

# La santé du corps est importante, la santé de l'âme est prioritaire!



## Évangile de Jésus Christ selon saint Marc (Mc 7, 14-23)

En ce temps-là,

appelant de nouveau la foule, Jésus lui disait :

« Écoutez-moi tous, et comprenez bien.

Rien de ce qui est extérieur à l'homme  
et qui entre en lui  
ne peut le rendre impur.

Mais ce qui sort de l'homme,  
voilà ce qui rend l'homme impur. »

Quand il eut quitté la foule pour rentrer à la maison,  
ses disciples l'interrogeaient sur cette parabole.

Alors il leur dit :

« Êtes-vous donc sans intelligence, vous aussi ?

Ne comprenez-vous pas  
que tout ce qui entre dans l'homme, en venant du dehors,  
ne peut pas le rendre impur,

parce que cela n'entre pas dans son cœur,  
mais dans son ventre, pour être éliminé ? »

C'est ainsi que Jésus déclarait purs tous les aliments.

Il leur dit encore :

« Ce qui sort de l'homme,  
c'est cela qui le rend impur.

Car c'est du dedans, du cœur de l'homme,  
que sortent les pensées perverses :

inconduites, vols, meurtres,  
adultères, cupidités, méchancetés,  
fraude, débauche, envie,  
diffamation, orgueil et démesure.

Tout ce mal vient du dedans,  
et rend l'homme impur. »

- Acclamons la Parole de Dieu.

## Méditation

Frères et sœurs dans le Seigneur Jésus-Christ, rendons grâce à Dieu notre Père qui dans son grand amour nous a donnés de voir un nouveau jour. Dans l'extrait de l'Évangile sur lequel porte notre méditation, le Seigneur Jésus nous enseigne que la vraie pureté c'est celle du cœur. En effet nous voyons dans cet extrait l'image de Jésus qui vient abolir la tradition et apporte de nouvelles règles qui rendent l'homme plus libre et visent mieux son bien-être. Il met fin à la loi sur l'alimentation « casher » que devait respecter le peuple d'Israël pour nous faire comprendre que le Seigneur ne nous soumet à aucune loi autre que celle de la charité. C'est donc pour mieux aimer Dieu et notre prochain qu'il nous faut purifier notre cœur.

Jésus nous le dit, le cœur de l'homme est le lieu où prennent naissance toutes ses décisions et actions, c'est le lieu secret de la rencontre avec Dieu. Contrairement aux hommes, Dieu ne regarde pas l'apparence physique mais plutôt l'état de notre cœur. Il ne se laisse séduire que par un cœur pur et sincère. Il est donc inutile de laver et parer l'extérieur pour être apprécié des hommes tant dis que notre cœur que Dieu regarde est en piteux état. De plus, avec un cœur pur, chacune de nos actions partent d'une intention charitable; même s'il faudra nous abstenir d'un aliment, ce sera pour la bonne cause c'est à dire pour le bien du prochain et par respect pour lui (1 Co 8, 13).

Pour cette purification, nous avons deux moyens particuliers : la confession et la prière. La confession est la toilette de l'âme et la prière est sa nourriture dit-on souvent et notre âme est le reflet de notre cœur. De même que nous prenons soin de notre corps pour être en bonne santé physique, nous devons en faire autant pour notre âme. Nous devons recourir régulièrement à la confession et prier sans cesse d'autant plus que dans l'un comme dans l'autre de ces exercices, nous exprimons à Dieu notre faiblesse et recevons de Lui la force pour continuer d'avancer.

Et comment savoir que notre cœur est pur ? Jésus est très clair dans ses paroles lorsqu'il énumère les fruits d'un cœur impur : « inconduites, vols, meurtres, adultères, cupidités, méchanceté, fraude, débauche, envie, diffamation, orgueil et démesure ». Il nous donne là des indices d'évaluation de la pureté de notre cœur et nous pouvons dire par opposition et par déduction énumérer quelques fruits d'un cœur pur : droiture, respect du bien d'autrui, respect de la dignité humaine, fidélité, détachement, bienveillance, transparence, désintéressement, éloge, humilité, tempérance

Le Seigneur m'invite aujourd'hui à évaluer l'état de mon cœur et à reconsidérer les sentiments que j'y entretiens. Je comprends qu'avant de laisser un sentiment y prendre place je dois me demander dans quelle mesure elle m'encourage à aimer mon prochain et me rapproche du Seigneur. Si ce n'est pas le cas, je dois le combattre et le dominer par la prière. Car puisse que je suis faible, je serai toujours tenté(e) d'avoir de mauvais sentiments mais j'ai toujours le choix entre le laisser habiter mon cœur et le rendre impur ou le chasser et rester pur.

### **Prions**

Père trois fois Saint j'implore ton pardon pour toutes les fois où j'ai eu et entretenu des sentiments négatifs dans mon cœur. Accorde-moi la grâce d'un cœur renouvelé et pur ainsi que la force de ton Esprit Saint pour lutter contre tout sentiment impur et paraître digne à tes yeux.

### **Intercession**

Seigneur Jésus, en union avec le Père, fais descendre l'Esprit Saint sur tous ceux dont le cœur est pris par des sentiments contraires à la charité mais qui s'efforcent chaque jour à faire bonne figure. Qu'ils comprennent qu'un cœur pur et sincère se reflète sur l'apparence et qu'ils aient la Sagesse de chercher avant tout à être beau de l'intérieur.

Maman Marie intercède pour nous.

## **Exercice spirituel**

Faire son examen de conscience, se confesser ou programmer de le faire et répéter cette prière plusieurs fois au cours de la journée : « crée en moi un cœur pur, ô mon Dieu, renouvelle et raffermi au fond de moi mon esprit » (Ps 50, 12).

Bebissi Stéphanie

Christus Vivit