



# Heure Sainte, Jeudi 6 mars 2025

En ce mois de mars, nous voulons méditer des citations du Pape François dans son Encyclique *Dilexit nos*.

« Ô très Sacré, très aimant Cœur de Jésus, tu es caché dans la Sainte Eucharistie et tu bats toujours pour nous. [...] Je t'adore donc avec amour et crainte, avec une affection fervente et une volonté soumise et résolue. » *(Henry Newman)*

**Chant :** Ô Esprit de feu (page 44 couplets 1 et 3)

**Évangile** selon Saint Matthieu - Alors Jésus parvient avec eux à un domaine appelé Gethsémani et leur dit : « Asseyez-vous ici, pendant que je vais là-bas pour prier. » Il emmena Pierre, ainsi que Jacques et Jean, les deux fils de Zébédée, et il commença à ressentir tristesse et angoisse. Il leur dit alors : « Mon âme est triste à en mourir. Restez ici et veillez avec moi. »

**Méditation :** « *Toute personne a besoin d'avoir un "centre" dans sa vie, une source de vérité et de bonté à laquelle puiser pour affronter les diverses situations et difficultés de la vie quotidienne. Chacun de nous, lorsqu'il fait silence, a besoin d'entendre non seulement les battements de son propre cœur, mais aussi, plus profondément, les battements d'une présence sûre, perceptible avec les sens de la foi et pourtant bien plus réelle : la présence du Christ, cœur du monde* ». *Benoît XVI, 21ème siècle*  
*Jésus éprouvait la peur, l'angoisse et la tristesse à en mourir. Il choisit trois compagnons qui, bien vite, cependant s'endormirent, et il commença à prier...seul... (Pape François)*

**Prière :** Que ton Cœur soit donc, ô notre Dieu, le phare lumineux de la foi, l'ancre de notre espérance, le secours toujours offert dans notre faiblesse, l'aurore merveilleuse d'une paix inébranlable, le soleil qui éclaire nos horizons. Jésus, nous nous confions sans réserve à ton Divin Cœur. Que ta grâce convertisse nos cœurs

- Silence -

**Chant :** Ô prends mon âme (page 45 couplets 1 et 2)

**Évangile** selon Saint Matthieu - Allant un peu plus loin, il tomba face contre terre en priant, et il disait : « Mon Père, s'il est possible, que cette coupe passe loin de moi ! Cependant, non pas comme moi, je veux, mais comme toi, tu veux. »

**Méditation :** « *Je prends avec confiance ce qui me manque dans les entrailles du Seigneur, car elles débordent de miséricorde et ne manquent pas d'ouverture par où jaillir. Ils lui ont percé les mains et les pieds, et ils lui ont perforé le côté. À travers ces fissures, je peux boire le miel du rocher et l'huile de la pierre la plus dure, autrement dit goûter et voir comme est bon le Seigneur [...]. Le fer a transpercé son âme, et son cœur s'est fait proche : il n'est plus incapable de comprendre mes faiblesses. Les blessures ouvertes dans son corps nous révèlent le secret de son cœur, elles nous font contempler le grand mystère de la compassion* ». *Saint Bernard de Clairvaux. Jésus, Dieu Tout-Puissant, toi qui t'es fait faiblesse à cause de nos péchés, les cris des persécutés, qui sont un écho de ton agonie, te sont familiers. Ils demandent : Pourquoi cette oppression ? Pourquoi cette humiliation ? Pourquoi cet esclavage qui dure ? (Pape François)*

**Prière :** « Ô très doux cœur de Jésus, mélodieux instrument de la sainte trinité, je vous salue. Ô cœur très aimant, précieux trésor où sont renfermées toutes les richesses des cieux, je vous salue ! Mille et mille fois je bénis et révère votre bonté, parce que vous êtes la source de toute grâce et de toute miséricorde. Ô divin cœur de Jésus, soyez béni ! Je veux offrir mes travaux, mes angoisses et mes misères ; je vous recommande ma vie et la fin de mes jours.

- Silence -

**Chant :** Puisque tu fais miséricorde (page 52 couplets 1 et 2)

**Évangile** selon Saint Matthieu - Puis il revient vers ses disciples et les trouve endormis ; il dit à Pierre : « Ainsi, vous n'avez pas eu la force de veiller seulement une heure avec moi ? Veillez et priez, pour ne pas entrer en tentation ; l'esprit est ardent, mais la chair est faible. » De nouveau, il s'éloigna et pria, pour la deuxième fois ; il disait : « Mon Père, si cette coupe ne peut passer sans que je la boive, que ta volonté soit faite ! »

**Méditation :** « *Seigneur, où conduis-tu ceux que tu embrasses et serres dans tes bras, sinon à ton cœur ? Ton cœur, Jésus, est la douce manne de ta divinité que tu conserves en toi dans le vase d'or de ton âme qui dépasse toute connaissance. Heureux ceux qui y sont portés par ton étreinte. Heureux ceux qui, plongés dans ces profondeurs, ont été cachés par Toi dans le secret de ton Cœur* ». Guillaume de Saint-Thierry, 12ème siècle. *En de nombreuses parties du monde, l'Épouse du Christ traverse l'heure ténébreuse de la persécution, comme la "femme" de l'Apocalypse menacée par le dragon. Veillons et accompagnons l'Épouse du Christ dans la prière.* (Pape François)

**Prière :** Cœur de Jésus, broyé à cause de nos péchés, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, obéissant jusqu'à la mort, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, percé de la lance, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, source de toute consolation, ayez pitié de nous

- Silence -

**Chant :** En toi, j'ai mis ma confiance (page 17)

**Évangile** selon Saint Matthieu - Revenu près des disciples, de nouveau il les trouva endormis, car leurs yeux étaient lourds de sommeil. Les laissant, de nouveau il s'éloigna et pria pour la troisième fois, en répétant les mêmes paroles. Alors il revient vers les disciples et leur dit : « Désormais, vous pouvez dormir et vous reposer. Voici qu'elle est proche, l'heure où le Fils de l'homme est livré aux mains des pécheurs. Levez-vous ! Allons ! Voici qu'il est proche, celui qui me livre. »

**Méditation :** *Ô mon Dieu, quand tu condescends à me permettre de te recevoir, de te manger et de te boire, et à faire de moi pour un moment ta demeure, oh ! fais battre mon cœur à l'unisson du tien. Purifie-le de tout ce qui est terrestre, fier et sensuel, de tout ce qui est dur et cruel, de toute atonie, de tout désordre, de toute perversité. Remplis-le de ta présence, afin que ni les événements de la journée, ni les circonstances du temps présent n'aient le pouvoir de le troubler ; mais que, dans ton amour et dans ta crainte, il puisse trouver la paix* ». (Henry Newman)

**Prière :** Cœur de Jésus, notre vie et notre résurrection, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, notre paix et notre réconciliation, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, victime des pécheurs, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, salut de ceux qui espèrent en vous, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, espérance de ceux qui meurent dans votre amour, ayez pitié de nous  
Cœur de Jésus, délices de tous les saints, ayez pitié de nous

- Silence -

**Chant :** Jésus mon Roi (page 32 couplets 1 et 3)

**Tantum Ergo,** (page 74 couplets 5 et 6)