

Aujourd'hui nous sommes le jeudi 17 octobre et nous fêtons Saint Ignace d'Antioche, évêque et martyr.

Je m'accorde le temps de ralentir, de respirer en faisant attention au souffle. Me voici Seigneur. Calme en moi ce qui est agité, donne-moi la grâce de m'ouvrir à ta parole. Au nom du Père, et du Fils et du Saint Esprit. Amen

Le chant "Paix ô mon âme" est interprété par Sebastian Demrey et Jimmy Lahaie.

Paix, ô mon âme, ton Sauveur veille sur toi  
Quand la détresse t'écrase sous son poids  
Sa bienveillance reçoit tous tes chagrins  
Sa providence, répond à tes besoins

Paix, ô mon âme, l'Ami fidèle et sûr  
Dans son amour guérira tes blessures

Paix, ô mon âme, lorsqu'un ami précieux  
Doit te quitter dans un ultime adieu

La lecture de ce jour est tirée du chapitre 1 de la Lettre aux Éphésiens

Paul, apôtre du Christ Jésus par la volonté de Dieu, à ceux qui sont sanctifiés et habitent Éphèse, ceux qui croient au Christ Jésus. À vous, la grâce et la paix de la part de Dieu notre Père et du Seigneur Jésus Christ. Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur Jésus Christ ! Il nous a bénis et comblés des bénédictions de l'Esprit, au ciel, dans le Christ. Il nous a choisis, dans le Christ, avant la fondation du monde, pour que nous soyons saints, immaculés devant lui, dans l'amour. Il nous a prédestinés à être, pour lui, des fils adoptifs par Jésus, le Christ. Ainsi l'a voulu sa bonté, à la louange de gloire de sa grâce, la grâce qu'il nous donne dans le Fils bien-aimé. En lui, par son sang, nous avons la rédemption, le pardon de nos fautes. C'est la richesse de la grâce que Dieu a fait déborder jusqu'à nous en toute sagesse et intelligence. Il nous dévoile ainsi le mystère de sa volonté, selon que sa bonté l'avait prévu dans le Christ : pour mener les temps à leur plénitude, récapituler toutes choses dans le Christ, celles du ciel et celles de la terre.

Textes liturgiques © AELF, Paris

1. J'accueille en moi les exhortations de la lettre. Dès les premiers mots c'est la grâce de la paix de Dieu, en son fils Jésus qui est promise. Pour quelles situations de ma vie ou de celle de mes proches, de l'Église, du monde, je désire invoquer cette paix ?

2. Dieu m'a choisi pour être saint. Cela ne se produit pas uniquement par mon seul effort, mais surtout par le don gratuit de Lui-même que le Christ nous fait. Dans la relation avec Lui, me sachant pardonné, je suis moi aussi un fils ou une fille de Dieu. Je prends un moment pour rendre grâce de ce don.

3. « Récapituler toute chose dans le Christ ». Je reconnais que parfois je me trouve dispersé dans les tâches à accomplir, tirillé par diverses sollicitations. Le Seigneur m'invite à me recentrer en Lui, à

orienter vers Lui le flot de mes activités, pour qu'elles retrouvent leur sens. Je peux alors reprendre souffle et discerner les priorités. Parmi tout ce qui m'attend, sur quoi aujourd'hui je vais me concentrer ?

J'écoute à nouveau le texte. Je laisse résonner en moi les expressions qui me parlent aujourd'hui.

Je m'ouvre au dialogue dans un cœur à cœur avec Jésus. Je lui partage le fruit de ma prière.

Notre Père qui es aux cieux, que Ton Nom soit sanctifié, que Ton règne vienne, que Ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel. Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour. Pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés. Et ne nous laisse pas entrer en tentation, mais délivre-nous du mal.