'écouter, de regarder, de pardonner, de parler et d'agir.  
Voilà les véritables gouttes d'Amour  
Qui font brûler toute une vie d'une vive flamme.

Ne cherchez donc pas Jésus au loin ;  
Il n'est pas que là-bas, il est en vous.  
Entretenez bien la lampe et vous le verrez.

*Mère Teresa*



## Seigneur, accorde-moi aujourd'hui cette grâce

N° 041

Seigneur, accorde-moi aujourd'hui cette grâce :  
Que rien ne puisse troubler ma paix en profondeur,  
Mais que j'arrive à parler santé, joie, prospérité,  
A chaque personne que je vais rencontrer,  
Pour l'aider à découvrir les richesses qui sont en elle.

Aide-moi surtout, Seigneur, à savoir regarder  
La face ensoleillée de chacun de ceux avec qui je vis.  
Il m'est parfois si difficile, Seigneur,  
De dépasser les défauts qui m'irritent en eux,  
Plutôt que de m'arrêter à leurs qualités vivantes,  
Dont je jouis sans y prendre garde.

Aide-moi aussi, Seigneur,  
A regarder ta face ensoleillée,  
Même en face des pires événements :  
Il n'en est pas un qui ne puisse être source d'un bien qui m'est encore caché,  
Surtout si je m'appuie sur Marie.

Accorde-moi, Seigneur, la grâce  
De ne travailler que pour le bien, le beau et le vrai,  
De chercher sans me lasser, dans chaque homme,  
L'étincelle que Tu y as déposée  
En le créant à ton image.

Accorde-moi encore d'avoir autant d'enthousiasme  
Pour le succès des autres que pour le mien,  
Et de faire un tel effort pour me réformer moi-même  
Que je n'aie pas le temps de critiquer les autres.

*Sœur Emmanuelle*



**Laisse-toi guider  
par l'Esprit Saint**

**N° 042**

Rien ne te troublera autant que l'amour-propre.

Que la douceur envers les autres  
Et l'humilité envers Dieu  
Soient les maîtresses cordes de ton bonheur.

Aie patience envers tous  
A commencer par toi-même.

Laisse-toi guider par l'Esprit Saint  
Que Dieu soit ta vie et ta joie.

*Saint François de Sales*



**Notre Père**

**N° 043**

Je ne puis dire : « **Notre Père** »,  
Si je ne vois pas tous les hommes comme des frères.  
Je ne puis dire : « **Qui es aux cieux** »,  
Si ce qui me préoccupe ce sont les biens de la terre.  
Je ne puis dire : « **Que ton nom soit sanctifié** »,  
Si ma vie est une image fausse du Christ.  
Je ne puis dire : « **Que ton Règne vienne** »  
Si je n'accepte pas ce défi et si je ne m'engage pas activement  
A l'extension de son Règne ici et maintenant  
Je ne puis dire : « **Que ta volonté soit faite** »,  
Si je divinise ma volonté et que seul importe ce que je veux.  
Je ne puis dire : « **Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour** »,  
Si je ne suis pas capable de partager mon pain avec les plus nécessiteux.  
Je ne puis dire : « **Pardonne-nous nos offenses,  
Comme nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés** »,  
Si ma vie est une permanente offense à la justice et à la charité et que mon  
coeur ne sait pas pardonner.  
Je ne puis dire : « **Ne nous laisse pas tomber en tentation  
Et délivre-nous du mal** »,  
Si je ferme les yeux à la main tendue de tous les oubliés et perdus  
Je ne puis dire : « **Amen** ».

*Columba de Jesus Estrada, missionnaire*



## Toi, le Ressuscité

N° 044

Toi, le Ressuscité, comme un pauvre  
Qui ne veut pas s'imposer  
Tu accompagnes chacun  
Sans forcer l'entrée de notre cœur.  
Tu es là, tu offres ta confiance,  
Tu ne délaisses personne,  
Même quand les profondeurs crient de solitude.

Pour t'accueillir, nous avons besoin de guérison.  
Pour te reconnaître, il importe que nous prenions le risque  
De refaire à tout moment le choix de te suivre.  
Sans ce choix, à chaque fois radical, nous nous traînons.  
Te choisir, c'est t'entendre nous dire :  
« Toi, m'aimes-tu plus que tout autre ? »

*Frère Roger de Taizé*



## Rien qu'aujourd'hui

N° 045

Rien qu'aujourd'hui, j'essaierai de vivre exclusivement la journée  
Sans tenter de résoudre le problème de toute ma vie.

Rien qu'aujourd'hui, (...) je ne critiquerai personne.  
Et ne prétendrai redresser ou discipliner personne, si ce n'est moi.

Je serai heureux rien qu'aujourd'hui, dans la certitude d'avoir été créé pour le  
Bonheur, non seulement dans l'autre monde, mais aussi dans celui-ci.

Rien qu'aujourd'hui, je m'adapterai aux circonstances,  
Sans prétendre que celles-ci se plient à tous mes désirs.

Rien qu'aujourd'hui, je consacrerai dix minutes à la lecture de la Parole (...),  
Nécessaire à la vie de l'âme.

Rien qu'aujourd'hui, je ferai une bonne action,  
Et je n'en parlerai à personne.

Rien qu'aujourd'hui, j'établirai un programme détaillé de ma journée (...)  
Et je me garderai de deux calamités : la hâte et l'indécision.

Rien qu'aujourd'hui, je ferai au moins une chose que je n'ai pas envie de faire,  
Et si j'étais offensé, j'essaierai que personne ne le sache.

Rien qu'aujourd'hui, je croirai fermement,  
Même si les circonstances prouvent le contraire,  
Que la bonne providence de Dieu s'occupe de moi,  
Comme si rien d'autre n'existait au monde.

Rien qu'aujourd'hui, je ne craindrai pas.  
Et tout spécialement, je n'aurai pas peur  
D'apprécier ce qui est beau, et de croire en la bonté.

*Jean XXIII*



**Donne-moi quelqu'un**

**N° 046**

Quand je suis affamé,  
Donne-moi quelqu'un qui ait besoin de nourriture.

Quand j'ai soif,  
Envoie-moi quelqu'un qui ait besoin d'eau.

Quand j'ai froid,  
Envoie-moi quelqu'un à réchauffer.

Quand je suis blessé,  
Donne-moi quelqu'un à consoler.

Quand ma croix devient lourde,  
Donne-moi la croix d'un autre à partager.

Quand je suis pauvre,  
Conduis-moi à quelqu'un dans le besoin.

Quand je n'ai pas de temps,  
Donne-moi quelqu'un que je puisse aider un instant.

Quand je suis humilié,  
Donne-moi quelqu'un dont j'aurai à faire l'éloge.

*Mère Teresa*



**Seigneur, mets de l'ordre  
dans ma vie**

**N° 047**

Seigneur, mets de l'ordre dans ma vie,  
Et ce que tu veux que fasse,  
Donne-moi de le connaître,  
Donne-moi de l'accomplir comme il faut  
Et comme il est utile au salut de mon âme.

Que j'aie vers toi, Seigneur, par un chemin sûr,  
Droit, agréable et menant au terme,  
Un chemin qui ne s'égare pas  
Entre les prospérités et les adversités,  
En sorte que je te rende grâce dans les choses prospères  
Et que je garde la patience dans les choses adverses,  
Ne me laissant ni exalter par les premières,  
Ni abattre par les secondes.

Seigneur, que toute joie sans toi me fatigue,  
Et que je ne désire rien en dehors de toi.  
Que tout travail pour toi, Seigneur,  
Me soit agréable et tout repos sans toi insupportable.  
Donne-moi souvent de porter mon cœur vers toi,  
Et quand je faiblis, de peser ma faute avec douleur,  
Avec un ferme propos de me corriger.

*Saint Thomas d'Aquin (1225-1274)*



**Je m'abandonne à toi**

**N° 048**

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.

Comme 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.

*Charles de Foucauld*



**Celui qui a Dieu  
ne manque de rien**

**N° 049**

Que rien ne te trouble,

Que rien ne t'effraie,

Tout passe,

Dieu ne change pas.

La patience obtient tout.

Celui qui a Dieu ne manque de rien

Dieu seul suffit.

*Sainte Thérèse d'Avila*



**Vivre l'aujourd'hui de Dieu**

**N° 050**

Jésus-Christ, tu le sais,  
Jamais nous ne voudrions  
Choisir l'obscurité, mais toujours ta lumière intérieure.

Jésus le Ressuscité,  
Si peu que nous percevions ton Esprit Saint,  
Il est vie pour nous.

Si peu que nous comprenions ton Evangile,  
Il est lumière au milieu de nous.

Si peu que nous saisissons ton Eucharistie,  
Elle est présence vivante en nous.

*Frère Roger de Taizé*



**Tout est à toi**

**N° 051**

Prends, Seigneur et reçois  
Toute ma liberté,  
Ma mémoire, mon intelligence  
Et toute ma volonté,  
Tout ce que j'ai et possède.

Tu me l'as donné ;  
A toi, Seigneur, je le rends.

Tout est à toi,  
Disposes-en  
Selon ton entière volonté.

Donne-moi de t'aimer,  
Donne-moi cette grâce :  
Voilà qui me suffit.

*Saint Ignace de Loyola*



**J'attends de toi  
toute chose**

**N° 052**

Mon Dieu, je suis persuadée  
Que tu veilles  
Sur ceux qui espèrent en toi,  
Et qu'on ne peut manquer de rien  
Quand on attend de toi toute chose,  
Que j'ai résolu désormais de vivre  
Sans aucun souci,  
Et de me décharger sur toi  
De toutes mes inquiétudes.

*Saint Claude de la Colombière*



**Je remets tout  
entre ses mains**

**N° 056**

Si le Bon Dieu ne se chargeait pas de tout,  
Je ne sais comment je ferais.  
Mais j'ai une si grande confiance en Lui  
Qu'il ne pourra pas m'abandonner,  
Je remets tout entre ses mains.

*Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus*



**Le Seigneur est  
Infiniment juste**

**N° 057**

Le Seigneur est infiniment juste  
Et c'est cette justice qui effraie tant d'âmes  
Qui fait le sujet de ma joie et de ma confiance.  
J'espère autant de la justice du bon Dieu que de sa miséricorde.  
C'est parce qu'il est juste qu'il est compatissant et rempli de  
douceur,  
Lent à punir et abondant en miséricorde.  
Car il connaît notre fragilité.  
Comme un Père a de la tendresse pour ses enfants,  
Ainsi le Seigneur a compassion de nous.

*Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus*



**Jésus m'instruit  
dans le secret**

**N° 058**

Sans se montrer, sans faire entendre sa voix,  
Jésus m'instruit dans le secret.  
Je sens qu'il est en moi, à chaque instant,  
Il me guide, m'inspire ce que je dois dire ou faire.  
Je découvre juste au moment où j'en ai besoin  
Des lumières que je n'avais pas encore vues ;  
Ce n'est pas le plus souvent pendant mes oraisons  
Qu'elles sont le plus abondantes,  
C'est plutôt au milieu des occupations de ma journée.

*Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus*





**La prière,  
un élan du cœur**

**N° 059**

Pour moi, la prière, c'est un élan du cœur,  
C'est un simple regard jeté vers le ciel,  
C'est un cri de reconnaissance et d'amour  
Au sein de l'épreuve comme au sein de la joie ;  
Enfin c'est quelque chose de grand, de surnaturel,  
Qui me dilate l'âme et m'unit à Jésus.

*Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus*

**Prières de confiance et d'abandon**



## Je n'ai rien à te dire

N° 070

Je n'ai rien à te dire, mais passant par là  
J'ai poussé la porte, pour voir... par curiosité...

Comme il fait bon dans ce silence,  
Et je me laisse envahir par lui.  
Comme il fait bon dans ta maison.

Je n'ai rien à te dire, mais cet autel m'attire  
Et ces chaises et ces bancs vides  
Me parlent des hommes absents,  
Qui viennent y prier à d'autres heures  
Parce que, pour eux, tu es le Dieu Vivant.  
Mais oui, bien sûr.

Tu es l'Eternel, le Saint, le Créateur, l'Immense  
Celui qui est, celui qui était, celui qui vient.

J'ai poussé la porte en cette antique église  
Où tout parle de toi. J'y fais une pause.  
Mais il me faut repartir et je voudrais rester encore.

Je n'avais rien à te dire et je me surprends à te parler.  
J'emporte avec moi, et pas seulement pour moi,  
Ton silence et ta paix, ton humble présence en ce lieu,  
Dieu fort, Dieu grand, Dieu immortel.

Tu m'as accueilli. Je t'ai rencontré.  
Je le dirai à mes frères.  
S'ils pouvaient un jour aussi rencontrer ta présence.

*Jacques Fournier*



## Donne !

N° 071

Vous voilà, mon Dieu, Vous me cherchez ?  
Que voulez-vous ? Je n'ai rien à vous donner !

Depuis notre dernière rencontre,  
Je n'ai rien mis de côté pour vous.  
Rien... pas une bonne action, j'étais trop lasse.  
Rien, pas une bonne parole, j'étais trop triste.  
Le dégoût de vivre, l'ennui, la stérilité...

**Donne !**

La hâte, chaque jour, de voir la journée finie,  
Sans servir à rien, le détachement du bien faire,  
La lassitude de vous, ô mon Dieu !

**Donne !**

La torpeur de l'âme, le remords de ma mollesse  
Et la mollesse plus forte que le remords...

**Donne !**

Le besoin d'être heureuse, la douleur  
D'être moi sans recours !

**Donne !**

Des troubles, des épouvantes, des doutes !

**Donne !**

Seigneur, voilà que comme un chiffonnier  
Vous allez, ramassant des déchets, des immondices !  
Qu'en voulez-vous faire, Seigneur !

**Le Royaume des cieux.**

*Marie Noëlle*



## Des traces sur le sable

N° 072

J'ai rêvé que je cheminai sur la plage en compagnie du Seigneur,  
Et que, dans la toile de ma vie,  
Se réfléchissaient tous les jours de ma vie.

J'ai regardé en arrière, et j'ai vu,  
Qu'à ce jour où passait le film de ma vie,  
Surgissaient des traces sur le sable ;  
L'une était mienne, l'autre celle du Seigneur.

Ainsi, nous continuons à marcher  
Jusqu'à ce que tous mes jours fussent achevés.

Alors, je me suis arrêté, j'ai regardé en arrière.  
J'ai retrouvé, alors, qu'en certains endroits  
Il y avait seulement une empreinte de pied...  
Et ces lieux coïncidaient justement avec les jours  
Les plus difficiles de ma vie, les jours de plus grande angoisse,  
De plus grande peur et de plus grandes douleurs.

J'ai donc interrogé :  
Seigneur, tu as dit que tu étais avec moi  
Tous les jours de ma vie,  
Et j'ai accepté de vivre avec toi.  
Mais, pourquoi m'as-tu laissé seul ?

### Et le Seigneur me répondit :

« Mon fils, je t'aime, j'ai dit que je serais avec toi  
Durant la promenade,  
Et que je ne te laisserais pas une seule minute.  
Je ne t'ai pas abandonné.

**Les jours où tu as vu à peine une trace sur le sable  
Furent les jours où je t'ai porté... »**

*Ademas de Borres*



## Seigneur, ouvre mon cœur

N° 073

Seigneur, ouvre mon cœur  
A celui que je ne veux pas aimer.  
Ouvre mes mains  
Pour celui que je ne veux pas aider.  
Ouvre mes yeux vers celui  
Que je ne veux pas accueillir.

Fais que j'entende, non pas ma volonté, mais ta volonté.

Seigneur, change nos cœurs.  
Avec Marie, ta mère, pétris-nous  
De votre tendresse et de votre paix.  
Apprends-nous à partager sans cesse  
Et donne à chacun un cœur prêt à aimer.



**Que Dieu vous entoure  
de sa présence aimante**

**N° 076**

Que Dieu bon et miséricordieux vous bénisse,  
Qu'il vous entoure de sa présence aimante.

Qu'il soit à vos côtés au lever et au coucher,  
Au départ de chez vous et à votre retour.

Lorsque vous travaillez, qu'il vous aide à réussir.

Qu'il vous protège quel que soit votre chemin  
Et vous soutienne quand vous faiblissez.

Qu'il soit avec vous dans chaque rencontre,  
Et qu'il ouvre votre regard  
Au mystère de chaque visage.

*Anselm Grün*



**Tu es entré dans ma vie**

**N° 077**

Je t'aime.

Parce que tu es entré dans ma vie

Plus que l'air dans mes poumons.

Plus que le sang dans mes veines.

Que tu es arrivé là où personne ne pouvait pénétrer.

Quand personne ne pouvait m'aider.

Chaque fois que personne ne pouvait me consoler.

Je t'aime.

Parce que, des années durant, tu as vécu avec moi.

Et moi j'ai vécu de toi.

J'ai bu à ta loi.

Et je ne m'en rendais pas compte.

Je m'en suis nourrie.



**Dieu, tu comptes sur moi**

**N° 078**

Dieu, toi seul, tu donnes la foi mais moi,  
Je peux donner mon témoignage.

Dieu, toi seul, tu donnes l'espérance mais moi,  
Je peux rendre confiance aux frères.

Dieu, toi seul, tu donnes la paix, mais moi,  
Je peux semer l'union.

Dieu, toi seul, tu donnes la force, mais moi,  
Je peux soutenir un découragé.

Dieu, toi seul, tu es le chemin, mais moi,  
Je peux l'indiquer aux autres.

Dieu, toi seul, tu es la lumière, mais moi,  
Je peux la faire briller aux yeux de tous.

Dieu, toi seul, tu es la vie, mais moi,  
Je peux rendre aux autres le désir de vivre.

Dieu, toi seul, tu peux tout faire,  
Mais tu préfères compter sur moi.

*Une équipe de la ville de Campinas, Brésil*



**Mon Dieu,  
je ne vous aime pas**

**N° 079**

Mon Dieu, je ne vous aime pas,  
Je ne le désire même pas,  
Je m'ennuie avec vous.

Peut-être que je ne crois pas en vous.  
Mais regardez-moi en passant,  
Abritez-vous un moment dans mon âme,

Si vous avez envie que je crois en vous,  
Apportez-moi la foi.  
Si vous avez envie que je vous aime,  
Apportez-moi l'amour.

Moi, je n'en ai pas et je n'y peux rien.  
Je vous donne ce que j'ai :  
Ma faiblesse, ma douleur...  
Et ce désespoir...  
Et cette honte affolée...  
Mon mal, rien que mon mal  
Et mon ESPERANCE.

*Marie- Noëlle*



**Donne-moi ta force  
pour servir**

**N° 080**

Seigneur, donne-moi des yeux pour te voir dénudé et affamé,  
Des oreilles, pour t'écouter criant et suppliant.

Donne-moi des mains pour te soigner, malade et emprisonné.  
Donne-moi un coeur ouvert pour t'accueillir étranger et sans toit,  
Dans la maison de la fraternité,

A la table du partage, donne-moi l'intelligence  
Pour construire des ponts,  
Un coeur pour briser les frontières,  
L'audace pour les dénoncer.

Donne-moi la force pour la marche,  
L'appui dans les tribulations,  
L'intrépidité dans la prophétie.

Donne-moi le courage  
De raccourcir les distances,  
Globaliser les solidarités, rallumer les rêves,  
Planter des fleurs et des sourires d'un avenir d'espoir.

*Père José Oscar Beozzo (Brésil)*



**Nous voici  
devant toi, Seigneur**

**N° 082**

Nous voici devant toi, Seigneur,  
A bout de souffle, à bout de courage, à bout d'espoir.

Perpétuellement écartelés entre l'infini de nos désirs  
Et les limites de nos moyens,  
Bousculés, tiraillés, énervés, épuisés.  
Nous voici devant toi, Seigneur,  
Enfin immobiles, enfin disponibles.

Voici la souffrance de notre insatisfaction,  
Voici la crainte de nous tromper  
Dans le choix de nos engagements.  
Voici la peur de ne pas en faire assez.  
Voici la croix de nos limites.

Donne-nous de faire ce que nous devons faire,  
Sans vouloir trop faire, sans vouloir tout faire,  
Calmement, simplement, humbles dans notre recherche  
Et notre volonté de servir.

Aide-nous surtout à te retrouver au coeur de nos engagements,  
Car l'unité de notre action, c'est toi, Seigneur,  
Un seul amour à travers tous nos amours  
A travers tous nos efforts.

Toi qui es la source, toi vers qui tout converge  
Nous voici devant toi, Seigneur, pour nous « re-cueillir



## **Vous et moi**

**N° 083**

### **Vous et moi**

Si on parlait, si on se racontait nos rires et nos pleurs,  
Si on se donnait la main pour courir et pour jouer,  
Si on se regardait avec attention et avec douceur,  
Ce serait bon comme autour d'une grande table :  
Il y aurait de la place pour chacun.  
Personne ne resterait de côté,  
On n'aurait plus peur, on ne serait plus seul,  
La vie serait belle comme un arc-en-ciel !

### **Vous et moi,**

Si on s'arrêtait près du Seigneur,  
Si on tendait vers lui nos cœurs  
Et nos visages pour le prier et l'admirer,  
Alors on aurait le courage de vivre comme des enfants de Dieu  
Et comme des frères de tous les habitants de la terre !  
Alors ce serait comme un pont de lumière  
Entre le Seigneur et nous,  
Ce serait beau comme un chant léger et pur  
S'envolant droit vers le soleil !



## **Père, augmente ma foi**

**N° 084**

Père, aide-moi à ne plus dire: "C'est impossible !"

"Rien n'est impossible à Dieu"

A entendu et cru Marie à l'heure où renaissait le monde.  
Il fait bon de Te retrouver soudain, Seigneur,  
Si proche, au cœur de mes impasses  
Et de crier plus fort, plus follement :  
"Tout est possible à celui qui croit !"

Cette conversion impossible.  
Cet impossible chemin de sainteté.  
L'impossible bonheur de ce prisonnier.  
Cette impossible sortie de la drogue,  
De l'alcool, des vertiges suicidaires.  
L'impossible paix dans le monde, l'impossible courage.  
L'impossible pardon, l'impossible amour.

Seigneur augmente ma foi !  
Ma foi si fragile : elle a si peur de s'abandonner à toi.  
Ma foi si pauvre : elle a si peur de s'enrichir de toi.

*André Dumont*





## T'offrir ma pauvreté

N° 085

Seigneur de tendresse et d'amour,  
Me voici devant vous, pauvre, vide et dispersé.  
Je n'ai rien à vous offrir, si ce n'est ma pauvreté  
Mais vous, donnez-moi de vous aimer tous les jours davantage ;  
Et surtout de savoir que vous m'aimez.  
C'est la seule chose que je vous demande.  
Vous m'avez aimé jusqu'à vouloir naître dans une crèche.  
Jusqu' à vouloir devenir l'un d'entre nous.  
En ce temps béni de Noël,  
Affermissez-moi dans votre Amour, toujours davantage.  
Pour que je puisse aller vers mes frères  
Surtout les plus pauvres et les plus angoissés  
Et les aider à voir combien vous, vous les aimez.

*Pierre Ceyrac, jésuite missionnaire en Inde*



## Vis le jour d'aujourd'hui

N° 086

Dieu te le donne, il est à toi,  
Vis ce jour en lui,  
Le jour de demain est en Dieu,  
Il ne t'appartient pas.  
Ne porte pas sur demain le souci d'aujourd'hui.  
Demain est à Dieu, remets le lui.  
Le moment présent est une frêle passerelle :  
Si tu le charges de regrets d'hier,  
De l'inquiétude de demain,  
La passerelle cède et tu perds pied.  
Le passé ? Dieu le pardonne.  
L'avenir ? Dieu te le donne.  
Vis le jour d'aujourd'hui  
En communion avec lui;  
Et s'il y a lieu de s'inquiéter pour l'être bien aimé  
Regarde-le dans la lumière du Christ Ressuscité.  
*Bernadette Coupey*



**J'ai tout remis  
entre tes mains**

**N° 088**

J'ai tout remis entre tes mains:  
Ce qui m'accable et qui me peine,  
Ce qui m'angoisse et qui me gêne,  
Et le souci du lendemain.  
J'ai tout remis entre tes mains.

J'ai tout remis entre tes mains:  
Le lourd fardeau traîné naguère.  
Ce que je pleure, ce que j'espère,  
Et le pourquoi de mon destin.  
J'ai tout remis entre tes mains.

J'ai tout remis entre tes mains:  
Que ce soit la joie, la tristesse,  
La pauvreté ou la richesse,  
Et tout ce qu'à ce jour j'ai craint.  
J'ai tout remis entre tes mains.

J'ai tout remis entre tes mains:  
Que ce soit la mort ou la vie,  
La santé ou la maladie,  
Le commencement ou la fin.  
J'ai tout remis entre tes mains.

*Marie Henrioud*



**Seigneur,  
tu connais mon coeur**

**N° 089**

Seigneur, tu connais mon coeur.

Tu sais que mon seul désir est de donner aux autres  
Tout ce que tu m'as donné.

Que mes sentiments et mes paroles, mes loisirs et mon travail,  
Mes actions et mes pensées,  
Tout ce que je suis et tout ce que je vis, que tout soit pour eux.

Apprends-moi donc, Seigneur,  
Sous l'inspiration de ton Esprit, à consoler ceux qui sont affligés,  
A redonner du courage à ceux qui n'en ont pas assez,  
A relever ceux qui tombent, à me sentir faible avec les faibles,  
Et à me faire tout à tous.

Mets sur mes lèvres des paroles droites et justes,  
Afin que nous croissions tous  
Dans la foi, l'espérance et l'amour,  
Dans la ferveur de l'esprit et du coeur.

Fais que je sache m'adapter à chacun de mes frères,  
A son caractère, à ses dispositions, à ses capacités et à ses limites,  
Selon les temps et selon les lieux,  
Comme tu le jugeras bon, Seigneur.

*Abbé Aelred de Rievaulx*



**Seigneur,  
fais que je voie**

**N° 090**

Seigneur, fais que je voie les choses à faire,  
Sans oublier les personnes à aimer,  
Que je voie les personnes à aimer  
Sans oublier les choses à faire.

Fais que je voie les vrais besoins des autres.  
C'est si difficile de ne pas vouloir se mettre à la place des autres,  
De ne pas répondre à la place des autres  
De ne pas décider à la place des autres.

C'est si difficile, Seigneur, de ne pas prendre ses désirs  
Pour les désirs des autres  
De comprendre les désirs des autres  
Quand ils sont si différents des nôtres.

Seigneur, fais que je voie  
Ce que tu attends de moi parmi les autres.  
Enracine au plus profond de mon être cette certitude :  
« On ne fait pas le bonheur des autres sans eux ».

*Norbert Segard*



**Toi qui m'aimes  
tel que je suis**

**N° 091**

Seigneur, réconcilie-moi avec moi-même.  
Comment pourrais-je rencontrer  
Et aimer les autres si je ne me rencontre et ne m'aime plus?  
Seigneur, toi qui m'aimes tel que je suis et non tel que je me rêve,  
Aide-moi à accepter ma condition d'homme  
Limité mais appelé à se dépasser.

Apprends-moi à vivre avec mes ombres et mes lumières,  
Mes douceurs et mes colères, mes rires et mes larmes,  
Mon passé et mon présent.  
Donne-moi de m'accueillir comme tu m'accueilles,  
De m'aimer comme tu m'aimes.  
Délivre-moi de la perfection que tu veux me donner,  
Ouvre-moi à la sainteté que tu veux m'accorder.

Épargne-moi le remords de Judas  
Rentrant en lui-même pour n'en plus sortir,  
Epouvanté et désespéré par son péché.  
Accorde-moi le repentir de Pierre,  
Rencontrant le silence de ton regard plein de tendresse et de pitié.

Et si je dois pleurer,  
Que ce ne soit pas sur moi-même mais sur ton Amour offensé.  
Seigneur, tu connais le désespoir qui ronge mon cœur.  
Le dégoût de moi-même, je le projette sans cesse sur les autres !  
Que ta tendresse me fasse exister à mes propres yeux !  
Je voudrais tellement déverrouiller la porte de ma prison  
Dont je serre moi-même la clef !

Donne-moi le courage de sortir de moi-même.  
Dis-moi que tout est possible à celui qui croit.  
Dis-moi si je peux encore guérir  
Dans la lumière de ton regard et de ta Parole.

*Michel Hubault*



**Devant toi, Seigneur**

**N° 092**

Etre là **devant toi, Seigneur**, et c'est tout.  
Cloure les yeux de mon corps, clore les yeux de mon âme,  
Et rester immobile, silencieux,  
M'exposer à toi qui es là, exposé à moi,  
Etre présent à toi, l'infini présent.

J'accepte de ne rien sentir, Seigneur,  
De ne rien voir, de ne rien entendre,  
Vide de toute idée, de toute image, dans la nuit.

Me voici simplement pour te rencontrer sans obstacle,  
Dans le silence de la foi.  
**Devant toi, Seigneur.**

Mais Seigneur, je ne suis pas seul, je ne puis plus être seul.  
Car les hommes m'habitent, je les ai rencontrés.  
Ils ont pénétré en moi, ils s'y sont installés,  
Ils m'ont tourmenté, ils m'ont préoccupé, ils m'ont mangé.

Et je les ai laissés, Seigneur,  
Pour qu'ils se nourrissent, pour qu'ils se reposent.  
Je te les amène aussi en me présentant à toi.  
Je les expose en m'exposant à toi.  
Me voici, les voici  
**Devant toi, Seigneur.**

*Michel Quoist*



**J'ai voulu prier**

**N° 093**

J'étais chez moi. Je me croyais seul.  
La porte était fermée.  
Je me suis assis à table la tête enfouie dans mes mains.  
J'ai voulu prier. Les mots ne venaient pas.

C'est alors qu'ils sont tous entrés  
Ceux qui ont soif ou qui ont faim,  
Ceux qui sont nus, malades ou en prison.  
Tous ils étaient là.  
Ils m'envahissaient malgré ma porte fermée.

Mon Dieu, mon Dieu !  
Il n'est donc plus possible de te parler seul à seul,  
Sans qu'immédiatement tu invites avec toi,  
Chez moi, le monde entier ?

Mais Dieu m'a dit : j'ai choisi ces gens là  
Parce qu'ils sont assez pauvres pour te conduire jusqu'à moi.

*Jean Debruyne*



**Quand l'amour  
devient partage**

**N° 094**

Quand la nuit du doute, du découragement emprisonne ma vie,  
Quand les événements sont trop lourds à porter,  
Quand la souffrance envahit tout mon être,  
Quand je n'arrive plus à trouver les mots pour te parler

Seigneur, donne-moi ta parole.

Qu'elle m'aide à retrouver la confiance,  
Qu'elle m'entraîne à murmurer les mots  
Que ton Esprit fait naître en moi.

Quand la vie refleurit,  
Quand l'amour devient partage,  
Que ta parole chante et vive en moi, en nous,  
Qu'elle nous soutienne, à chaque instant,  
Qu'elle fructifie, éternellement.

Jean-Noël Klinguer



**Je suis là**

**N° 095**

Tu peux ne pas me voir, pourtant je suis la lumière qui te permet de voir.  
Tu peux ne pas m'entendre, pourtant je suis la voix qui parle pour toi.  
Tu peux ne pas être sensible à moi,  
Pourtant je suis la force qui s'exprime par tes mains.

Sans cesse je suis à l'ouvrage, même si tu ne comprends pas comment.  
Sans cesse je suis à l'ouvrage, même si tu ne sens pas pourquoi.  
Je ne suis pas une vision étrange,  
Je ne suis pas que mystère,  
Pourtant je suis là, j'entends, je réponds.

Quand tu as besoin de moi je suis là,  
Même lorsque tu me renies je suis là,  
Même lorsque tu es éperdu de solitude, je suis là.  
Lorsque tu as peur, je suis là,  
Lorsque tu souffres, je suis là.

Je suis là, lorsque tu pries,  
Et je suis là aussi lorsque tu ne pries pas.  
Je suis en toi, et tu es en moi.  
Tu peux ne pas me trouver, je te trouve  
Même si ta foi vacille,  
Ma foi en toi jamais ne faiblit,

Parce que je t'aime.



**Je sais que tu veux  
mon bonheur**

**N° 096**

Je sais, Seigneur, que tu veux mon bonheur,  
Je sais que tu me connais par cœur  
Comme un père tu viens à ma rencontre,  
Quand je suis seul et que je suis perdu.

Je suis parti un jour, loin de toi, loin des miens;  
J'ai gaspillé l'amour, dépensé tout mon bien,  
Je n'étais plus libre, et je n'étais plus rien,  
Personne pour m'aider, pour calmer ma faim.

Quand je suis revenu, tu as couru vers moi,  
Et saisi de pitié, tu m'as pris dans tes bras.  
Hier j'étais perdu, je me suis retrouvé.  
Alors que j'étais mort, tu m'as ressuscité.

Je sais, Seigneur, que tu veux mon bonheur,  
Je sais que tu me connais par cœur  
Comme un père dont l'amour est si fort  
Qu'il brûle en moi les forces de la mort.



**Le chemin de Dieu  
passe par l'homme**

**N° 097**

On dit que tu nous parles  
Mais je n'ai jamais entendu ta voix de mes propres oreilles.  
Les seules voix que j'entende ce sont des voix fraternelles  
Qui me disent les paroles essentielles.

On dit que tu te manifestes  
Mais je n'ai jamais vu ton visage de mes propres yeux.  
Les seuls visages que je vois ce sont les visages fraternels  
Qui rient, qui pleurent et qui chantent.

On dit que tu t'assoies à notre table  
Mais je n'ai jamais rompu avec toi le pain de mes propres mains.  
Les seules tables que je fréquente ce sont les tables fraternelles  
Où il fait bon se restaurer de joie et d'amitié.

On dit que tu fais route avec nous  
Mais je ne t'ai jamais surpris à mêler tes pas à ma propre marche.  
Les seuls compagnons que je connaisse ce sont des êtres fraternels  
Qui partagent le vent, la pluie et le soleil.

On dit que tu nous aimes  
Mais je n'ai jamais senti ta main sur mes propres épaules.  
Les seules mains que j'éprouve ce sont des mains fraternelles  
Qui étreignent, consolent et accompagnent.

On dit que tu nous sauves  
Mais je ne t'ai jamais vu intervenir dans mes propres malheurs.  
Les seuls sauveurs que je rencontre ce sont des cœurs fraternels  
Qui écoutent, encouragent et stimulent.

Mais si c'est toi, ô mon Dieu, qui m'offres  
Ces voix, ces visages, ces tables, ces compagnons,  
Ces mains et ces cœurs fraternels,  
Alors, au cœur du silence et de l'absence,  
Tu deviens, par tous ces frères, parole et présence.

*Jacques Musset*



**Seigneur, accorde-moi**

**N° 098**

Accorde-moi, Seigneur, **un esprit souple,**

Afin que je paraisse faible et sans défense

Plutôt que de peiner ou de briser.

Accorde-moi **un esprit droit**

Afin que je n'interprète jamais en mal la peine que l'on me fait.

Accorde-moi, Seigneur, **un cœur humble**

Afin que je ne me raidisse pas devant les critiques.

Accorde-moi **un cœur large,**

Afin que je supporte les étroitures d'esprit.

Accorde-moi, Seigneur, **une volonté ferme,**

Afin que je persévère malgré l'ingratitude.

Accorde-moi surtout de **savoir écouter,**

De **savoir deviner,** de **savoir pardonner**

Afin que mes frères soient moins malheureux !

*Jean Harang*

**Prières de demande  
et méditations pour des situations spécifiques**





**Pour la mort ou le deuil**

Ce qui se passera de l'autre côté,  
Quand tout pour moi aura basculé dans l'éternité,  
Je ne le sais pas.

Je crois, je crois seulement

**Qu'un amour m'attend.**

Je sais pourtant qu'alors

Il me faudra faire, pauvre et sans poids, le bilan de moi.

Mais ne pensez pas que je désespère.

Je crois, je crois tellement

**Qu'un amour m'attend.**

Ne me parlez pas des gloires et louanges des bienheureux.

Et ne me dites rien non plus des anges.

Tout ce que je peux, c'est croire, croire obstinément

**Qu'un amour m'attend.**

Maintenant que mon heure est si proche

Et que dire ? Oh ! Mais sourire.

Ce que j'ai cru, je le croirai plus fort, au pas de la mort.

C'est vers un amour

Que je marche en m'en allant.

**C'est dans un amour que je descends doucement.**

Si je meurs, ne pleurez pas.

C'est un amour qui me prend.

Si j'ai peur - et pourquoi pas ?

Rappelez-moi tout simplement

**Qu'un amour m'attend.**

Il va m'ouvrir tout entière

A sa joie, à sa Lumière.

Oui, Père, je viens à toi dans le vent,

Dont on ne sait ni d'où il vient ni où il va.

**Vers ton Amour, ton Amour qui m'attend.**

*Mère Alice-Aimée de l'Enfant-Jésus, Carmélite*



## Avec toi la mort est belle

N° 121

Seigneur je nous confie tous à toi,  
Car je suis sûre de toi,  
Je suis sûre que tu nous sauves,  
Je suis sûre qu'à chacun de nous, les pauvres types,  
Tu vas dire le jour de notre mort :  
Tu seras ce soir avec moi dans le Paradis,  
Car il y aura un soir où tu nous revêtiras de toi.  
Toi qui es Dieu et qui es devenu un pauvre homme.  
Comme nous, tu as eu faim et soif,  
Comme nous, tu as eu peur et tu as pleuré,  
Comme nous, tu es mort.  
Ton pauvre corps a été mis dans la tombe,  
Comme le sera le nôtre,  
Et tu en es sorti transfiguré,  
Comme nous en sortirons un jour.  
Mon bien-aimé, avec toi, la mort est belle,  
La Résurrection nous attend.  
Merci.

*Sœur Emmanuelle*



## Toi qui viens de nous quitter

N° 122

Toi qui viens de nous quitter, que le Seigneur te bénisse.  
Que la plénitude de son amour t'accueille.  
Que le Seigneur continue en toi son oeuvre de Vie.  
Qu'il te fasse entrer dans sa maison,  
Au cœur même de sa tendresse.

Que la nouvelle Vie qui commence pour toi  
Te conduise vers un plus grand épanouissement.  
Que la Gloire de Dieu te rassasie.  
Que la Grande Rencontre ne cesse de te combler.  
Que les cieux nouveaux et la terre nouvelle  
Te soient une découverte insondable.

Que les invités au repas du Seigneur  
Te fassent goûter de sa présence.  
Que la résurrection de Jésus s'accomplisse en toi.  
Que la promesse de Dieu se réalise en toi :  
Il nous a promis le bonheur pour toujours.



**Donne-moi la force**

**N° 130**

**Pour les malades  
et les personnes âgées**

Donne-moi la force

Seigneur, j'ai perdu la liberté.

La maladie me touche.

Elle me ronge lentement.

Mon corps ne me ressemble plus.

Ma vie, tu le sais, ne tient plus qu'à un fil.

Donne-moi simplement la force,

La force d'être, jusqu'au bout,

La force d'aimer jusqu'au bout,

La force d'espérer et te voir bientôt, face à face.



## Je vieillis

N° 131

Seigneur, tu le sais mieux que moi, je vieillis chaque jour !  
Bientôt je serai vieille !  
Garde-moi de cette désastreuse habitude de croire que  
J'ai quelque chose à dire à propos de tout et en toutes occasions.  
Libère-moi du désir d'arranger les affaires de tout le monde.  
Rends-moi réfléchie et non maussade,  
Serviable et non autoritaire.  
Il me semble parfois dommage  
De ne pas utiliser mon expérience immense,  
Mais tu sais, Seigneur, que j'aimerais garder quelques amis.  
Garde-moi de me perdre dans le récit de mille détails  
Et donne-moi des ailes pour aller à l'essentiel.  
Scelle mes lèvres sur mes peines et mes bobos.  
Je n'ose pas te réclamer une meilleure mémoire,  
Mais si elle se heurte à celle des autres, enseigne-moi  
La merveilleuse leçon qu'il peut m'arriver de me tromper.

*Soeur Véronique-Sophie*



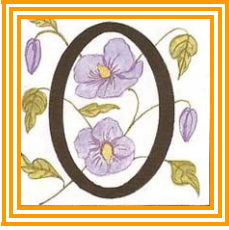
## Si tu prends soin de moi

N° 132

Si tu espères en moi pour moi, même quand je doute,  
Si, pour m'accompagner, tu modifies ta route,  
Si tu me tends la main quand je suis dans la nuit,  
Si tu comprends, sans un mot, mes peurs et mes soucis  
Si tu prends soin de moi avec adresse,  
Si tu as le geste qui convient et aussi la tendresse,  
Si, avec moi, silencieusement, tu pries,  
Et si jusqu'au bout ton visage me sourit,  
Le soleil de ta présence réchauffera mon corps endolori.

Comme le grain de blé tombe en terre  
Deviens herbe nouvelle au sortir de l'hiver,  
Je comprendrai alors, qu'avec moi, tu choisis la vie.

*Hubert Renard*



## Oui, Seigneur

N° 133

On n'offre pas ses souffrances,  
On n'offre pas quelque chose de mauvais.  
On offre ce qu'on essaye de devenir dans la souffrance :  
Un être de courage et d'amour.  
Dieu n'a pas voulu ma maladie,  
Il veut ce qui se développe en moi, spirituellement, dans cette épreuve.  
Je crois que là je peux dire sans aucune réserve :  
**OUI SEIGNEUR !**  
Ma foi se trouvait affrontée à une chose absurde : la souffrance.  
C'est ma foi qui doit évoluer.  
Quand on a mal, rien n'intéresse, on est comme une bête,  
On n'est plus un homme...  
J'ai cela à accepter quand je trouve le calme.  
Comment avancer avec Dieu sur ce terrain !  
Etre ce qu'il attend de moi ?  
La maladie, le mal, ce n'est pas Dieu qui les donne.  
Les lui offrir en retour, c'est bizarre...  
On n'offre pas des ennuis à quelqu'un.  
On fait ce qu'on peut pour porter tout ça avec courage, avec amour.  
C'est ça, être dans le monde où Jésus vous laisse.  
Quand on croit en lui, on sait que c'est pour aller plus loin, le retrouver...  
Et retrouver les nôtres dans la résurrection éternelle.

*Le docteur Yvonne Autric-Rendu, atteinte d'un cancer*



## Seigneur, bénis ceux qui...

N° 134

### **Seigneur, bénis ceux**

Qui comprennent mon pas hésitant et ma main tremblante ;

### **Bénis ceux**

Qui savent qu'aujourd'hui mes oreilles vont peiner pour entendre ;

### **Bénis ceux**

Qui paraissent accepter ma vue basse et mon esprit ralenti ;

### **Bénis ceux**

Qui détournèrent les yeux quand j'ai renversé mon café ce matin ;

### **Bénis ceux**

Qui, en souriant, s'arrêtent pour bavarder un peu avec moi ;

### **Bénis ceux**

Qui ne disent jamais : « c'est la seconde fois de la journée que vous me racontez cette histoire » ;

### **Bénis ceux**

Qui ont le don de me faire évoquer les jours heureux d'autrefois ;

### **Bénis ceux**

Qui font de moi un être aimé, respecté et non abandonné.

*Une malade*



**Seigneur,  
Dieu de tendresse**

**N° 135**

Seigneur, Dieu de Tendresse

Toi dont j'ose de moins en moins parler,

Toi que je pressens de plus en plus au-delà de tout ce j'ai entendu dire de Toi,

Toi que nulle pensée et aucun mot ne peuvent contenir,

Toi qui es l'aube, le crépuscule et le terme de ma vie

Ecoute ma prière :

D'une vieillese paisible et sereine,

**Fais-moi la grâce, Seigneur**

D'une vieillese dont les rides disent Ton infinie bonté

**Fais-moi la grâce, Seigneur**

D'une vieillese toujours attentive au bonheur des autres

**Fais-moi la grâce, Seigneur**

D'une vieillese qui sait encore écouter, émerveillée par le chant des enfants,

**Fais-moi la grâce, Seigneur**

D'une vieillese qui sait entendre Tes pas dans la brise du soir

**Fais-moi la grâce, Seigneur**

D'une vieillese repliée sur elle-même et sur d'inutiles regrets,

**Préserve-moi, Seigneur**

D'une vieillese hantée par les fautes du passé que Ta miséricorde a déjà  
pardonnées,

**Préserve-moi, Seigneur**

Et si le doute m'assaille, **éclaire-moi Seigneur.**

Si l'approche de la mort m'angoisse, **apaise-moi Seigneur.**

Si la maladie éprouve mon corps, **fortifie-moi.**

Si la solitude attriste mon cœur, **visite-moi Seigneur.**

Que la mort me surprenne soudain

Ou s'approche lentement de moi, dans une lente agonie,

**Ne me lâche pas la main Seigneur.**

Accepte l'offrande du temps qui me reste encore à vivre.

Transforme-le en dernier chant d'amour et humble prière

Et que, jusqu'à mon dernier souffle, la lumineuse espérance de la Résurrection

Illumine ce pauvre cœur que tu as créé pour ton éternité, Seigneur.

*Michel Hubault*



**Pour les jeunes**

Je suis seule.  
A la maison, en classe, avec les copains,  
Partout je me sens seule.  
Souvent cette idée me poursuit.

Au début, je recherchais la solitude,  
Puis peu à peu je me suis habituée :  
C'est facile d'être seule, d'oublier les autres,  
De se dire qu'ils se débrouillent aussi tout seuls.  
C'est vraiment sécurisant : Pas besoin de s'inquiéter pour eux.

D'ailleurs il faut déjà que je m'occupe de moi :  
C'est bien suffisant !  
Et puis les autres ne me comprennent jamais.  
Alors, je me trouve encore mieux seule.  
Au moins je ne gêne personne : Pas de dispute, pas d'ennuis !  
J'ai aussi ma télé, ma radio, mon travail qui m'occupent  
Je suis tranquille, quoi !

**... Et puis tout d'un coup, ça ne va plus !**

Il me manque quelque chose...  
Je ne suis pas à l'aise... le vide...  
Il y a le vide en moi et autour de moi !  
Je vais tomber ! A l'aide !... A l'aide !

Eh bien ! Quoi ? Les autres ! Répondez !  
Vous n'allez pas me laisser tomber !...  
Cela ne peut plus durer !  
Ras-le-bol ! J'en ai marre de cette solitude !  
Les autres, vous m'entendez ?...

C'est alors qu'une main se tend.  
Quelqu'un m'a écoutée et me dit : « On a besoin de toi !... »  
Mais alors, qu'est-ce que j'attends ?  
Qu'est-ce que j'attends pour sortir de cette solitude ?  
Pour libérer la vie qu'il y a en moi !  
J'ai besoin d'eux ! Alors je ne suis plus seule.  
Je vais aimer...

*Isabelle*



## Avance au large

N° 141

Merci de m'aimer tel que je suis.  
Je te choisis pour mon Seigneur et mon Dieu.  
En ce jour, garde-moi un coeur pur, prompt à rendre service.  
Fais de moi un homme façonné par la prière, droit et courageux.  
Fais de moi une femme façonnée par la prière, simple et joyeuse.  
Que tous puissent compter sur moi,  
Que je sois un soutien pour ceux qui souffrent.  
Je te présente les personnes que j'aime.  
Je te confie aussi mes difficultés à aimer  
Et me remets à ta Miséricorde.  
Rends mon coeur semblable au tien.  
Je te présente notre monde.  
Viens consoler ton peuple et donne-lui la joie du Père.  
Aide-moi à être fidèle à mes engagements,  
Pour avancer au large et aimer les autres.  
Apprends-moi à aimer et à servir ton Eglise, ma Mère.  
Avec l'aide de la Vierge Marie, des anges et de tous les saints,  
Rends-moi docile à l'action de l'Esprit Saint.



## Seigneur, que ce jour soit lumière

N° 142

Qu'avec d'autres, je participe  
A la construction d'un monde plus humain.

Donne-moi le courage et l'entrain  
Pour faire le premier pas vers les autres,  
Pour donner ou recevoir un sourire,  
Pour dire ou recevoir un bonjour,  
Pour plaisanter avec mes voisins.

Rend-moi heureux  
Et d'une bonne humeur communicative.  
Que d'autres, grâce à moi, aient plus de coeur à vivre.  
Et que moi, grâce à eux, j'aie plus de coeur à vivre.  
Père, accorde-moi ton Esprit  
Pour qu'à travers ce que je fais,  
Ce soit toi qui te révèles.

*André, Burkina Faso*





**Ma vie  
comme une danse...**

**N° 143**

Seigneur, fais-nous vivre notre vie,  
Non comme un jeu d'échecs où tout est calculé,  
Non comme un match où tout est difficile,  
Non comme un théorème  
Qui nous casse la tête ;

Mais comme une fête sans fin  
Où ta rencontre se renouvelle ;  
Comme un bal, comme une danse  
Entre les bras de ta grâce,  
Dans la musique universelle de l'Amour!

*Madeleine Delbrêl*



**Cela m'étonne toujours,  
dit Dieu**

**N° 144**

Cela m'étonne toujours dit Dieu  
D'entendre les gens dire : « Nous sommes mariés ! »...  
Comme si on se mariait un jour ! Laissez-moi rire.  
Comme si on se mariait une fois pour toutes.  
Ils croient que c'est arrivé, et qu'ils peuvent vivre,  
Vivre de leurs rentes d'amour de gens mariés.  
Comme si on se mariait un jour.  
Comme s'il suffisait de se donner une fois, une fois pour toutes.  
Comme si moi-même j'avais fait le monde en un jour ;  
Comme s'il ne fallait pas, à tout prix, pour un bon sens enfin,  
Se marier tous les jours que je fais.  
Les hommes ne doutent de rien !  
Deux moitiés ont tant à marier !  
Quand on a été vingt ans seul,  
Jeune homme seul, jeune fille seule,  
Si différents, de souches étrangères l'une et l'autre,  
Depuis des générations d'antan.  
Que de choses à donner et à recevoir.  
Que de choses à recevoir et à donner,  
Mes enfants !

*Charles Péguy*



**Recommence,  
Je suis près de toi**

N° 145

Si tu es las et que la route te paraît longue,  
Si tu t'aperçois que tu t'es trompé de chemin,  
Ne te laisse pas couler au fil des jours et du temps,

**Recommence, je suis près de toi.**

Si la vie te semble trop absurde,  
Si tu es déçu par trop de choses et trop de gens,  
Ne cherche pas à comprendre pourquoi,

**Recommence, je suis près de toi.**

Si tu as essayé d'aimer et d'être utile,  
Si tu as connu ta pauvreté et tes limites,  
Ne laisse pas là une tâche à moitié faite,

**Recommence, je suis près de toi.**

Si les autres te regardent avec reproche  
S'ils sont déçus par toi, irrités  
Ne te révolte pas, ne leur demande rien,

**Recommence, je suis près de toi.**

Si l'arbre rebourgeonne en oubliant l'hiver,  
Le rameau fleurit sans demander pourquoi,  
L'oiseau fait son nid sans songer à l'automne,  
Car la vie est espoir et recommencement.

**Je serai toujours près de toi.**



**Pour être mieux  
dans sa peau à 20 ans**

N° 146

Seigneur, je n'ai pas encore 20 ans !  
Tu connais mon désir fou d'aimer et d'être aimé.  
Tu connais ma soif de bonheur, ma soif de vivre,  
De vivre une vie qui ne soit pas bêtement gaspillée.  
Tu sais aussi, combien certains jours, j'étouffe de ma peau !  
Combien le collège, la famille, la société le monde entier,  
Tout me semble oppressant, décevant, et étriqué.  
Combien, certains soirs, j'ai envie de hurler ma peur.  
Combien j'ai envie de repeindre tous les murs de la ville,  
Les bus, les affiches et la tête des gens,  
Avec les couleurs de l'esérance et de la tendresse.

Seigneur, pourquoi ai-je si peu confiance en moi et dans les autres ?  
D'où me vient ce rêve insensé d'un monde différent, d'un monde plus beau ?  
Seigneur, tu sais combien ma foi en Toi est encore bien mal assurée  
Mais si tu es vraiment ce que l'évangile me dit de Toi,  
Tourne vers moi Ton visage de Lumière,  
Réconcilie-moi avec moi-même,  
Donne-moi le courage de semer de la vie et de l'Amour.

Seigneur, je ne te demande pas de réussir dans la vie,  
Mais de réussir ma vie,  
De réaliser avec toi, Ton rêve d'Amour sur moi.

*Elie Bahri, Beyrouth (Liban)*



**Que mon épreuve  
me donne  
un nouveau regard**

**N° 150**

**En cas de rupture**

Parce que tu m'as répudié, je prie pour toi.

Parce que tu m'as délaissé, je prie pour toi.

Parce que tu m'as oublié, je prie pour toi.

Parce que tu m'as sali, je prie pour toi.

Parce que vous m'avez ignoré, je prie pour vous.

Parce que tu t'es détourné de ma détresse, je prie pour toi.

Parce que tu m'as tendu la main, je prie pour toi.

Parce que tu m'as accueilli, je prie pour toi.

Parce que tu m'as souri, je prie pour toi.

Parce que tu m'as aidé à me relever, je prie pour toi.

Seigneur, que ceux qui ne savent pas tendre la main,

Apprennent à la tendre.

Que ceux qui accueillent, continuent à accueillir.

Seigneur, tu m'as appris la détresse et la croix,

Apprends-moi aussi à consoler, à pardonner, à aimer, à accueillir.

Que mon épreuve me donne un nouveau regard,

Une autre sensibilité à la détresse des autres.

Accorde-moi, Seigneur, de ne jamais oublier d'ouvrir les yeux.



**Veux-tu me rendre  
mon couple ?**

**N° 151**

Je ne peux guère imaginer, Seigneur,  
Toi dont l'amour est infini,  
Que tu ne veuilles secourir mon pauvre foyer disloqué.  
Nous sommes si prompts à te prier, Seigneur,  
Quand le malheur nous rend petits,  
Quand rien ne se plie à nos désirs,  
Que notre coeur est aux aguets.  
Nous ne savons pas résister, Seigneur,  
A la crainte d'être maudits,  
Il nous vient à l'idée d'en finir, la tentation de te larguer.  
Et je sais qu'il m'est arrivé, Seigneur,  
D'avoir jusqu'à ton nom sali,  
D'avoir laissé l'espoir s'enfuir, d'avoir voulu te provoquer.  
Pourquoi nous avoir fabriqué, Seigneur, avec un si petit esprit?  
Pourquoi nous laisses-tu pourrir dans notre médiocrité ?  
Entre bien et mal partagés, Seigneur,  
Nous sommes souvent amoindris, veux-tu affermir notre foi?  
Veux-tu me rendre mon couple ?



**Père, veille  
sur les couples  
en difficulté**

**N° 152**

**Merci Père** d'être à l'origine d'une rencontre entre deux êtres.  
Merci pour ce moment privilégié  
Où chacun se sent capable d'aimer et prêt à tout donner.  
Aujourd'hui je te prie pour que cet élan  
Resurgisse au sein des couples en difficulté.  
Tu leur offres la possibilité de parcourir ensemble un même chemin  
Car ils ont besoin l'un de l'autre pour avancer vers toi.  
Aide-les à le réaliser pleinement.

**Vierge Marie**, invite chacun  
A se sentir responsable du bonheur de l'autre.  
Qu'il ne pense qu'à l'Aimer jusqu'à lui donner toute sa vie.  
Aide ceux qui s'aiment à faire de leur épreuve  
Un moyen de se rapprocher l'un de l'autre  
Pour consolider leur union.  
Ainsi par l'échange de tendresse et par la confiance mutuelle,  
Ils parviendront à ne faire plus qu'un.  
Qu'ils mettent alors la force de leur Amour retrouvé  
Au service d'un proche, d'un ami  
Ou de toute personne dans le besoin.  
Et c'est en manifestant ainsi l'Amour et la compassion de Dieu  
Qu'ils permettront à l'Esprit-Saint de demeurer en leur coeur.



## Prière d'un amour blessé

N° 154

J'avais rêvé d'un foyer uni par l'amour ; j'ai la discorde.  
J'avais rêvé d'un mari tendre et affectueux ;  
J'ai un mari coléreux, violent et alcoolique.  
J'avais rêvé d'un foyer tourné vers les autres ;  
J'ai besoin des autres et je me ferme sur ma solitude.

Du fond du gouffre, je crie vers toi, Père.  
Je remets mon foyer entre tes mains.

Ma force ne suffit plus.  
J'ai perdu amour et espérance.

Toi seul peux m'empêcher de tout rompre.  
Toi seul peux me sauver par la prière de ceux qui prient pour moi  
Qui ne sais plus que pleurer comme une enfant.



**Pour les exclus**

Ô Marie, toute puissante sur le coeur de Dieu,  
Regarde avec tendresse tous les exclus de la terre.  
Qu'ils reçoivent par ton intercession  
Le courage de demander aide et soutien,  
Le désir de sortir de leurs liens,  
La volonté de saisir la main tendue vers eux,  
La joie d'être reconnus dans leur dignité,  
La force d'accepter, simplement, d'être aimés.

Penche-toi aussi sur tous ceux qui les accueillent,  
Donne-leur un regard qui ne juge pas,  
Mets sur leurs lèvres les mots qui encouragent.  
Procure-leur la joie dans la réussite, l'humilité dans l'échec.  
Fais que chaque jour ils espèrent contre toute espérance.  
Embrase leur coeur d'un ardent désir d'aimer.  
Pour que, par toi et avec toi, Notre Dame de la Rue,  
Chacun se reconnaisse davantage frère de Jésus.



**Délivre-nous du mal  
du refus de l'autre**

**N° 161**

Toi qui as dit à tes Apôtres

"Je vous laisse ma Paix, je vous donne ma Paix",

Délivre-nous du mal du refus de l'autre,

De celui qui ne pense pas comme nous,

De celui qui ne parle pas comme nous. (...)

Réveille ton Eglise, réveille-nous, Seigneur,

Pour que là où les hommes se haïssent,

Nous tissions l'amour,

Pour que là où le rejet fait souffrir,

Nous ramenions la solidarité,

Pour que là où la peur paralyse la vie,

Nous brisions l'indifférence.



**Je te prie  
pour mon frère torturé**

**N° 162**

Seigneur, tu étais son espoir.

Seras-tu un jour sa délivrance ?

Seigneur, ils l'ont plongé dans le froid de la longue nuit.

Laisseras-tu filtrer dans sa geôle un peu de ton aube ?

Seigneur, ils ont meurtri son pauvre corps de partout,

Ils ont voilé la face de son soleil,

Seras-tu le baume qui le réconforte ?

Seigneur, il a crié l'horreur, la honte, l'humiliation.

Seras-tu son psaume dans la nuit brumeuse de ses souffrances ?

Seigneur, il ne sait plus ce que veut dire aimer, pardonner,

Il ne connaît plus que l'amertume, la révolte.

Seras-tu, pour lui, la lumière de la réconciliation ?

Seigneur, il tend les mains vers toi,

Tu es son ultime secours, son espoir.

Seras-tu sa délivrance ?

Seigneur, Dieu Amour, Dieu Espérance,

Je te prie pour mon frère torturé,

Seigneur, sois ma délivrance

Pour que j'aie aussi la force de te prier pour ses bourreaux.



**Seigneur, fais de moi un  
instrument de paix**

**N° 170**

**Pour la paix**

Là où est la haine, que je mette l'amour.  
Là où est l'offense, que je mette le pardon.  
Là où est la discorde, que je mette l'union.  
Là où est l'erreur, que je mette la vérité.  
Là où est le doute, que je mette la foi.  
Là où est le désespoir, que je mette l'espérance.  
Là où sont les ténèbres, que je mette la lumière.  
Là où est la tristesse, que je mette la joie.

Faites, Seigneur, que je ne cherche pas tant  
A être consolé qu'à consoler,  
A être compris qu'à comprendre,  
A être aimé qu'à aimer.

Parce que c'est en donnant que l'on reçoit,  
En s'oubliant soi-même que l'on se trouve,  
En pardonnant que l'on obtient le pardon,  
En mourant que l'on ressuscite à l'Eternelle Vie.

*Saint François d'Assise*





## Faire la paix

N° 171

Faire la paix, Seigneur, l'édifier dans l'amour infatigablement;  
Faire la paix, ô Christ, à refaire sans cesse quand elle se défait.

Faire la paix partout et avec tous nos proches,  
La paix en pardonnant,  
La paix en renonçant à la moindre vengeance,  
A la moindre rancune.

Faire la paix sans bruit, dans l'ombre et le silence,  
Par une humble douceur qui cherche à accorder,  
A créer l'harmonie dans les oppositions.

Faire la paix dehors en la portant en soi comme don de l'Esprit,  
Fruit de la charité qui nous unit à toi, nous unit entre nous.

Faire la paix, bâtir l'humanité nouvelle telle que tu la veux,  
En allant au-delà de toutes divisions pour la rendre une en toi.

*Jean Galot*



## Je n'ai plus peur de rien

N° 172

La guerre la plus dure, c'est la guerre contre soi-même.

Il faut arriver à se désarmer.

J'ai mené cette guerre pendant des années, elle a été terrible.

Mais je suis désarmé.

Je n'ai plus peur de rien, car l'amour chasse la peur.

Je suis désarmé de la volonté d'avoir raison, de me justifier en

Disqualifiant les autres. Je ne suis plus sur mes gardes

Jalousement crispé sur mes richesses.

J'accueille et je partage.

Je ne tiens pas particulièrement à mes idées, à mes projets.

Si l'on m'en présente de meilleurs, ou plutôt

Non pas meilleurs, mais bons, j'accepte sans regrets.

J'ai renoncé au comparatif.

Ce qui est bon, vrai, réel, est toujours pour moi le meilleur.

C'est pourquoi je n'ai plus peur.

Quand on n'a plus rien, on n'a plus peur.

Si l'on se désarme, si l'on se dépossède, si l'on s'ouvre au Dieu-

Homme qui fait toutes choses nouvelles, alors, Lui, efface

Le mauvais passé et nous rend un temps neuf où tout est possible.

*Patriarche Athénagoras*

## **Prières avec la Vierge Marie**



**L'extraordinaire vie  
ordinaire**

**N° 200**

Silence d'un village blanc.  
Sous le soleil, une petite maison ordinaire,  
Une jeune fille ordinaire.  
Elle fait un petit travail ordinaire.  
Loin d'elle, dans le monde,  
Des gens extraordinaires s'agitent, des armées se battent,  
Des rois gouvernent, des philosophes cherchent.  
Elle vit dans ce petit village, silencieuse, paisible,  
Dans la monotonie d'une vie très ordinaire.

Et tout à coup :

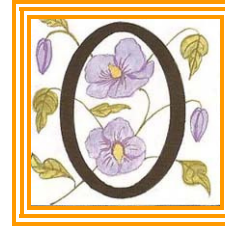
« Tu es bénie entre toutes les femmes ! »

Pourquoi « entre toutes les femmes » ?

Ô Marie de Nazareth, il ne faut donc pas s'agiter

Pour vivre la plus extraordinaire des vies ?

*André Sève*



**Ô Mère de miséricorde**

**N° 201**

Ecoute la prière que nous t'adressons  
Et présente-la à Jésus, ton Fils notre rédempteur.

Toi, qui nous enseignes le sacrifice caché et silencieux,  
Toi, qui viens à notre rencontre, à nous pécheurs,  
Nous te consacrons notre vie, nos travaux,  
Nos joies, nos maladies, nos douleurs

Toi, notre espérance, regarde-nous avec bonté,  
Apprends-nous à marcher au-devant de Jésus.  
Et si nous tombons, aide-nous à nous relever  
Et à revenir vers lui en confessant nos fautes.  
Accorde-nous un grand amour pour les sacrements,  
Empreintes laissées par ton Fils sur la terre.

Ainsi, Mère très Sainte,  
Avec la paix de Dieu dans notre conscience  
Et le cœur délivré de tout mal, de toute haine,  
Nous pourrons porter à tous les hommes  
La vraie joie et la vraie paix.

*Jean-paul II*



## Sainte Vierge Marie

N° 202

A un monde de clinquant et de mensonge,

Vous montrez votre transparence.

A un monde qui ricane et qui salit,

Vous offrez votre pureté.

A un monde de violence et de haine,

Vous opposez votre tendresse.

Sainte Vierge Marie,

Chaque jour, vous avez dû inventer

Votre façon de dire « oui » à Dieu.

Chaque jour, vous avez dû recommencer

A découvrir Dieu dans votre vie,

Tout autrement que vous l'aviez prévu.

Apprenez-nous

A ne pas être une page achevée d'imprimer,

Mais une page chaque jour toute blanche,

Où l'Esprit de Dieu

Dessine les merveilles qu'il fait en nous.

*Cardinal Etchegaray*

**Prières de remerciements  
et de louange**



## Le souvenir de ta bonté

N° 212

Pour moi, Seigneur, la meilleure source de louange,  
C'est le souvenir de ta bonté.

Quand je pense à ce que j'étais autrefois,  
Aux dangers dont tu m'as préservé  
Aux chaînes et à l'esclavage dont tu m'as délivré,  
Comment mon cœur n'en serait-il pas touché,  
Comment ne pas te chanter : Merci !

Seigneur, comme tu m'as attendu longtemps !  
Avec quel amour tu m'as reçu !  
Quelle douceur dans tes prévenances renouvelées !  
Que d'appels murmurés au fond de mon cœur !  
Tu ne t'es pas lassé pourtant,  
Tu m'as poursuivi jusqu'à ce que je sois tombé dans tes bras.

Ne dois-je pas Te louer pour toutes ces choses ?  
Qu'une louange magnifique  
S'élève constamment de mon cœur jusqu'à Toi !

*Henri Suso*



## Louange pour la Joie que Dieu donne

N° 213

O Seigneur, Dieu de paix,  
Je t'ai donné toute ma douleur  
Et tu m'as donné tout ton bonheur.

Je t'ai donné toute mon angoisse,  
Et tu m'as donné toute ta sérénité.  
***Que mon âme te chante toute sa joie.***

Je t'ai donné tout mon égoïsme,  
Et tu m'as donné toute ta générosité.  
Je t'ai donné toute ma pauvreté,  
Et tu m'as donné toute ta richesse.

***Oui, qu'elle te chante mon âme, toute sa joie.***

Je t'ai donné tout mon rien,  
Et tu m'as donné tout ton tout.

Je t'ai tout donné, et tu m'as tout donné.  
Mais le tout de moi est si petit,  
Et le tout de ton amour est si grand...  
Et je me suis émerveillé de la beauté de ta présence  
Et je me suis ébloui de la lumière de ta grâce  
Et je me suis rassasié de ta générosité ;  
Et je me suis abreuvé de ta miséricorde,  
Et je me suis enivré de ta tendresse.  
Je me suis nourri de ta clémence et de ton infinité  
Pour que de toute mon âme j'aie à ta recherche,  
Car sans toi je suis privé de tout bien.

***Que mon âme te chante toute, toute sa joie.***

*Jacques Lebreton*



**Merci Seigneur**

**N° 214**

Merci Seigneur  
Pour ce grand honneur  
Que tu me fais en m'aimant.  
Chaque jour à travers tes gestes,  
A travers tes clins d'œil,  
A travers tes paroles,  
A travers les autres,  
Tu me dis : « Je t'aime.  
N'aie pas peur. »

Merci pour ce grand amour  
Merci d'être là toujours.  
Merci pour cette douceur  
Avec laquelle tu essuies mes pleurs.  
Amen.

*Katia*



**Merci Seigneur,  
tu es là, cela me suffit**

**N° 215**

Merci Seigneur.  
Tu me donnes ce dont j'ai besoin  
Je ne le comprends pas toujours  
Et parfois je voudrais qu'il en soit autrement,  
Plus rapide ou plus direct  
Mais toujours, je finis par voir que tu as placé sur mon chemin  
Ce qu'il me fallait à ce moment-là.

Non, tu ne m'as pas laissé tombé  
Tu as été là dès le début et tu l'es encore  
Même si c'est parfois long à réaliser.

Merci car, au fond de ma souffrance, tu m'as comblé de joie.  
Tu n'as pas voulu ma souffrance et mes fautes,  
Mais tu m'as donné les moyens d'y remédier.  
Et toujours, toujours, tu as laissé tes bras ouverts pour moi.

Aujourd'hui encore, tu es là pour moi.  
S'il te plait, accepte de prendre mon péché  
Et ma souffrance sur tes épaules encore une fois.

Donne-moi de ne plus espérer  
Ce que je crois bon pour moi  
Mais ce que tu sais bon pour moi.

Tu es là et tu me donnes ce dont j'ai besoin.  
Cela me suffit. Merci Seigneur.

*Paul*



**Tu m'émerveilles, Seigneur**

**N° 216**

Aujourd'hui je suis encore émerveillée  
Par la force qui m'anime.  
Cette force qui ne vient pas de moi,  
Cette espérance qui me fait comprendre  
Que rien ne m'est impossible,  
Parce que le Dieu trois fois Saint  
Est mon Seigneur et Sauveur.

Je veux lui dire merci et lui rendre grâce  
Parce qu'il me fait vivre chaque jour de sa grâce  
Et me nourrit de l'espérance pour le futur  
Et de la miséricorde pour le passé.

Seigneur que ton nom soit béni  
En tout temps et en tout lieu,  
Que je n'oublie aucun de tes bienfaits  
Et que je demeure ton enfant.

*Akacya*



**Seigneur, sois béni**

**N° 217**

Sois béni, Seigneur pour ce jour nouveau ;  
Sois béni pour le souffle de vie que tu me donnes aujourd'hui,  
Pour la chance que j'ai de vivre.

Pour tous les gestes d'amour et de partage  
Qui se poseront aujourd'hui,  
Je te rends grâce.

Pour celles et ceux que je rencontrerai, que je croiserai ou que je  
visiterai,  
Je te prie d'être tout près d'eux,  
De les accompagner de ton amour.

Sois béni, parce que tu ouvres un sens à ma vie, à mon cœur,  
à mon être.  
Sans toi, je ne suis qu'un homme errant sans horizon et sans vie.

Merci d'être avec moi  
Pour que je sois tourné vers les autres  
Avec amour, bonté, écoute et attention.

*Jean-Noël Klinguer*



**Textes profanes priants**



## Il restera de toi

N° 230

**Il restera de toi** ce que tu as donné  
Au lieu de le garder dans les coffres rouillés  
**Il restera de toi**, de ton jardin secret  
Une fleur oubliée qui ne s'est pas fanée.  
Ce que tu as donné en d'autres fleurira,  
Celui qui perd sa vie un jour la retrouvera.  
**Il restera de toi** ce que tu as offert  
Entre tes bras ouverts un matin au soleil.  
**Il restera de toi** ce que tu as perdu  
Que tu as attendu plus loin que tes réveils  
Ce que tu as souffert en d'autres revivra  
Celui qui perd sa vie un jour la trouvera.  
**Il restera de toi** une larme tombée  
Un sourire germé sur les yeux de ton cœur.  
**Il restera de toi** ce que tu as semé  
Que tu as partagé aux mendiants du bonheur.  
Ce que tu as semé en d'autres germera  
Celui qui perd sa vie un jour la trouvera.



## La nuit n'est jamais complète

N° 231

La nuit n'est jamais complète.  
Il y a toujours, puisque je le dis,  
Puisque je l'affirme,  
Au bout du chagrin une fenêtre ouverte,  
Une fenêtre éclairée.  
Il y a toujours un rêve qui veille,  
Désir à combler, faim à satisfaire,  
Un cœur généreux,  
Une main tendue,  
Une main tendue... une main ouverte,  
Des yeux attentifs,  
Une vie, la vie à se partager.

*Paul Eluard*



**Bienheureux ceux qui  
savent rire d'eux-mêmes**

**N° 232**

Bienheureux ceux qui savent rire d'eux-mêmes, ils n'ont pas fini de s'amuser.  
Bienheureux ceux qui savent distinguer une montagne d'une taupinière,  
Il leur sera épargné bien des tracas.  
Bienheureux ceux qui sont capables de se reposer  
Et de dormir sans chercher d'excuses, ils deviendront sages.  
Bienheureux ceux qui savent se taire et écouter,  
Ils apprendront des choses nouvelles.  
Bienheureux ceux qui sont assez intelligents  
Pour ne pas se prendre au sérieux, ils seront appréciés de leur entourage.

Heureux êtes-vous si vous pouvez regarder sérieusement les petites choses  
Et paisiblement les choses sérieuses, vous irez loin dans la vie.  
Heureux êtes-vous si vous savez admirer un sourire  
Et oublier une grimace, votre route sera ensoleillée.  
Heureux êtes-vous si vous êtes capables  
De toujours interpréter avec bienveillance les attitudes d'autrui,  
Même si les apparences sont contraires,  
Vous passerez pour des naïfs, mais la charité est à ce prix.

Bienheureux ceux qui pensent avant d'agir et qui prient avant de penser,  
Ils éviteront bien des bêtises.  
Heureux êtes-vous si vous savez vous taire et sourire  
Même lorsqu'on vous coupe la parole,  
Lorsqu'on vous contredit ou qu'on vous marche sur les pieds,  
L'Évangile commence à pénétrer votre cœur.

Bienheureux surtout, vous qui savez reconnaître le Seigneur  
En tous ceux que vous rencontrez,  
Vous avez trouvé la vraie lumière,  
Vous avez trouvé la véritable sagesse.

*Joseph Folliet*



**Alors la paix viendra**

**N° 233**

Si tu crois qu'un sourire est plus fort qu'une arme,  
Si tu crois à la puissance d'une main offerte,  
Si tu crois que ce qui rassemble les hommes  
Est plus important que ce qui divise,  
Si tu crois qu'être différent est une richesse et non pas un danger,  
Si tu sais regarder l'autre avec un brin d'amour,  
Si tu préfères l'espérance au soupçon,  
Si tu estimes que c'est à toi de faire le premier pas, plutôt qu'à l'autre,

Si le regard d'un enfant parvient encore à désarmer ton cœur,  
Si tu peux te réjouir de la joie de ton voisin,  
Si l'injustice qui frappe les autres te révolte autant que celle que tu subis,  
Si pour toi l'étranger est un frère qui t'est proposé,  
Si tu sais donner gratuitement un peu de ton temps par amour,  
Si tu acceptes qu'un autre te rende service,

Si tu partages ton pain et que tu saches y joindre un morceau de ton cœur,  
Si tu crois qu'un pardon va plus loin qu'une vengeance,  
Si tu sais chanter le bonheur des autres et danser leur allégresse,  
Si tu peux écouter le malheureux  
Qui te fait perdre ton temps et lui garder ton sourire,  
Si tu sais accepter la critique  
Et en faire ton profit, sans la renvoyer et te justifier,

Si tu sais accueillir et adopter un avis différent du tien,  
Si pour toi l'autre est d'abord un frère,  
Si la colère est pour toi une faiblesse, non une preuve de force,  
Si tu préfères être lésé que faire tort à quelqu'un,  
Si tu refuses qu'après toi ce soit le déluge,  
Si tu te ranges du côté du pauvre et de l'opprimé sans te prendre pour un héros,

Si tu crois que l'Amour est la seule force de dissuasion,  
Si tu crois que la Paix est possible,

.....Alors la Paix viendra.

*Pierre Guilbert*



## La paix est un travail

N° 234

La paix aurait pu être une fleur sauvage  
De ces fleurs des champs que nul ne sème ni ne moissonne.

La paix aurait pu être une de ces fleurs des prés  
Que l'on trouve toute faite un beau matin  
Au bord du chemin, au pied d'un arbre ou au détour d'un ruisseau.  
Il aurait suffi de ramasser la paix  
Comme on ramasse les champignons  
Ou comme on cueille la bruyère ou la grande marguerite.

### **Au contraire,**

La paix est un travail, c'est une tâche.  
Il faut faire la paix comme on fait le blé.  
Il faut faire la paix comme il faut des années pour faire une rose  
Et des siècles pour faire une vigne.  
La paix n'existe pas à l'état sauvage :  
Il n'y a de paix qu'à visage humain.

*Jean Debruyne*



## Un sourire

N° 235

Un sourire  
Ne coûte rien et produit beaucoup.  
Il enrichit ceux qui le reçoivent  
Sans appauvrir ceux qui le donnent.  
Il ne dure qu'un instant  
Mais son souvenir est parfois éternel.  
Personne n'est assez riche pour pouvoir s'en passer  
Et personne n'est trop pauvre pour ne pas le donner.  
Il est le bonheur au foyer.  
Il est le signe sensible de l'amitié.  
Un sourire donne du repos à l'être fatigué,  
Rend du courage au plus découragé.  
Si quelquefois vous rencontrez  
Une personne qui ne vous donne pas  
Le sourire que vous méritez,  
Soyez généreux, donnez-lui le vôtre.  
Car nul n'a autant besoin d'un sourire  
Que celui qui ne peut en donner aux autres.



## Laisse aller ton cri

N° 236

Laisse aller ton cri !  
Joie, colère ou souffrance...

Laisse aller tes mains !  
Supplication, tendresse ou offrande...

Laisse aller tes yeux !  
Au-delà de l'évidence jusqu'au sens...

Laisse aller,  
Tout ce qui est trop lourd à porter pour toi.

Laisse aller  
Tout ce qui est trop précieux à garder pour toi.

Laisse aller,  
Avec du rire et des larmes, comme un vent de liberté.

**Laisse aller en Dieu.**

*Colette*



## Le « Je crois » d'un prisonnier

N° 237

Je crois au soleil,  
Même quand  
Il ne brille pas.

Je crois en l'Amour  
Même quand  
Il ne m'entoure pas.

Je crois en Dieu  
Même quand  
Il se tait.

*Paroles écrites sur le mur de la cellule  
d'un prisonnier juif à Cologne*



## Comme un tricot, la vie

N° 238

La vie est comme un tricot.  
Dieu nous donne la laine et les aiguilles.  
Il nous dit : "Tricote de ton mieux, une maille à la fois."  
Une maille est une journée, sur l'aiguille du temps.  
Dans un mois, 30 ou 31 mailles.  
Dans dix ans : 3650 mailles.  
Quelques-unes sont à l'endroit, d'autres sont à l'envers.  
Il y a aussi des mailles échappées, mais on peut les reprendre.  
Que de mailles manquées !

La laine que Dieu m'a donnée  
Pour tricoter ma vie est de toutes les couleurs;  
Rose comme mes joies,  
Noire comme mes peines,  
Grise comme mes doutes,  
Verte comme mes espérances,  
Rouge comme mes affections,  
Bleue comme mes désirs,  
Blanche comme mon don total à celui que j'aime.

Seigneur, donne-moi le courage de terminer mon tricot,  
Afin que tu le trouves digne  
De l'exposition éternelle des travaux des hommes.

*R. Allais*



## L'amour ne disparaît pas

N° 239

L'amour ne disparaît jamais.  
La mort n'est pas ce que l'on pense.  
Je suis seulement passé dans la pièce à côté.  
Je suis moi, tu es toi.  
Ce que nous étions l'un pour l'autre, nous le sommes toujours.  
Donne-moi le nom que tu m'as toujours donné,  
Parle-moi comme tu l'as toujours fait.  
N'emploie pas un ton différent,  
Ne prends pas un air solennel ou triste.  
Continue à rire de ce qui nous faisait rire ensemble.  
Prie, souris, pense à moi, prie pour moi.  
Que mon nom soit prononcé à la maison.  
Comme il l'a toujours été,  
Sans emphase d'aucune sorte, sans une trace d'ombre.  
La vie signifie tout ce qu'elle a toujours signifié.  
Elle est ce qu'elle a toujours été. Le fil n'est pas coupé  
Pourquoi serais-je hors de ta pensée  
Simplement parce que je suis hors de ta vue ?  
Je t'attends, je ne suis pas loin,  
Juste de l'autre côté du chemin.

*Henry Scott Holland*



## Ce mur entre nous

N° 240

Il s'est bâti pierre après pierre, sans qu'on s'en aperçoive.  
Ou plutôt, non, il existait.  
C'était le mur de nos deux personnes.  
Avec leurs arrière-plans d'enfance, vastes terrains incultes,  
Où nous courons chacun nous perdre, encore, bien volontiers.  
Avec les murailles dressées par deux éducations sévères,  
Faites de rectitude, et d'interdits souverains.  
Avec les labyrinthes de nos sensibilités adolescentes,  
Que des craintes ont compliqués à plaisir.  
Et les raideurs de nos jeunesses solitaires.  
Devant ce mur, chacun de nous a construit sa façade :  
Cet air qu'il se donne, d'être un homme ou une femme,  
Qu'on croit tels.  
Nous nous jouons, depuis le départ, une étrange comédie.  
Vivant chacun chez soi, prisonnier de soi-même.  
Allons-nous continuer, ce mur, à le dresser,  
Jusqu'à ne plus être, l'un pour l'autre, que deux étrangers ?  
Ou serons-nous capables d'y creuser des brèches,  
Pour qu'il s'écroule ? Et que s'ouvre enfin, devant nous,  
La plaine fertile et lumineuse de nos êtres réels,  
A jamais confondus ?...



## La vie est...

N° 241

La vie est une chance, saisis-la.  
La vie est beauté, admire-la.  
La vie est béatitude, savoure-la.  
La vie est un rêve, fais-en une réalité.  
La vie est un défi, fais lui face.  
La vie est un devoir, accomplis-le.  
La vie est un jeu, joue-le.  
La vie est précieuse, prends-en soin.  
La vie est une richesse, conserve-la.  
La vie est amour, jouis-en.  
La vie est mystère, perce-le.  
La vie est promesse, remplis-la.  
La vie est tristesse, surmonte-la.  
La vie est un hymne, chante-le.  
La vie est un combat, accepte-le.  
La vie est mystère, perce-le.  
La vie est promesse, remplis-la.  
La vie est tristesse, surmonte-la.  
La vie est un hymne, chante-le.  
La vie est un combat, accepte-le.  
La vie est une tragédie, prends-la à bras le corps.  
La vie est une aventure, ose-la.  
La vie est bonheur, mérite-le.  
La vie est la vie, défends-la.  
La vie est un combat, accepte-le.  
La vie est une tragédie, prends-la à bras le corps.  
La vie est une aventure, ose-la.  
La vie est bonheur, mérite-le.  
La vie est la vie, défends-la.



**Cette petite fille  
Espérance**

**N° 242**

*La foi que j'aime le mieux, dit Dieu, c'est l'Espérance*

Au commencement était l'espérance...

L'espérance est une toute petite fille.

La foi est celle qui tient bon dans les siècles des siècles.

Mais ma petite espérance est celle qui se lève tous les matins...

Qui, tous les matins, nous donne le bonjour, qui dit bonjour au pauvre et à l'orphelin...

La foi est un grand arbre et sous les ailes de cet arbre, la charité abrite toutes les détresses du monde...

Et ma petite espérance n'est rien que cette promesse de bourgeon,

Qui s'annonce au fin commencement d'avril...

C'est lui qui a l'air de se nourrir de l'arbre... et pourtant c'est de lui que tout vient, au contraire.

Sans un bourgeon qui est une fois venu, l'arbre ne serait pas...

La foi ça ne m'étonne pas. Ça n'est pas étonnant :

J'éclate tellement dans ma création

Que, pour ne pas me voir, il faudrait que ces pauvres gens fussent aveugles.

La charité, dit Dieu, ça ne m'étonne pas. Ce n'est pas étonnant

Car ces pauvres créatures sont si malheureuses

Qu'à moins d'avoir un cœur de pierre,

Comment n'auraient-elles pas la charité les unes des autres...

Mais l'espérance, dit Dieu, voilà ce qui m'étonne Moi-même.

Ça c'est étonnant.

Que ne faut-il pas que soient ma grâce et la force de ma grâce pour que cette petite espérance

Vacillante au souffle du péché, tremblante à tous les vents, anxieuse au moindre souffle,

Soit aussi invariable, se tienne aussi droite, aussi pure,

Et invincible, et immortelle, et impossible à éteindre,

Que cette petite flamme du sanctuaire qui brûle éternellement dans la lampe fidèle,

Une flamme tremblante a traversé l'épaisseur des mondes

Une flamme impossible à atteindre, impossible à éteindre au souffle de la mort.

Ce qui m'intéresse, dit Dieu, c'est l'espérance, je n'en reviens pas.

Cette petite espérance qui n'a l'air de rien du tout. Cette petite fille espérance.

Immortelle.

*Charles Péguy*