

Avec l'aide d'une icône je viens entreprendre la première étape de mon parcours vers le cœur de Jésus. Je regarde l'icône. On y voit le disciple que Jésus aimait appuyé contre le cœur du Christ. Il est situé comme un enfant, un plus jeune, un tout petit. Je prends conscience de ma petitesse et de mes manques. Je demande la grâce de pouvoir venir me faire petit et reposer à mon tour sur la poitrine de Jésus, le Bien-Aimé.

Au nom du père et du fils et du Saint Esprit, Amen

1- Je prends le temps de regarder cette icône. Avec les regards tout intérieurs de Jésus et du disciple. Avec les mains de Jésus qui protègent sans enfermer. Avec la couleur du manteau de Jésus et du vêtement du disciple qui se confondent...

2- « Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos. » Jésus m'invite à me décharger sur lui de tout ce qui m'encombre. Ces fardeaux peuvent être de toutes sortes ainsi que de toutes tailles. Ils peuvent être des soucis de la vie, des épreuves que je traverse, des inquiétudes. Je prends le temps de les identifier, les nommer. Peu importe leur nombre, leur taille, je les dépose tous.

3 - Pour décrire la première apparition qu'elle a vécu à paray le Monial, Sainte Marguerite-Marie Alacoque dit « Il me fit reposer fort longtemps sur sa divine poitrine, où il me découvrit les merveilles de son amour et les secrets inexplicables de son sacré Cœur, [...]Et [...] Il me dit : — Mon divin Cœur est si passionné d'amour pour les hommes, et pour toi en particulier, que, ne pouvant plus contenir en lui-même les flammes de son ardente charité, il faut qu'il les répande par ton moyen ». Jésus me demande de répandre l'ardente charité de son cœur. Comment puis-je prendre au sérieux cette confiance qu'il me fait?

Pour conclure cette méditation, j'écoute cette prière de Saint Claude de la Colombière, le père Jésuite confesseur et soutien de Sainte Marguerite-Marie Alacoque:

Jésus, tu es le seul et le véritable Ami.  
Tu prends part à mes maux, tu t'en charges,  
tu as le secret de me les tourner en bien.  
Je te trouve toujours et en tout lieu ; tu ne t'éloignes jamais.  
Tu m'écoutes avec bonté lorsque je te raconte mes découragements  
et tu ne manques jamais de les adoucir.  
Tu ne t'ennuies jamais de m'entendre.  
Tu supportes mes défauts avec une patience admirable.  
Ô Jésus, accorde-moi de vouloir revenir vers toi  
afin que je sois tout à toi, pour le temps et pour l'éternité. »  
Au nom du père et du fils et du Saint Esprit, Amen

Ce temps de prière fini, je peux prendre encore quelques minutes pour noter par écrit ce qui m'est venu, ce que j'ai ressenti, ce avec quoi je pars pour ma vie quotidienne.