

Avril 2026 – Méditation Guidée n°1

Prions pour les prêtres qui traversent des moments de crise dans leur vocation, afin qu'ils trouvent l'accompagnement nécessaire, et que les communautés les soutiennent avec compétence et prière.

Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos. Prenez sur vous mon joug, devenez mes disciples, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour votre âme. Oui, mon joug est facile à porter, et mon fardeau, léger.

Mt 11, 28-30

- Je prends le temps de me tourner vers le Seigneur, dans le silence.
- J'imagine un fardeau lourd à porter ou à tirer, et la possibilité de le faire avec le Christ à mes côtés, sous le joug de son amour.
- Je demande la grâce de sentir la douceur et la force de son *Cœur doux et humble*.

1 - Vous tous qui peinez sous le poids du fardeau...

Il est des moments de l'existence où les événements sont lourds à porter, chacun en fait l'expérience, et je peux moi-même évoquer tel ou tel passage de ma vie où le chemin s'est fait rude, où ma foi et mon espérance ont peut-être vacillé...

- Je prends le temps de me remémorer la lourdeur, les sentiments et la solitude éprouvés.
Qu'est-ce, et qui est-ce, qui m'a aidé à tenir dans la tourmente ?

Et les prêtres que je côtoie, suis-je attentive à la façon dont ils portent leur fardeau ? À ce qui pourrait les aider ?

2 - Venez à moi... prenez sur vous mon joug... devenez mes disciples...

Je laisse résonner ces verbes de l'Évangile, tous à l'impératif, comme autant d'appels du Christ auxquels on est invité à répondre. Lequel résonne le plus fortement en moi ?

- C'est bien sur ces appels et sur leur force d'engagement que se construit la vie des prêtres. Je demande à Jésus de les attirer à lui dans leurs moments de fatigue, et de m'attirer également, afin qu'ensemble nous devenions ses disciples !

3 - Je vous procurerai le repos... car je suis doux et humble de cœur...

J'entends cette promesse de Jésus... promesse de repos, de douceur, d'humilité ! Je peux reprendre cette phrase plusieurs fois, intérieurement d'abord, puis à voix haute. Que produit-elle en moi, quels sentiments emplissent mon cœur ?

- Je confie à ce Cœur de Jésus *doux et humble* le (ou les) prêtre (s), pour lesquels je prierai chaque jour de ce mois.

Comment mettre 'dans le coup' ma communauté chrétienne pour soutenir les prêtres qui la servent ?

Cœur à cœur

Qu'est-ce qui a marqué ce temps de prière : ce peut être un sentiment de paix, de joie, ou au contraire une impression de fatigue, une interrogation, voire une révolte ? C'est avec cela que je m'adresse maintenant au Seigneur, avec mes propres mots et en pensant à l'intention de prière de ce mois.

Je termine par la prière du Notre Père.