



Mary Peter Martin

STRESS
ANGOISSE
DÉPENDANCE
CHAGRIN ET DEUIL
DÉPRESSION
TRAUMATISME
CONVALESCENCE

Prières POUR
surmonter l'épreuve

Guides de prière

Éditions des Béatitudes

PRIÈRES POUR SURMONTER L'ÉPREUVE

Nihil Obstat
Rév. Vincent Daily, std

*

Imprimatur
Cardinal Sean O'Malley, ofm
archevêque de Boston
2 février 2007

*

Si vous souhaitez être tenu au courant de nos publications,
vous pouvez envoyer vos nom, adresse et email
aux Editions des Béatitudes, Burtin, 41 600 Nouan-le-Fuzelier
ed.beatitudes@wanadoo.fr
www.editions-beatitudes.fr

ISBN 978-2-84024-312-0

© Editions des Béatitudes

Société des Œuvres Communautaires, juin 2008

Conception de la couverture : Atelier Béatitudes-Graphisme

Photo de couverture : © droits réservés

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

L'ourlet de nos journées :
La prière du matin
et du soir



LES COUTURIERS LE SAVENT bien : la dernière finition d'un nouveau vêtement est l'ourlet. L'ourlet vient l'achever et le rendre présentable aussi bien qu'utile. Si nous faisons l'ourlet de nos journées par la prière, ce qui fait notre vie risque moins de s'effilocher !

Psaume du matin

Un psaume est une prière tirée du livre de prières de la Bible elle-même : le Livre des Psaumes. À l'origine, c'étaient des chants ou des versets poétiques exprimant la louange, l'action de grâces, le chagrin, et des appels à l'aide angoissés vers Dieu. Le mot « psaume » vient du grec psallein, qui signifie « pincer », comme les doigts pincent les cordes d'une harpe. La Tradition nous rapporte que le Roi David jouait de la harpe et qu'il est l'auteur de certains psaumes.

« MA PAROLE, entends-la, Seigneur, discerne ma plainte,
attentif à la voix de mon appel, ô mon Roi et mon Dieu !
C'est toi que je prie, SEIGNEUR !
au matin tu écoutes ma voix ;
au matin je fais pour toi les apprêts
et je reste aux aguets.
Et moi, par la grandeur de ton amour,
j'accède à ta maison

vers ton Temple sacré je me prosterne,
pénétré de ta crainte.
SEIGNEUR, guide-moi dans ta justice
à cause de ceux qui me guettent,
redresse devant moi ton chemin.
Toi, tu bénis le juste, SEIGNEUR
comme un bouclier, ta faveur le couronne. »

(Ps 5, 2-3. 7-8.12)



Invitations du Seigneur

Pris dans les exigences et les crises de chaque jour, sachons demander au Seigneur : « Où es-tu dans tout cela ? Que me demandes-tu ? » Dans les évangiles, Jésus nous adresse plusieurs invitations. L'une d'entre elles se cacherait-elle dans l'agitation ou la monotonie de ce jour ?

« LE MAÎTRE est là et il t'appelle. » (Jn 11, 28)

« ET IL leur dit : "Venez vous-mêmes à l'écart, dans un lieu désert, et reposez-vous un peu." » (Mc 6, 31)



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Prières
de Confiance
et de Réconfort



Prière à Jésus, mon Conseiller intérieur

Les conseillers humains ont des dons remarquables pour écouter et offrir des lumières. Pourtant, ces personnes ne peuvent pas lire nos pensées ni sonder notre cœur. Seul Jésus est le Conseiller en dernier recours et le Médecin Divin.

Seigneur, le psalmiste dit : « Seigneur, tu me sondes et me connais... Tu perces de loin mes pensées... mes chemins te sont tous familiers. » (Ps 139, 1-3) Bien que tu saches déjà tout de moi, j'ai besoin de te dire ce qui me soucie, Seigneur. Mes pensées tournent à cent à l'heure, dans la confusion, la colère et l'angoisse. J'ai besoin de parler à quelqu'un, et toi, tu es toujours là. Écoute-moi, Seigneur, je t'en prie. Rends droites mes pensées qui s'égarerent. Tu es la Vérité. Aide-moi à penser rationnellement, calmement et sans inquiétude.

Chasse loin de moi toute pensée de haine de moi-même, de désespoir ou de panique qui troublerait ma paix.

Parfois, je me sens pris au piège de mes peurs et de mon anxiété. Dieu d'amour, délivre-moi de ces liens.

Tu as dit : « Venez à l'écart » (cf. Mt 11, 28, Mc 6, 31). Par la prière, je veux prendre de la distance par rapport à tout ce qui m'inquiète et te laisser toi-même t'en occuper. Je veux m'asseoir à tes pieds, « m'arrêter et connaître que toi, tu es Dieu »

(cf. Ps 46, 10). Je veux entrer dans cette confiance que tu peux exaucer ma prière.

Seigneur, beaucoup de choses me mettent en colère. Cette colère s'insinue dans ma prière et gâte le regard que je porte sur la vie. Donne-moi un regard optimiste sur la vie, enraciné dans l'enseignement de ton Évangile. Je sais que seul, je ne peux pas apaiser ma colère. Dirige-moi vers des moyens concrets et, si nécessaire, une thérapie et un traitement qui m'aident à gérer mes émotions. Seigneur, dans l'Évangile, un homme se coupait avec des pierres et était si tourmenté qu'il vivait parmi les tombeaux (cf. Mc 5, 1-13). Parfois, je me sens mis au tombeau par cette maladie. Pose ta main guérissante sur ma tête. Donne-moi la paix, et ancre-moi dans la ferme conviction que tu m'aimes plus que je ne pourrai jamais m'aimer moi-même. Merci pour cet amour, et merci de m'avoir écouté. Amen.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Si tu traverses les eaux je serai avec toi, et les rivières, elles ne te submergeront pas. Si tu passes par le feu, tu ne souffriras pas, et la flamme ne te brûlera pas.

Car je suis le SEIGNEUR, ton Dieu, le Saint d'Israël, ton sauveur. Car tu comptes beaucoup à mes yeux, tu as du prix et je t'aime. » (Is 43, 1-4)



Gravés sur les paumes de ses mains

Ces paroles du prophète Isaïe nous appellent chacun « Sion ». Aujourd'hui, le Seigneur nous rappelle que nous ne sommes jamais abandonnés.

« SION avait dit : "Le SEIGNEUR m'a abandonnée ; le Seigneur m'a oubliée." Une femme oublie-t-elle son petit enfant, est-elle sans pitié pour le fils de ses entrailles ? Même si les femmes oubliaient, moi, je ne t'oublierai pas. Vois, je t'ai gravée sur les paumes de mes mains. » (Is 49, 14-16)



Confiance en ce que Dieu va faire pour nous

Lisez dans la prière tout ce passage de l'Écriture. Puis, relisez-le en mettant votre nom à la place de « les cieux », « la terre », puis « Jérusalem » et « mon peuple ».

« CAR VOICI que je vais créer des cieux nouveaux et une terre nouvelle, on ne se souviendra plus du passé, il ne reviendra plus à l'esprit. Mais soyez pleins d'allégresse et exultez éternellement de ce que moi, je vais créer : car voici que je vais faire de Jérusalem une exultation et de mon peuple une allégresse. J'exulterai en Jérusalem, en mon peuple je serai plein d'allégresse, et l'on n'y entendra plus retentir les pleurs et les cris... Ainsi, avant qu'ils n'appellent, moi je répondrai, ils parleront encore que j'aurai déjà entendu. » (Is 65, 17-19. 24)



Quand nous nous sentons impuissants

À certains moments, nous nous sentons au bout du rouleau et nous ne pouvons plus continuer. Dans une des Chroniques de Narnia intitulée « Le cheval et son écuyer », le cheval assure au garçon qu'il est capable de continuer, même s'il a envie d'abandonner. À travers les paroles de consolation du prophète Isaïe, Dieu nous invite à continuer pas à pas : c'est lui qui nous donne la force.

« LE SEIGNEUR est un Dieu éternel, créateur des extrémités de la terre. Il ne se fatigue ni ne se lasse, insondable est son intelligence. Il donne la force à celui qui est fatigué ; à celui qui est sans vigueur, il prodigue le réconfort. Les adolescents se fatiguent et s'épuisent, les jeunes ne font que chanceler, mais ceux qui espèrent dans le SEIGNEUR renouvellent leur force, ils déploient leurs ailes comme des aigles, ils courent sans s'épuiser, ils marchent sans se fatiguer. » (Is 40, 28-31)



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Surmonter le stress causé par la guerre

Les combats militaires et leurs conséquences multiples peuvent nous rendre insensibles et incapables d'entrer en relation avec les autres. Bien que Dieu nous semble lointain, il est plus proche que nous ne l'imaginons. Cette prière nous aidera à déverrouiller nos désirs les plus profonds d'intimité avec Celui qui ne cesse jamais de nous aimer.

SEIGNEUR DIEU, il m'est difficile de dire des prières toutes faites. J'ouvre mon âme devant toi et je te demande de me guérir. Les souvenirs du passé me hantent. Parfois, un bruit inattendu vient provoquer chez moi de la colère et de la nervosité. Mon sommeil est agité de cauchemars et d'images qui me reviennent à la mémoire comme des flashes. Aide-moi à reposer en paix sous ton regard vigilant. À d'autres moments, je manque de gentillesse envers ceux qui m'aiment. Je ne veux pas leur faire mal. Aide-moi à leur demander pardon. Aide-moi à agir avec amour envers ceux que j'ai pu offenser. Puisse le traumatisme que j'ai vécu ne jamais causer de souffrances supplémentaires à ceux qui m'entourent. Je porte le poids de mon passé. Seigneur, viens me décharger de ce fardeau de souffrance mentale et soulage ma douleur. Que je puisse goûter la liberté d'être aimé de toi. Amen.



Réconfort après une catastrophe naturelle

Les incendies, les inondations, les ouragans, les tornades et les tempêtes viennent interrompre le cours normal de nos vies et nous laissent physiquement et émotionnellement épuisés. Les reportages faisant état de catastrophes naturelles peuvent eux aussi affecter nos émotions au point que nous en soyons traumatisés. Si nous sommes de ceux qui y ont perdu des membres de leur famille, des amis, une maison, l'alimentation en électricité, en nourriture ou en eau, Dieu est là qui veut nous aider.

SEIGNEUR, un de tes prophètes a dit : « De tous côtés, c'est la ruine ». Nous aussi, nous sommes ruinés : sans domicile, déplacés, et à présent pauvres en de nombreux aspects. Merci de nous avoir gardés en vie. Donne-nous le courage de reconstruire sans nous plaindre, de trouver des moyens de faire face à la situation, et d'aider ceux qui ont moins de chance que nous. Lorsque nous chancelons, donne-nous la force de reconstruire nos vies. Accorde-nous la sagesse pour discerner ce qui convient maintenant. Donne aux sauveteurs et aux équipes médicales la vigueur dans leur fatigue, et reconforte-les. Garde-nous d'être submergés par la dépression et les pensées négatives. Donne la sagesse, le calme et l'énergie à nos dirigeants. Nous nous appuyons sur toi dans la reconstruction de nos vies. Nous te le demandons par Jésus-Christ, ton Fils, Notre-Seigneur. Amen.

Pour se remettre émotionnellement d'une catastrophe naturelle

Le découragement et la frustration nous envahissent facilement pendant la période où nous faisons le difficile travail de reconstruction qui suit un événement traumatisant. Voici une prière pour nous aider à demeurer en vérité devant Dieu et à vivre une convalescence sur le long terme.

Seigneur Jésus, tu as passé trente ans dans la maison de Nazareth, souvent à répéter les mêmes tâches. Tu as dû ressentir la monotonie et la fatigue de scier des bûches et de transformer un bois dur en outils. Prends pitié de moi. Je n'ai plus d'énergie, ma patience est à bout, je ne sais plus quoi faire. Tout ce travail fastidieux m'épuise. Seigneur, je vais prendre le temps de souffler, d'écouter tes Paroles : « Que votre cœur ne se trouble pas ! » (Jn 14, 1). Pose tes mains sur ma tête et guéris-moi. Apaise toutes ces pensées agitées et ces doutes qui vont et viennent. Repousse loin de moi tout découragement et toute frustration. Donne-moi la force et le courage nécessaires pour achever ce que j'ai commencé sans perdre patience. Amen.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Guéris ce qui reste de douloureux dans ma mémoire
afin que rien de ce qui m'est arrivé
ne me laisse aujourd'hui dans la douleur,
dans l'angoisse,
ou ne me remplisse d'anxiété.

Guéris, Seigneur,
toutes ces blessures qui sont la cause
du mal enraciné dans ma vie.

Je veux pardonner
à tous ceux qui m'ont offensé.

Regarde ces douleurs intérieures
qui me rendent incapable de pardonner.

Toi qui es venu pardonner
à ceux qui ont le cœur contrit,
je t'en prie, guéris mon cœur.

Guéris, mon Seigneur Jésus, ces blessures intimes
qui me rendent physiquement malade.

Je t'offre mon cœur.

Reçois-le, Seigneur, purifie-le,
et donne-moi les sentiments de ton Cœur divin.

Fais de moi un témoin authentique de ta résurrection
de ta victoire sur le péché et la mort
et de ta présence vivante au milieu de nous. »



Pour être délivré de pensées d'autodestruction

Il arrive que nous attendions de nous-mêmes d'être des « supermen » ou des « superwomen ». Quand nous échouons, nous pouvons être si déprimés et en colère que nous nous en prenons physiquement à nous-mêmes, et que nous nous faisons du mal. Prions Dieu de prendre tout cela sous sa garde et demandons-lui la grâce de prendre soin de notre corps avec une grande attention.

JÉSUS, Bon Berger, pose ta main sur moi. Garde-moi de me faire du mal. Que je respecte mon propre corps comme un cadeau qui vient de toi, comme ton Temple, ta propriété. Aide-moi à prendre conscience que je suis unique et sacré. Tu veux vivre et travailler avec moi. Pourtant, je me sens poussé à me faire du mal. De même que l'ange est intervenu auprès d'Abraham, envoie-moi ton ange pour qu'il m'empêche de porter la main sur moi. Fais-moi prendre conscience de ton amour qui m'entoure et qui veut que je demeure intègre. Apprends-moi à apprécier tous ceux avec qui je vis. Guéris-moi de ces troubles et donne-moi la paix afin que je m'établisse dans le repos en toi. Amen.



Pour être délivré de l'automutilation

Comme une mère caresse son enfant, Dieu veut nous consoler. Le Christ connaît toutes nos souffrances, qu'elles soient mentales, émotionnelles, morales ou physiques. Il nous offre la guérison. Puisse-t-il nous apprendre à unir chaque jour nos hauts et nos bas à son offrande au Père.

Seigneur, jusqu'à présent j'ai cherché un soulagement à mes douleurs intérieures, à ma rage, à ma haine de moi-même et parfois à mon insensibilité en m'infligeant des coupures. Cela me procure un soulagement parce que lorsque la douleur est extérieure, elle est visible. Je sens que je peux la contrôler. Seigneur, aide-moi à voir que c'est toi l'auteur et le gardien de ma vie. Efface les cicatrices de mon âme. Je me suis coupé en espérant me sentir mieux après coup. J'essayais par là de supprimer mes pensées de haine de moi-même et de colère. Toi, le Médecin divin, tu peux visiter les profondeurs de mon être et déraciner les causes profondes de mes problèmes. Guéris toute la douleur de mon cœur. Aide-moi à gérer ma colère, mes peurs et toutes mes émotions. Je sais que tu m'aimes plus que je ne peux l'imaginer. Aide-moi à accueillir ton amour pour moi et à ne jamais chercher de compensations dans des comportements autodestructeurs. Donne-moi le courage et l'humilité de chercher l'aide professionnelle dont j'ai besoin. Aide-moi



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Pour surmonter la tristesse

Même un jour ensoleillé, nous pouvons nous sentir mélancoliques ou déprimés sans raison apparente. À ces moments-là, demandons à Dieu de faire pénétrer la lumière et la chaleur de la bonté de Jésus dans les ténèbres de notre âme.

SEIGNEUR, tu nous a promis une joie que « personne ne nous enlèvera ». Je me sens confiné dans des pensées tristes qu'aucun rayon de lumière ne semble pouvoir percer. Dissous les liens de ma tristesse et donne-moi de sourire encore. Ta servante, Sr Thecla Merlo, des Filles de Saint-Paul, écrivait : « Si on ne peut pas toujours être joyeux, on peut toujours être en paix ». Accorde-moi ta paix, Seigneur ; qu'elle pénètre les moindres recoins de mon âme et me donne la joie sans fin des enfants bien-aimés de Dieu. Je te le demande par Jésus, Soleil de Justice qui nous guérit. Amen.





*T*oucher sacramental



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Cinquième station

Simon de Cyrène aide Jésus à porter sa croix

« En sortant, ils trouvèrent un homme de Cyrène, nommé Simon, et le requirent pour porter sa croix. » (Mt 27, 32)

JÉSUS, les soldats se sont rendu compte que tu t'écroulerais avant d'atteindre le Calvaire. Ils ont obligé Simon à porter ta croix pour toi. Tu as accepté cette aide. Quelle chose extraordinaire : le Dieu Tout-Puissant qui accepte l'aide d'un ouvrier. Seigneur, aide-moi à accepter l'aide des Simon de Cyrène que je rencontre dans ma vie. Aide-moi à quitter mon attitude de déni et à dire « oui » et « merci » à ceux qui ont la bonté de me proposer de soulager ma douleur et ma solitude. Quand c'est mon tour d'être un Simon de Cyrène, aide-moi à me souvenir que d'autres sont en peine, et pas seulement moi. Donne-moi assez de sensibilité spirituelle pour reconnaître les appels que tu m'adresses de soulager le fardeau des épaules d'un autre, ne serait-ce que par un sourire, une oreille attentive ou une promesse de prière.



Sixième station

Véronique essuie le visage de Jésus

*« Vois ma misère, délivre-moi,
car je n'oublie pas ta loi. » (Ps 119, 153)*

JÉSUS, dans son désir de te soulager, Véronique s'est approchée de toi et a posé son voile sur ta Sainte Face. Tu as récompensé sa bonté en laissant ton image sur cette serviette de fortune. Au jardin de Gethsémani, tu as souffert une agonie de peur, d'épouvante et de solitude. Aide-moi à te reconnaître dans ces visages marqués par la terreur des crises de panique, de l'angoisse, du traumatisme, de la peur, de la désolation et de la méfiance. Jésus, imprime profondément ton image dans mon âme, afin que d'autres puissent te voir dans mes actions, te reconnaître dans mon regard, et entendre ta voix à travers la mienne.

Septième station

Jésus tombe pour la seconde fois

« *Et moi, ver et non pas homme, risée des gens, mépris du peuple.* » (Ps 22, 6)

SEIGNEUR, la tradition nous dit que tu es tombé au moins trois fois sous le poids de la croix. Ton affaiblissement a dû te faire trébucher encore et encore. Chaque fois, la fatigue était plus oppressive, la douleur plus intense. Si souvent je suis las d'être malade, d'être considéré comme plus faible que les autres. J'en ai assez des médecins, des psychiatres, des consultants, des ordonnances et des conseils. Pire encore, Seigneur, j'ai peur d'une rechute, de retomber dans le gouffre de la dépendance, de la dépression, ou des orages de colères incontrôlables. De même que tu t'es forcé à te relever de ta chute, tu me donnes la force de me relever de mes faiblesses, mes dépressions et mes mauvais jours. Merci, Seigneur, de te relever et d'avancer pour moi.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

auprès de Dieu. Voici que tu concevras dans ton sein et enfanteras un fils, et tu l'appelleras du nom de Jésus..." Marie dit alors : "Je suis la servante du Seigneur ; qu'il m'advienne selon ta parole !" » (Lc 1, 26-31. 38)

L'archange Gabriel annonce à Marie cette bonne nouvelle : elle sera la Mère du Messie, c'est-à-dire la Mère de Dieu. Le oui de Marie était lourd de conséquences pour elle. Certains allaient jaser au sujet de cette grossesse imprévue et douter de son intégrité. Pourtant, elle a accepté l'invitation de Gabriel parce qu'elle avait confiance en l'amour de Dieu pour elle. Son oui a porté un fruit de joie éternelle pour elle et pour nous. Demandons la grâce d'imiter la confiance de Marie, surtout quand nous nous sentons mis à l'écart ou regardés avec soupçon.

Deuxième mystère joyeux

La Visitation

« En ces jours-là, Marie partit et se rendit en hâte vers la région montagneuse, dans une ville de Juda. Elle entra chez Zacharie et salua Élisabeth. Et il advint, dès qu'Élisabeth eut entendu la salutation de Marie, que l'enfant tressaillit dans son sein. » (Lc 1, 39-41)



SOUVENT, nos difficultés personnelles nous font nous replier sur nous-mêmes, nous fermant aux besoins de ceux qui nous entourent. Marie n'a pas hésité à sortir de chez elle pour offrir son aide dès qu'elle a eu connaissance du besoin de sa cousine. Sa visite a apporté de la joie à Élisabeth et à Zacharie, et au petit enfant à naître, Jean-Baptiste. Demandons la grâce d'aider les membres de notre famille, nos collègues, ceux dont un proche est malade, et tous ceux qui croisent notre chemin. Notre aide peut être juste un sourire ou une parole de reconnaissance. Même avec cela, nous pouvons apporter Jésus et sa joie aux autres comme Marie l'a fait.

Troisième mystère joyeux

La Nativité

« Elle enfanta son fils premier-né, l'enveloppa de langes et le coucha dans une crèche, parce qu'ils manquaient de place dans la salle. » (Lc 2, 7)

MARIE portait en elle la Lumière du monde. À travers les siècles, le peuple chrétien a proclamé : « La joie est venue dans le monde ! ». Pourtant, Marie et Joseph se sont heurtés au rejet,

parce qu'il « n'y avait pas de place dans la salle commune ». Peut-être leur a-t-on fermé la porte du fait qu'ils étaient pauvres. Dès sa naissance, notre Sauveur a connu la privation et la pauvreté. Il a aussi reçu l'amour et l'affection donnés par les plus pauvres : les bergers, Marie et Joseph. La maladie, mentale ou physique, est une forme de pauvreté. Demandons la grâce d'unir à Jésus la pauvreté de nos troubles ; lui était heureux d'être couché dans une mangeoire pour nous. Demandons également d'être libérés de toute avidité pour les richesses passagères de ce monde.

Quatrième mystère joyeux

La Présentation de l'Enfant-Jésus au Temple

« Et lorsque furent accomplis les jours pour leur purification, selon la Loi de Moïse, ils l'emmenèrent à Jérusalem pour le présenter au Seigneur... Syméon les bénit et dit à Marie, sa mère : "Vois ! Cet enfant doit amener la chute et le relèvement d'un grand nombre en Israël ; il doit être un signe en butte à la contradiction - et toi-même, une épée te transpercera l'âme ! - afin que se révèlent les pensées intimes de bien des cœurs."... Survenant à cette heure même, [Anne] louait Dieu et parlait de l'enfant à tous ceux qui attendaient la délivrance de Jérusalem. » (Lc 2, 22. 34-35. 38)



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Les mystères glorieux La splendeur du Seigneur ressuscité

Les mystères glorieux nous invitent à porter notre attention sur la majesté et la puissance du Seigneur ressuscité. Comme le dit la Bible : « *Il y a de quoi se réjouir* » (2 Co 4, 15ss). Quand tout semble perdu, ces mystères nous donnent des raisons d'espérer qui sont éternelles.

Premier mystère glorieux

La Résurrection

« *Pourquoi cherchez-vous le Vivant parmi les morts ?* » (Lc 24, 5)

PAR SA RÉSURRECTION, Jésus nous montre qu'il est vraiment Dieu. Jésus ressuscité est venu en plusieurs occasions vers les disciples, Marie-Madeleine et les Apôtres. La première fois qu'il est venu à leur rencontre, ils ne savaient pas qui il était. Puis, la tendresse et la familiarité de sa voix ont résonné en ceux qui le voyaient. Ils furent alors remplis de joie à la vue de Jésus. Une fois encore, leurs oreilles reconnaissaient le son de sa voix. Dans ce mystère, demandons la grâce de reconnaître la présence de Jésus et d'entendre sa voix dans la Parole et dans les personnes que nous rencontrons.



Deuxième mystère glorieux

L'Ascension de Jésus

« Et il advint, comme il les bénissait, qu'il se sépara d'eux et fut emporté au ciel. » (Lc 24, 51)

AVANT D'ÊTRE emporté au Ciel, Jésus a proclamé le grand envoi en mission : *« Allez... de toutes les nations faites des disciples. »* (Mt 28, 19) Les personnes atteintes d'une affection mentale peuvent se croire inaptes au travail d'évangélisation. Pourtant, beaucoup de ceux qui souffrent d'angoisse, de dépression, de syndromes post-traumatiques, de troubles unipolaires ou bipolaires, sont profondément impliqués dans la propagation de l'Évangile. Dans ce mystère, prions pour tous les missionnaires. Demandons la grâce d'être missionnaires de la paix et de la Bonne Nouvelle de Dieu en offrant un sourire au lieu d'un visage renfrogné, un compliment au lieu d'une critique, et d'accueillir avec bonne humeur les contrariétés de la vie.

Troisième mystère glorieux

Le Saint-Esprit descend sur les Apôtres

« Le jour de la Pentecôte étant arrivé, ils se trouvaient tous ensemble dans un même lieu quand, tout à coup, vint du ciel un bruit tel que celui d'un violent coup de vent, qui remplit toute la maison où ils se tenaient. Ils virent apparaître des langues qu'on eût dites de feu ; elles se partageaient, et il s'en posa une sur chacun d'eux. Tous furent alors remplis de l'Esprit Saint et commencèrent à parler en d'autres langues, selon que l'Esprit leur donnait de s'exprimer. » (Ac 2, 1-4)

SEUL LE SAINT-ESPRIT nous donne la grâce de prier et de nous ouvrir à l'amour du Père et du Fils pour nous. Parmi les dons de l'Esprit se trouvent la sagesse et l'endurance. Demandons-les en premier lieu pour nous-mêmes. Que l'Esprit Saint nous donne la sagesse de chercher l'aide et le conseil dont nous avons besoin, ainsi que la patience et le courage d'être forts dans l'acceptation de nos faiblesses et de nos souffrances.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Saints patrons des personnes angoissées et perturbées

✠ SAINTE DYPHNA

Sainte Dymphna est morte des mains de son père, incroyant, violent et malade mental. Furieux que sa fille ne veuille pas l'épouser, il l'a poursuivie de l'Irlande à la Belgique, où il l'a tuée. Le martyre héroïque de Dymphna s'est produit vers l'an 600. Pendant des siècles, des pèlerins ont honoré Dymphna dans un sanctuaire situé dans le village de Gheel, dans la province d'Antwerp en Belgique. Depuis le XIII^e siècle, les habitants de Gheel soignent des personnes atteintes de maladies mentales. Aux États-Unis, les pèlerins se rendent au sanctuaire de sainte Dymphna à Massillon, dans l'État de l'Ohio. Elle est fêtée le 15 mai.

Prières pour demander l'intercession de sainte Dymphna

BIEN-AIMÉE sainte Dymphna, qui opères des merveilles pour toute affliction d'esprit ou de corps, j'implore humblement ta puissante intercession auprès de Jésus par Marie, Salut des Malades. Tu es pleine d'amour et de compassion pour tous les patients amenés à ton sanctuaire, et pour tous ceux qui n'ont pas pu se déplacer et qui te prient depuis leur domicile ou leur hôpital. Manifeste envers moi ce même amour et cette même



compassion. Les nombreux miracles et guérisons opérés par ton intercession me donnent une grande confiance en ton aide dans ma maladie présente (*nommer ici la maladie*).

Bonne sainte Dymphna, la foi ardente et l'amour envers toi de tant de personnes atteintes de la même maladie que moi m'invitent à me confier à toi de façon particulière. J'ai confiance en toi et je suis absolument sûr d'être exaucé dans ma demande instante, si c'est pour la Gloire de Dieu et le salut de mon âme.

Sainte Dymphna, jeune et belle, innocente et pure, aide-moi à imiter ton amour et ta pureté. Donne-moi force et courage pour résister aux tentations du monde, de la chair et du Démon. Aide-moi à aimer Dieu de tout mon cœur et à le servir fidèlement. Toi qui as enduré la persécution de ton père et les souffrances de l'exil, obtiens-moi la patience nécessaire pour accepter la croix de ma maladie et toute autre épreuve avec une obéissance amoureuse à la volonté de Dieu.

Sainte Dymphna, par ton martyre glorieux par amour du Christ, aide-moi à demeurer fidèle à ma foi et à mon Dieu aussi longtemps que je vivrai. Et quand viendra l'heure de ma mort, tiens-toi à mes côtés et intercède pour moi afin que je mérite la couronne éternelle de Gloire dans le Royaume de Dieu.

Bonne sainte Dymphna, je te supplie de porter ma requête à Marie, Salut des Malades et Consolatrice des Affligés, ainsi qu'à Jésus, le Médecin divin.

Sainte Dymphna, patronne de ceux qui portent des souffrances morales, enfant bien-aimée de Jésus et de Marie, prie pour moi et exauce ma demande (*trois fois*).

Notre Père, Je vous Salue Marie, Gloire au Père

Sainte Dymphna, vierge et martyre, prie pour nous.



✠ Saint Benoît-Joseph Labre

Benoît-Joseph Labre (1748-1783) est issu d'une famille française pieuse et aisée. L'amour des Écritures lui fut transmis par son oncle prêtre. Benoît essaya d'intégrer plusieurs monastères ; mais à chaque essai, il était douloureusement frappé de dépression profonde. Lors du dernier essai, il était si malade que les moines l'ont gardé deux mois à l'infirmerie avant de le laisser repartir. Une fois que Benoît eut accepté son état et son appel à être un vagabond laïc pour Dieu, il devint plus sociable et plus attentif envers les sans-abri, n'hésitant pas à leur donner ses provisions. Benoît passa les dernières années de sa vie comme un pèlerin, se rendant à pied dans les différents sanctuaires européens et priant des heures entières devant le Saint-Sacrement. Il avait une dévotion remarquable à la pratique des « quarante heures »



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

MASQUIN, Louis : *Vivre l'angoisse autrement*, éditions des Béatitudes, 2006.

Comment vivre l'angoisse autrement dans le monde d'aujourd'hui alors même que nos repères changent ? L'auteur envisage l'aspect médical et psychologique de l'angoisse, les possibilités thérapeutiques, puis l'aborde sous l'angle spirituel pour lui donner sa vraie dimension.

REYNAUD MONTEIL, Christian : *Quand une souffrance en cache une autre : Propos sur une dépression*, éditions des Béatitudes, 2004.

Propos d'espérance sur la dépression, à partir de l'expérience personnelle de l'auteur.



Sœur Mary Peter Martin est née aux États-Unis à Youngstown, dans l'Ohio. Après son entrée chez les Filles de Saint-Paul, elle a mené une œuvre d'évangélisation par les médias en différents lieux, dont New-York, l'Alaska et Hawaï. Titulaire d'un *Master* au Boston College, elle a suivi au cours de l'année scolaire 2003-2004 une année d'études intensives sur les racines de la famille paulinienne, la vie religieuse, l'histoire de l'Église et la spiritualité. Pendant dix ans, elle a fait partie du comité directeur d'une organisation catholique nationale d'évangélisation. Elle réside actuellement à Toronto, où elle continue son travail d'évangélisation et de formation des Coopérateurs pauliniens.



Table des matières

MISÉRICORDE et RÉCONFORT	9
L'OURLET DE NOS JOURNÉES : LA PRIÈRE DU MATIN ET DU SOIR	23
PRIÈRES DE CONFIANCE ET DE RÉCONFORT	39
POUR DES BESOINS PARTICULIERS	59
PRIÈRES DE GUÉRISON ET DE DÉLIVRANCE	75
TOUCHER SACRAMENTEL	105
À LA SUITE DE JÉSUS EN MÉDITANT AVEC MARIE, SA MÈRE	113
SAINTS INTERCESSEURS	161
PAROLES DE VIE	175
POUR UNE CROISSANCE PERSONNELLE	187



