

Savoir se ressourcer en Jésus !



Lectures de la messe

Première lecture

« Que le Dieu de la paix, lui qui a fait remonter d'entre les morts le Pasteur par excellence, vous forme en tout ce qui est bon » (He 13, 15-17.20-21)

Lecture de la lettre aux Hébreux

Frères,
en toute circonstance,
offrons à Dieu, par Jésus, un sacrifice de louange,
c'est-à-dire les paroles de nos lèvres qui proclament son nom.
N'oubliez pas d'être généreux et de partager.
C'est par de tels sacrifices que l'on plaît à Dieu.
Faites confiance à ceux qui vous dirigent
et soyez-leur soumis ;
en effet, ils sont là pour veiller sur vos âmes,
ce dont ils auront à rendre compte.
Ainsi, ils accompliront leur tâche avec joie,
sans avoir à se plaindre,
ce qui ne vous serait d'aucun profit.
Que le Dieu de la paix,
lui qui a fait remonter d'entre les morts,
grâce au sang de l'Alliance éternelle,
le berger des brebis, le Pasteur par excellence,
notre Seigneur Jésus,
que ce Dieu vous forme en tout ce qui est bon
pour accomplir sa volonté,
qu'il réalise en nous ce qui est agréable à ses yeux,
par Jésus Christ, à qui appartient la gloire
pour les siècles des siècles. Amen.

- Parole du Seigneur.

Psaume

(22 (23), 1-2ab, 2c- 3, 4, 5, 6)

**R/ Le Seigneur est mon berger :
rien ne saurait me manquer. (cf. 22, 1)**

Le Seigneur est mon berger :
je ne manque de rien.
Sur des prés d'herbe fraîche,
il me fait reposer.

Il me mène vers les eaux tranquilles
et me fait revivre ;
il me conduit par le juste chemin
pour l'honneur de son nom.

Si je traverse les ravins de la mort,
je ne crains aucun mal,
car tu es avec moi :
ton bâton me guide et me rassure.

Tu prépares la table pour moi
devant mes ennemis ;
tu répands le parfum sur ma tête,
ma coupe est débordante.

Grâce et bonheur m'accompagnent
tous les jours de ma vie ;
j'habiterai la maison du Seigneur
pour la durée de mes jours.

Évangile

« Ils étaient comme des brebis sans berger » (Mc 6, 30-34)

Alléluia. Alléluia. Mes brebis écoutent ma voix, dit le Seigneur ; moi, je les connais, et elles me suivent. **Alléluia.** (Jn 10, 27)

Évangile de Jésus Christ selon saint Marc

En ce temps- là,
les Apôtres se réunirent auprès de Jésus,
et lui annoncèrent tout ce qu'ils avaient fait et enseigné.
Il leur dit :
« Venez à l'écart dans un endroit désert,
et reposez-vous un peu. »
De fait, ceux qui arrivaient et ceux qui partaient étaient nombreux,
et l'on n'avait même pas le temps de manger.
Alors, ils partirent en barque
pour un endroit désert, à l'écart.
Les gens les virent s'éloigner,
et beaucoup comprirent leur intention.
Alors, à pied, de toutes les villes,
ils coururent là-bas
et arrivèrent avant eux.
En débarquant, Jésus vit une grande foule.
Il fut saisi de compassion envers eux,
parce qu'ils étaient comme des brebis sans berger.

Alors, il se mit à les enseigner longuement.

- Acclamons la Parole de Dieu.

Méditation

Bien-aimés de Dieu, rendons grâce au Seigneur pour son amour et sa présence dans nos vies. Il n'est pas indifférent aux différentes situations que nous traversons. Au contraire, il se laisse toucher par notre misère. Par sa Parole, il nous façonne de l'intérieur, refait nos forces et nous rend capable d'aller à la rencontre de tous ceux qui ont besoin d'amour, de lumière, d'assurance et de paix. La mission que le Seigneur nous confie, en tant que ses disciples, n'a en réalité de sens que dans ce double mouvement : un mouvement de ressourcement en Dieu et une invitation à se laisser interpeler par la situation des autres, à l'image de Jésus, le bon berger.

De fait, dans l'évangile de ce jour, lorsque les apôtres revinrent tout joyeux de leur première mission, après avoir accompli tant de prodiges, ils reçurent de leur maître cette injonction : « *Venez à l'écart dans un endroit désert, et reposez-vous un peu* » (Marc 6, 31). Toutefois, l'invitation du Christ au repos, plus qu'une invitation à une sieste bien méritée après un dur labeur, est une invitation pour les disciples à se reposer en Dieu (voir aussi Ps 23.1-3, Ps 62.2, Ps 4.9, Mt 11.28-29). C'est une consigne qui nous met en garde contre l'activisme désordonné car Jésus nous invite à nous éloigner des agitations quotidiennes de nos vies, à prévoir des moments d'arrêt pour nous ressourcer en Dieu, pour développer une vie intérieure profonde en s'adonnant toujours plus à la prière, l'oraison, le face à face avec Dieu et l'ascèse. C'est également une parole d'espérance car lorsque le stress et les soucis de la vie nous accablent, lorsque nos préoccupations quotidiennes (travail, famille, études, ...) nous épuisent et nous fatiguent, nous devons apprendre à écouter le Seigneur qui nous dit : « *Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi je vous donnerai le repos* » (Mt 11, 28).

Ce repos en Dieu ne nous dispense cependant pas de l'ouverture à nos frères et sœurs. Comme Jésus, le disciple doit compatir à la faim spirituelle des âmes qui l'entourent. Jésus, en voyant la foule qui s'était rassemblée, en voyant ces milliers d'assoiffés, éprouve une immense pitié et il se met à les enseigner longuement. Jésus avait un projet, il emmenait ses amis dans un lieu tranquille pour se reposer. Mais face à la situation de la foule, il s'arrête, il renonce à son projet. Nous comprenons donc qu'en face de l'autre qui souffre, il nous est interdit de passer outre, avec indifférence, mais nous devons nous arrêter auprès de lui pour lui apporter notre aide.

Prions

Seigneur Jésus, me voici devant toi. Tu me connais et tu connais ma vie. Tu connais mes espoirs et mes angoisses. Parfois à l'image de la foule immense qui te suivait, je suis perdu et désorienté. J'ai besoin de toi. Ne m'abandonne pas.

Intercession

Nous te confions au Seigneur toutes les personnes que tu as appelées à ton service. Ne permet pas qu'ils ne sombrent pas dans l'activisme. Aide-les à cultiver une intimité profonde avec toi et à être ouvert aux besoins des hommes, leurs frères.

Exercice spirituel

Prendre du temps au cours de la journée pour un ressourcement personnel dans le Seigneur.

Pour écouter la version audio de cette méditation, cliquer sur ce lien <https://www.youtube.com/watch?v=UUWKfqdZxPg>