

# Ma force et mon chant, c'est le Seigneur !



## Lectures de la messe

### Première lecture

« Mon père Saül cherche à te faire mourir » (1 S 18, 6-9 ; 19, 1-7)

Lecture du premier livre de Samuel

En ces jours-là,

au retour de l'armée,  
lorsque David revint après avoir tué le Philistin,  
les femmes sortirent de toutes les villes d'Israël  
à la rencontre du roi Saül  
pour chanter et danser au son des tambourins,  
des cris de joie et des cymbales.

Les femmes dansaient en se renvoyant ce refrain :

« Saül a tué ses milliers,  
et David, ses dizaines de milliers. »

Saül le prit très mal et fut très irrité.

Il disait :

« À David on attribue les dizaines de milliers,  
et à moi les milliers ;  
il ne lui manque plus que la royauté ! »

Depuis ce jour-là, Saül regardait David avec méfiance.

Saül dit à son fils Jonathan et à tous ses serviteurs  
son intention de faire mourir David.

Mais Jonathan, le fils de Saül, aimait beaucoup David  
et il alla le prévenir :

« Mon père Saül cherche à te faire mourir.

Demain matin, sois sur tes gardes,  
mets-toi à l'abri, dissimule-toi.

Moi, je sortirai et je me tiendrai à côté de mon père  
dans le champ où tu seras.

Je parlerai de toi à mon père,  
je verrai ce qu'il en est et je te le ferai savoir. »

Jonathan fit à son père Saül l'éloge de David ;

il dit :

« Que le roi ne commette pas de faute  
contre son serviteur David,

car lui n'a commis aucune faute envers toi.  
Au contraire, ses exploits sont une très bonne chose pour toi.

Il a risqué sa vie, il a frappé à mort Goliath le Philistin,  
et le Seigneur a donné une grande victoire à tout Israël :

tu l'as vu et tu en es été heureux.

Pourquoi donc commettre une faute  
contre la vie d'un innocent,  
en faisant mourir David sans motif ? »

Saül écouta Jonathan et fit ce serment :

« Par le Seigneur vivant,  
il ne sera pas mis à mort ! »

Alors Jonathan appela David  
et lui répéta tout ce que le roi avait dit.  
Puis il le conduisit à Saül,  
et David reprit sa place comme avant.

- Parole du Seigneur.

## Psaume

**(Ps 55 (56), 2-3, 9ab-10, 11a.12, 13-14ab)**

**R/ Sur Dieu, je prends appui :  
plus rien ne me fait peur. (Ps 55, 5bc)**

Pitié, mon Dieu ! Des hommes s'acharnent contre moi ;  
tout le jour, ils me combattent, ils me harcèlent.  
Ils s'acharnent, ils me guettent tout le jour ;  
mais là-haut, une armée combat pour moi.

Toi qui comptes mes pas vagabonds,  
recueille en tes outres mes larmes.  
Le jour où j'appellerai, mes ennemis reculeront ;  
je le sais, Dieu est pour moi.

Sur Dieu dont j'exalte la parole,  
sur Dieu, je prends appui :  
plus rien ne me fait peur !  
Que peuvent sur moi des humains ?

Mon Dieu, je tiendrai ma promesse,  
je t'offrirai des sacrifices d'action de grâce ;  
car tu m'as délivré de la mort  
et tu préserves mes pieds de la chute.

## Évangile

**« Les esprits impurs criaient : "Toi, tu es le Fils de Dieu !" Mais il leur défendait vivement de le faire connaître » (Mc 3, 7-12)**

### Alléluia. Alléluia.

Notre Sauveur, le Christ Jésus, a détruit la mort ;  
il a fait resplendir la vie par l'Évangile.

**Alléluia.** (2 Tm 1, 10)

Évangile de Jésus Christ selon saint Marc

En ce temps-là,

Jésus se retira avec ses disciples près de la mer,  
et une grande multitude de gens, venus de la Galilée, le suivirent.

De Judée, de Jérusalem, d'Idumée, de Transjordanie,  
et de la région de Tyr et de Sidon  
vinrent aussi à lui une multitude de gens  
qui avaient entendu parler de ce qu'il faisait.

Il dit à ses disciples de tenir une barque à sa disposition  
pour que la foule ne l'écrase pas.

Car il avait fait beaucoup de guérisons,  
si bien que tous ceux qui souffraient de quelque mal  
se précipitaient sur lui pour le toucher.

Et lorsque les esprits impurs le voyaient,  
ils se jetaient à ses pieds et criaient :  
« Toi, tu es le Fils de Dieu ! »

Mais il leur défendait vivement de le faire connaître.

- Acclamons la Parole de Dieu.

## Méditation

Le Christ nous sauve de nos misères et fait de nous des personnes renouvelées. Il rejoint chacun de nous dans sa situation concrète pour le relever. Le Seigneur est tendresse et pitié. Il ne saurait être indifférent face à nos souffrances. A tous ceux qui crient vers lui, le Seigneur répond sans attendre. C'est bien ce qu'a fait la foule des personnes en détresse dans l'évangile qui cherchaient seulement à le toucher pour obtenir leur solution. Le Seigneur se laisse approcher, il se laisse toucher, il se donne à nous. Quelle que soit la gravité de notre situation, les maladies et les incompréhensions de la vie, le Seigneur est là pour nous relever.

Frères et Sœurs bien-aimés, la grâce de Dieu nous est favorable. Le Seigneur attend que nous mettions toute notre confiance dans son saint Nom. En plus de reconnaître que Jésus peut nous donner tout, nous devons nous abandonner à lui dans une totale confiance, car il prend soin de nous. En effet, savoir que Jésus est Fils de Dieu ne suffit pas, car même les démons peuvent avoir aussi cette connaissance au point de le proclamer. Mais nous, nous sommes plutôt appelés à avoir une connaissance intime du Fils de Dieu, ainsi qu'une relation d'amour avec lui, car, par le baptême, nous sommes devenus fils de Dieu dans le Fils unique. En lui et par lui, nous recevons grâce sur grâce.

Le Seigneur nous assure la victoire. Quand nous mettons toute notre confiance en lui, il mène lui-même nos combats et nous assure la victoire dans toutes nos épreuves. Nous abandonner totalement au Seigneur c'est aussi reconnaître ses bienfaits en nos frères et lui rendre grâce, car il n'oublie personne. Nous devons éviter d'entretenir de la jalouse face à la bénédiction de Dieu dans la vie de nos frères, mais lui rendre grâce et attendre de lui notre relèvement. La Jalouse nous aveugle et nous rend incapables de prononcer le nom de Dieu en vérité. Elle nous pousse à haïr nos frères pourtant nous devons les aimer et nous réjouir avec eux. De tout cœur, prenons appui sur le Seigneur dans la vérité et dans l'amour.

## **Prions**

Dieu notre Père, nous venons à toi avec toutes nos infirmités, nos blessures et nos péchés. Répands sur nous ta miséricorde et donne-nous de reconnaître ta présence et de nous abandonner à toi. Inspire-nous de toujours te chercher en toutes choses, et de marcher joyeux à ta suite avec tous nos frères et sœurs. Par Jésus, le Christ, notre Seigneur.

## **Intercession**

Seigneur, nous te prions pour nos frères et sœurs qui ploient sous diverses formes de misère et recherchent vainement la solution dans les promesses du monde. Délivre-les de l'esprit de concurrence et donne-leur de comprendre que toi seul peux leur offrir sans condition ce dont ils ont réellement besoin.

Pour tous ceux qui se déclarent chrétiens et qui en toi se confient, multiplie tes gestes de bonté et de miséricorde. Affermis leur confiance en toi afin qu'ils sachent s'abandonner à toi dans toutes les circonstances et ne compter que sur toi comme ton serviteur David.

## **Exercice spirituel**

Arrêtons-nous un instant pour méditer sur notre attitude au quotidien... Quel est notre réflexe en temps d'épreuve ? Nous tourner vers le Seigneur ou vers les promesses du monde et des puissants ? Quelle est notre attitude face à la souffrance de notre prochain ? Avons-nous le bon réflexe de nous tourner vers le Seigneur pour crier notre misère et conduire à lui nos frères et sœurs qui souffrent eux-aussi ? Quelle est notre attitude face à nos frères et sœurs que le Seigneur a bénis en les délivrant de leurs détresses ? Sommes-nous prêts à rendre grâce à Dieu pour ses bienfaits dans la vie de nos frères ? Engageons-nous à ne compter que sur Dieu et à lui rendre grâce pour les signes de sa bénédiction tant dans notre vie que dans celle de nos frères et sœurs.

Abbé Pacôme Lonmene Diocèse de Bafoussam