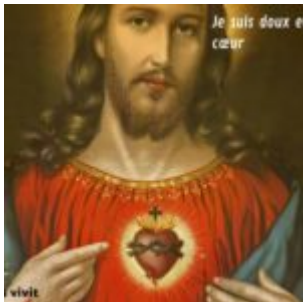


# Trouvons refuge dans le Cœur Sacré de Jésus!



## Lectures de la messe

### Première lecture

**« Si le Seigneur vous a choisis, c'est par amour pour vous » (Dt 7, 6-11)**

Lecture du livre du Deutéronome

Moïse disait au peuple :

« Tu es un peuple consacré au Seigneur ton Dieu :  
c'est toi qu'il a choisi pour être son peuple,  
son domaine particulier parmi tous les peuples de la terre.

Si le Seigneur s'est attaché à vous, s'il vous a choisis,  
ce n'est pas que vous soyez le plus nombreux de tous les peuples,  
car vous êtes le plus petit de tous.

C'est par amour pour vous,  
et pour tenir le serment fait à vos pères,  
que le Seigneur vous a fait sortir par la force de sa main,  
et vous a rachetés de la maison d'esclavage  
et de la main de Pharaon, roi d'Égypte.

Tu sauras donc que c'est le Seigneur ton Dieu qui est Dieu,  
le Dieu vrai qui garde son Alliance et sa fidélité  
pour mille générations  
à ceux qui l'aiment et gardent ses commandements.

Mais il riposte à ses adversaires en les faisant périr,  
et sa riposte est immédiate.

Tu garderas donc le commandement, les décrets et les ordonnances  
que je te prescris aujourd'hui de mettre en pratique. »

- Parole du Seigneur.

### Psaume

**(Ps 102 (103), 1-2, 3-4, 6-7, 8.10)**

**R/ L'amour du Seigneur, sur ceux qui le craignent,  
est de toujours à toujours. (Ps 102, 17ab)**

Bénis le Seigneur, ô mon âme,

bénis son nom très saint, tout mon être !  
Bénis le Seigneur, ô mon âme,  
n'oublie aucun de ses bienfaits !

Car il pardonne toutes tes offenses  
et te guérit de toute maladie ;  
il réclame ta vie à la tombe  
et te couronne d'amour et de tendresse.

Le Seigneur fait œuvre de justice,  
il défend le droit des opprimés.  
Il révèle ses desseins à Moïse,  
aux enfants d'Israël ses hauts faits.

Le Seigneur est tendresse et pitié,  
lent à la colère et plein d'amour.  
Il n'agit pas envers nous selon nos fautes,  
ne nous rend pas selon nos offenses.

## **Deuxième lecture**

### **« Dieu nous a aimés » (1 Jn 4, 7-16)**

Lecture de la première lettre de saint Jean

Bien-aimés,  
aimons-nous les uns les autres,  
puisque l'amour vient de Dieu.  
Celui qui aime est né de Dieu  
et connaît Dieu.

Celui qui n'aime pas n'a pas connu Dieu,  
car Dieu est amour.

Voici comment l'amour de Dieu  
s'est manifesté parmi nous :  
Dieu a envoyé son Fils unique dans le monde  
pour que nous vivions par lui.

Voici en quoi consiste l'amour :  
ce n'est pas nous qui avons aimé Dieu,  
mais c'est lui qui nous a aimés,  
et il a envoyé son Fils  
en sacrifice de pardon pour nos péchés.

Bien-aimés,  
puisque Dieu nous a tellement aimés,  
nous devons, nous aussi, nous aimer les uns les autres.

Dieu, personne ne l'a jamais vu.  
Mais si nous nous aimons les uns les autres,  
Dieu demeure en nous,  
et, en nous, son amour atteint la perfection.

Voici comment nous reconnaissons  
que nous demeurons en lui

et lui en nous :  
il nous a donné part à son Esprit.

Quant à nous, nous avons vu et nous attestons  
que le Père a envoyé son Fils  
comme Sauveur du monde.

Celui qui proclame que Jésus est le Fils de Dieu,  
Dieu demeure en lui,  
et lui en Dieu.

Et nous, nous avons reconnu l'amour que Dieu a pour nous,  
et nous y avons cru.

Dieu est amour :  
qui demeure dans l'amour demeure en Dieu,  
et Dieu demeure en lui.

- Parole du Seigneur.

## **Évangile**

**« Je suis doux et humble de cœur » (Mt 11, 25-30)**

**Alléluia. Alléluia.**

Prenez sur vous mon joug,  
devenez mes disciples,  
car je suis doux et humble de cœur.

**Alléluia.** (Mt 11, 29ab)

Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu

En ce temps-là,  
Jésus prit la parole et dit :  
« Père, Seigneur du ciel et de la terre,  
je proclame ta louange :  
ce que tu as caché aux sages et aux savants,  
tu l'as révélé aux tout-petits.

Oui, Père, tu l'as voulu ainsi dans ta bienveillance.

Tout m'a été remis par mon Père ;  
personne ne connaît le Fils, sinon le Père,  
et personne ne connaît le Père, sinon le Fils,  
et celui à qui le Fils veut le révéler.

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. »

- Acclamons la Parole de Dieu.

# Méditation

Frères et sœurs en Christ, que la grâce de notre Seigneur Jésus Christ abonde dans chacune de nos vies. Aujourd'hui l'Église universelle célèbre le Sacré Cœur de Jésus; le cœur de notre Dieu qui n'est pas comme le nôtre, qui n'est qu'amour et miséricorde. Le texte de l'évangile nous présente ce cœur dans lequel nous pouvons nous réfugier et que nous pouvons prendre en exemple.

Le cœur de notre Seigneur Jésus est doux et humble, prêt à porter tous nos fardeaux, toutes nos difficultés et nous proposant un fardeau léger qui est celui de l'amour. Le Seigneur connaît chacun de nous, il sait ce qui nous pèse, ce qui nous arrache notre liberté, ce qui nous arrache notre joie de vivre, notre paix, notre bonheur. Il le sait et il a fait le don de sa vie afin que nous puissions trouver en lui la force et la consolation dont nous avons besoin.

Chacun de nous a un fardeau, une difficulté personnelle, une situation dans la famille, avec les parents, les frères et sœurs, les enfants, les amis, les collègues au travail, les camarades est lourd à porter sur le cœur. Nous pouvons confier ce fardeau à Jésus, le laisser gérer à sa manière, le laisser prendre le contrôle de la situation afin que sa volonté et non pas la nôtre soit faite.

En retour, il nous demande seulement une chose: prendre son joug qui est léger, qui est celui de l'amour. Jésus nous demande d'aimer comme lui dans la patience, dans la foi et de façon inconditionnelle. Il nous demande d'imiter son cœur qui est semblable à celui d'un enfant. Comment est ce cœur?

C'est un cœur confiant, qui est confiant dans l'amour du Père et qui l'accueille complètement. C'est un cœur qui ne se laisse pas corrompre par le mal, qui ne laisse pas l'orgueil, la convoitise, la méchanceté, le mensonge et autre s'installer en lui. C'est un cœur qui a une relation avec Dieu le Père et qui l'entretient constamment et quotidiennement. C'est un cœur doux en paroles et en actes qui fait du bien quand il s'exprime ou quand il agit. C'est un cœur qui est ouvert aux autres et à leurs souffrances et sait les consoler. C'est un cœur humble qui se fait tout petit pour servir l'autre, qui ne regarde pas à son honneur, à sa face, à son image mais qui est prêt à tout sacrifier pour aimer l'autre, pour contribuer à son bonheur.

En cette fête du Sacré Cœur de Jésus, c'est l'occasion pour nous de nous confier à son amour et à sa grâce. Avons nous un fardeau qui nous pèse qui nous ralentit dans notre marche vers Dieu? Confions le lui? Prenons en retour son joug qui est léger et allégeons nos cœurs du mal pour mieux aimer et pour aimer entièrement l'autre. Que devons nous faire pour ressembler davantage au Cœur Sacré de Jésus?

## Prions

Seigneur, consacre nous à ton Sacré Cœur et aide nous à aimer comme tu aimes et à te donner tous les fardeaux de nos vies particulièrement ceux qui nous empêchent d'aimer.

## Intercession

Prions pour tous les condamnés à mort dans le monde, qu'ils trouvent le salut et l'espérance dans le Cœur Sacré de Jésus.

Maman Marie, mère de Jésus, prie pour nous.

## Exercice spirituel

Faisons une prière de consécration au Cœur Sacré de Jésus aujourd'hui et confions lui nos difficultés et nos fardeaux.

Flora Kamta, Communauté des Disciples du Christ Vivant