



# UNITÉ PASTORALE S<sup>T</sup>-FRANÇOIS-XAVIER / S<sup>TE</sup>-TRINITÉ et COMMUNAUTÉ POLONAISE

## MESSAGER PAROISSIAL

### DIMANCHE 31 AOÛT 2025

22<sup>e</sup> dimanche du temps ordinaire

Le temps  
ordinaire

SAVOIR TROUVER SA PLACE  
AVEC HUMILITÉ ET VIVRE  
LE DON SANS RETOUR !



Dans l'Évangile, Jésus se montre fin observateur des relations sociales. Jouer des coudes pour être au premier rang, rechercher le prestige d'une position en vue..., ces petites manœuvres ordinaires ne lui échappent pas. Il en fait l'occasion d'un enseignement qui va au-delà d'une exhortation à la modestie. Dans l'exemple qu'il propose, un invité peut prendre la dernière place, par humilité ou parce qu'il y est contraint par le maître, de façon humiliante. L'enjeu profond, c'est de se dessaisir de tout jugement sur sa propre valeur pour s'en remettre à l'appréciation du maître : c'est à lui d'assigner à chacun sa juste place. Ben Sira notait déjà que « l'idéal du sage, c'est une oreille qui écoute », à l'opposé de l'orgueilleux, tout entier centré sur lui-même (première lecture).

La seconde partie de l'Évangile nous propose d'aller encore plus loin dans l'expérience de la gratuité en invitant des pauvres qui ne sont pas en capacité de rendre la pareille. C'est alors le chemin d'une rencontre en vérité, de personne à personne. C'est l'occasion de découvrir les vraies richesses que chacun porte dans son cœur, quel que soit son rang dans la société. Ils ont tant à donner, à partager, ceux qui n'ont rien à rendre ! D'où ce paradoxe : « Heureux seras-tu parce qu'ils n'ont rien à te donner en retour. » Il ne s'agit donc pas d'accomplir en soupirant une « bonne action » frustrante mais méritoire aux yeux de Dieu ; il s'agit d'entrer dans un dépouillement libérateur et source de joie authentique. Comme participants au repas eucharistique, nous pouvons aussi reconnaître que nous sommes ces pauvres, ces boiteux et ces estropiés que le Seigneur, par pure miséricorde, rassemble et nourrit. Alors notre action de grâce jaillit vers « Dieu qui [est] bon pour le pauvre » (psaume).

*Missel des dimanches*



« Quiconque s'élève sera abaissé, qui s'abaisse sera élevé. » (Lc 14, 1.7-14)

Jésus, (...) assistant à un déjeuner chez l'un des chefs des pharisiens, saisit l'occasion pour nous enseigner l'humilité. Il nous dit de choisir la dernière place, de nous contenter de peu, de rechercher non pas l'éclat des apparences mais la réalité de l'être. Devant Dieu, nous ne sommes rien ; et même devant les hommes, nous sommes bien peu de chose ; en effet, nous devenons ridicules, voire pitoyables, si nous adoptons des poses et des attitudes d'autosuffisance et de vaine gloire.

Jésus, cependant, ne veut pas simplement suggérer des lignes directrices pour les bonnes manières et une conduite prudente ; il veut surtout redresser nos esprits et nous donner des idées grandes et lumineuses pour notre vie. Il ajoute d'ailleurs : « Quiconque s'élève sera abaissé et quiconque s'abaisse sera élevé » (Lc 14, 11). Cela peut parfois déjà se produire sur cette terre, dans notre vie ; mais c'est secondaire. L'essentiel est que les humbles soient exaltés au ciel par Dieu lui-même. « Veux-tu être grand ? » demandait s<sup>t</sup> Augustin ; et il répondait : « Commence par les plus petites choses. Veux-tu élever un édifice de grande hauteur ? Pense d'abord au fondement de l'humilité » (S. Augustini Sermo 69, 1, 2). Si nous voulons vraiment construire l'édifice de notre sanctification, nous devons le fonder sur l'humilité.

*Homélie de Jean-Paul II, Anagni (Frosinone), dimanche 31 août 1986*



# HORAIRES DES CÉLÉBRATIONS LITURGIQUES

PAROISSES :	LA SAINTE-TRINITÉ	SAINT-FRANÇOIS-XAVIER
<b>SAMEDI</b> <i>de la férie</i> (30 août 2025)	- 18h30 – MESSE anticipée du dimanche	
<b>22<sup>E</sup> DIMANCHE</b> <b>DU TEMPS ORDINAIRE</b> (31 août 2025)	- 9h30 – <b>PAS</b> DE MESSE DOMINICALE (en polonais)	- 11h00 – MESSE DOMINICALE
<b>LUNDI</b> <i>de la férie</i> (01 septembre 2025)		- 19h00 – <b>Pas</b> de gospel (reprise le 15 septembre)
<b>MARDI</b> <i>de la férie</i> (02 septembre 2025)	- 8h30 – <b>PAS</b> de rosaire à la Bienheureuse Vierge Marie - 9h00 – <b>PAS</b> DE MESSE	- 18h00 – <b>Pas</b> de prière des mères (reprise prochainement)
<b>MERCREDI</b> <i>Saint Grégoire le Grand</i> (03 septembre 2025)	- 8h30 – Rosaire à la Bienheureuse Vierge Marie - 9h00 – MESSE à saint Joseph	- 17h40 – Vêpres - 18h00 – MESSE à st Joseph
<b>JEUDI</b> <i>de la férie</i> (04 septembre 2025)	- 8h30 – Rosaire à la Bienheureuse Vierge Marie - 9h00 – MESSE à la Bienheureuse Vierge Marie	
<b>VENDREDI</b> <i>de la férie</i> (05 septembre 2025)	- 8h30 – Rosaire à la Bienheureuse Vierge Marie - 9h00 – DE MESSE	<b>1<sup>ER</sup> VENDREDI DU MOIS</b> - 18h00 – MESSE, chapelet à la Miséricorde Divine et <b>ADORATION</b> avec la possibilité de recevoir le sacrement de réconciliation
<b>SAMEDI</b> <i>de la férie</i> (06 septembre 2025)	- 18h30 – MESSE anticipée du dimanche	
<b>23<sup>E</sup> DIMANCHE</b> <b>DU TEMPS ORDINAIRE</b> (07 septembre 2025)	- 9h30 – MESSE DOMINICALE (en polonais)	- 11h00 – MESSE DOMINICALE (pour nos défunts) suivie du REPAS PARTAGÉ

Cultivez l'humilité ...

et le don sans retour...



## **LA PAROISSE, LIEU BÉNI QUAND ON ARRIVE DANS UNE NOUVELLE VILLE !**

***La paroisse est un lieu propice pour s'intégrer en raison de la facilité d'entrée en relation et de la valorisation des talents de chacun.***

Vous venez de défaire vos derniers cartons, les cadres sont tout juste installés et vous avez hâte de rencontrer de futurs amis. Sauf que ce n'est pas toujours si simple de s'intégrer, surtout quand on arrive dans de grandes villes où tout est impersonnel et où chacun a déjà son rythme bien rodé, ses amis et ses activités. Comment alors retrouver des repères et créer des relations autres que ses voisins d'amphi ou ses collègues de travail ? Découvrez en quoi la paroisse est une des clés pour se sentir bien là où vous êtes !

"Un truc tout simple : quand nous sommes arrivés dans notre paroisse, le curé, aux messes de septembre, a invité les nouveaux arrivants à s'avancer devant l'autel. On a pu se "repérer" entre nouveaux et les paroissiens sont plus spontanément venus nous voir !", témoigne Claire. Certains prêtres bénissent les nouveaux arrivants et leur remettent un petit objet en lien avec la paroisse : image du saint patron ou bougie estampillée au vocable de la paroisse par exemple. Ainsi, les "anciens" peuvent identifier les nouveaux et aller vers eux à l'issue de la messe. Dans la paroisse de Léa, chaque ancien a la mission d'aller parler à une personne qu'il ne connaît pas chaque dimanche.

### **LA PAROISSE, UN LIEU POUR CRÉER DES LIENS**

Dans une paroisse de l'Est de la France, le curé invite d'ailleurs les nouveaux à s'attarder sur le parvis de l'église afin que les anciens puissent venir à leur rencontre. Cette invitation, adressée aux nouveaux, est surtout destinée aux anciens qui ne peuvent ignorer les paroissiens qui attendent patiemment qu'on vienne leur parler après qu'aient retenti les dernières notes du chant final !

Des paroisses aux quatre coins de la France organisent des "repas 4\*4", quatre dîners dans l'année avec quatre participants différents (personne seule ou couple) à chaque fois. Vous pouvez aller sur tous terrains de conversation et, en juin, chacun des participants en connaît au moins seize autres !

*En aspirant à vivre d'un esprit fraternel, de merveilleuses combinaisons peuvent se révéler.*

Jeunes, moins jeunes, famille tirée à quatre épingles et parents débordés se retrouvent parfois côte à côte sur le même banc mais surtout autour d'un seul Père. Former le corps du Christ est un appel vers lequel nous tendons, avec des difficultés indéniables parfois, mais la paroisse est véritablement le lieu où cette réalité peut se vivre. Et, en aspirant à vivre d'un esprit fraternel, de merveilleuses combinaisons peuvent se révéler : les jeunes retraités ravis de donner un coup de main à un ado perplexe devant son programme de maths, ce même ado qui sera ravi de gagner quelques sous en gardant les enfants d'une paroissienne qui partira sereine pour donner un coup de main au patronage proposé aux enfants du quartier.

Ce lien se vit aussi entre les communautés religieuses, quand une paroisse a la chance d'en compter plusieurs en son sein. Une paroisse parisienne notamment organise une sortie à une

heure de Paris pour souder la communauté paroissiale et faire se rencontrer les communautés présentes sur la paroisse.

## **UN VECTEUR D'INFORMATIONS**

Certaines paroisses communiquent par mail ou par Whatsapp et profitent de la rentrée pour demander aux nouveaux leurs coordonnées afin de les tenir informés des actualités de la paroisse. C'est ainsi que Pascal a pu suivre le match d'ouverture de la coupe du monde de rugby projeté sur écran géant dans une salle paroissiale ! Sa voisine Marie, 76 ans, a conclu la soirée en disant : "C'était tout de même plus sympa que de le regarder seule devant mon écran".

Apéro à l'issue de la messe dominicale, café après les messes en semaine sont toujours l'occasion de faire connaissance autour d'un verre. Les temps festifs, apéro, pique-nique, café sont généralement appréciés et permettent de faire circuler les infos en même temps que l'on fait tourner les plats !

## **UN LIEU OÙ L'ON PEUT TROUVER CE QUI NOUS PARLE ET, À DÉFAUT, LE CRÉER**

Dans certaines paroisses est organisé en début d'année un forum de rentrée, voire un déjeuner paroissial, où tous les responsables d'activités sont invités à se présenter : enfants de chœur, animation musicale, gestion du site Internet, comptage de la quête, service des fleurs, catéchisme, scoutisme, prière des mères, bricolage... Il y en a pour tous les goûts et tous les âges ! Les responsables peuvent se tenir avec une pancarte de façon à être bien visibles et facilement identifiables. Le curé propose parfois une bénédiction de toutes ces personnes engagées et un envoi en mission.

Dans la paroisse de Juliette, "le curé a constitué un livret d'accueil où sont référencées toutes les initiatives et où l'on trouve aussi les portraits et coordonnées des prêtres, des diacres et des membres du conseil paroissial. Ce livret est remis aux nouveaux arrivants puis laissé en libre-service au fond de l'église". Ainsi, même en manquant la réunion de rentrée, l'annuaire permet à chacun de savoir à qui s'adresser quand il en a besoin.

Hélène témoigne d'une proposition qu'elle a lancée dans sa nouvelle paroisse, forte de son expérience précédente dans une autre région : "Quand j'ai proposé un café-caté pour les mamans, quelle ne fut pas ma surprise de voir 15 mains se lever !" C'est à l'occasion d'une initiative d'une paroissienne qui avait organisé un café anciennes/nouvelles qu'Hélène avait pu émettre cette idée. Lors de ce temps convivial, la mère de famille avait demandé à chacune de se présenter, d'indiquer les activités de ses enfants et ses engagements dans la paroisse. L'organisatrice avait ensuite transmis une synthèse avec les coordonnées de chacune pour que les liens puissent continuer à se tisser à travers les échanges initiés lors de ce café.

## **APPRENDRE À OFFRIR SES TALENTS**

Juliette témoigne de l'accueil reçu lors d'une mobilité professionnelle où ses voisins de bancs n'ont pas tardé à remarquer son goût pour le chant : "Les paroissiens nous ont rapidement demandé si nous voulions participer au renouveau des chants un peu vieillots."

Autre témoignage de cette arrivée dans une paroisse où le curé demande aux nouveaux de rester sur le parvis à la fin de la messe aux premières messes dominicales de septembre, voire même celle de fin août. Il attend les nouveaux avec ses vicaires, papiers et crayons à la main, et demande les noms des arrivants et leurs talents pour savoir ce[ux] qui pourrai[en]t être mis au service de la paroisse. Le papier est remis au curé et les nouveaux paroissiens peuvent conserver le stylo floqué au nom de la paroisse comme cadeau de bienvenue ! Une autre paroisse offre aux

nouveaux des petits bracelets avec des médailles miraculeuses... Des petites attentions qui font grandement plaisir !

Pas de fausse humilité donc, chacun a des qualités à offrir et ce temps de rentrée est une excellente occasion de les identifier pour mieux se donner.

Pour le curé, la rentrée est une occasion de prendre connaissance des forces vives de la paroisse tout en s'intéressant réellement à ses brebis qui sont bien évidemment libres de répondre négativement aux propositions éventuelles.

## **SE FORMER OU SERVIR ENSEMBLE, LE CREUSET DE RELATIONS VRAIES**

La paroisse offre aussi l'opportunité de conduire des projets communs, de la réorganisation de la salle paroissiale à la préparation des J.M.J. à l'autre bout du monde, avec des personnes vers lesquelles on ne se serait peut-être pas tourné spontanément. Or le fait de travailler ensemble, sans pression ni hiérarchie, au service d'un bien commun, l'Église, est souvent un lieu d'émerveillement et d'action de grâce.

Ces nombreux exemples illustrent l'importance du curé, pasteur de ses brebis, dans l'accueil des nouveaux paroissiens et le lancement de l'année. Il peut cependant s'entourer d'une équipe dédiée, comme c'est le cas dans certaines paroisses dont la mission est d'aller voir un nouveau à chaque sortie de messe. Et si aucune de ces initiatives n'est mise en place dans votre paroisse, il n'est pas trop tard pour aller trouver votre curé muni de l'une ou l'autre des idées ci-dessus : quelques tréteaux, des chips et des boissons, une annonce en fin de messe et votre première session d'accueil sera lancée !

*Christine Magne  
fr.aleteia.org*

**COIN  
DIOCÉSAIN**

## **JOURNÉE DE PÈLERINAGE : « VIA GARONA »**

Le **SAMEDI 13 SEPTEMBRE 2025**, la pastorale diocésaine des pèlerinages vous propose d'emprunter le chemin « Via Garona », une variante du chemin de Compostelle dans notre diocèse ! Au programme : marche, visites et temps de prière !

### **PROGRAMME**

- 9h45 : accueil des pèlerins
- 10h00 : visite de la basilique Saint-Sernin à Toulouse
- 11h00 : début de la marche
- 12h00 : angélus à la basilique Notre-Dame de la Daurade à Toulouse
- 12h30 : déjeuner libre ou restaurant
- 14h00 : visite de l'Hôtel-Dieu Saint-Jacques à Toulouse
- 15h30 : visite de l'église Saint-Nicolas à Toulouse et découverte de la fresque du « pendu- dépendu »
- 16h00 : fin de la journée de pèlerinage et messe d'envoi

Les déplacements se feront à pied (environ 20 minutes entre chaque lieu). Journée entièrement gratuite (sauf restaurant en option).

### **CONTACT**

Cathy Leblanc : 06 03 22 28 94 / Mail : [pele31@diocese-toulouse.org](mailto:pele31@diocese-toulouse.org)  
Organisateur : Pastorale diocésaine des pèlerinages



## MESSAGE DU PAPE LÉON XIV POUR LA 10<sup>E</sup> JOURNÉE MONDIALE DE PRIÈRE POUR LA SAUVEGARDE DE LA CRÉATION 2025

[1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE 2025]

### **Semences de Paix et d'Espérance**

*Chers frères et sœurs,*

Le thème de cette Journée Mondiale de Prière pour la Sauvegarde de la Création, choisi par notre bien-aimé pape François, est "Semences de paix et d'espérance". À l'occasion du dixième anniversaire de l'institution de cette Journée qui coïncide avec la publication de l'encyclique *Laudato si'*, nous sommes en plein Jubilé, "*pèlerins d'espérance*". C'est précisément dans ce contexte que le thème prend tout son sens.

Dans ses prédications, Jésus utilise très souvent l'image de la semence pour parler du Royaume de Dieu et la veille de sa Passion, il l'applique à Lui-même, se comparant au grain de blé qui doit mourir pour porter du fruit (cf. *Jn* 12, 24). La semence se livre entièrement à la terre et là, grâce à la force irrésistible de son don, la vie germe, même dans les lieux les plus inattendus, avec une capacité surprenante à générer l'avenir. Pensons, par exemple, aux fleurs qui poussent au bord des routes : personne ne les a plantées et pourtant, elles poussent grâce à des graines qui se sont retrouvées là presque par hasard et parviennent à embellir la grisaille de l'asphalte et même à en éroder la surface dure.

Ainsi, dans le Christ, nous sommes des semences. Mais pas seulement, nous sommes des "semences de Paix et d'Espérance". Comme le dit le prophète Isaïe, l'Esprit de Dieu est capable de transformer le désert, aride et brûlé, en un jardin, lieu de repos et de sérénité : « L'Esprit qui vient d'en haut sera répandu sur nous. Alors le désert deviendra un verger et le verger sera pareil à une forêt. Le droit habitera le désert, la justice résidera dans le verger. L'œuvre de la justice sera la paix ; la pratique de la justice, le calme et la sécurité pour toujours. Mon peuple habitera un séjour de paix, des demeures protégées, des lieux sûrs de repos » (*Is* 32, 15-18).

Ces paroles prophétiques, qui accompagneront l'initiative œcuménique "Temps de la Création" du 1<sup>er</sup> septembre au 4 octobre, affirment avec force que, avec la prière, la volonté et les actions concrètes qui rendent perceptible cette "caresse de Dieu" sur le monde sont nécessaires (cf. *Laudato si'*, n. 84). La justice et le droit semblent en effet remédier à l'inhospitalité du désert. Il s'agit d'une annonce d'une actualité extraordinaire. Dans différentes parties du monde, il est désormais évident que notre terre est en train de tomber en ruine. Partout, l'injustice, la violation du droit international et des droits des peuples, les inégalités et la cupidité qui en découlent produisent la déforestation, la pollution, la perte de biodiversité... Les phénomènes naturels extrêmes causés par le changement climatique induit par les activités humaines (cf. Exhort. ap. *Laudate Deum*, n. 5) augmentent en intensité et en fréquence, sans compter les effets à moyen et long terme de la dévastation humaine et écologique causée par les conflits armés.

Il semble qu'il n'y ait toujours pas de prise de conscience que la destruction de la nature ne touche pas tout le monde de la même manière : bafouer la justice et la paix signifie frapper davantage les plus pauvres, les marginalisés, les exclus... La souffrance des communautés autochtones est emblématique dans ce domaine.

Et ce n'est pas tout : la nature elle-même devient parfois un instrument d'échange, un bien à négocier pour obtenir des avantages économiques ou politiques. Dans ces dynamiques, la création est transformée en champ de bataille pour le contrôle des ressources vitales, comme en témoignent les zones agricoles et les forêts devenues dangereuses à cause des mines, la politique de la "terre brûlée", les conflits qui éclatent autour des sources d'eau, la distribution inéquitable des matières premières, pénalisant les populations les plus faibles et minant la stabilité sociale elle-même.

Ces différentes blessures sont dues au péché. Ce n'est certainement pas ce que Dieu avait à l'esprit lorsqu'il a confié la Terre à l'homme créé à son image (cf. Gn 1, 24-29). La Bible ne promeut pas « la domination despotique de l'être humain sur la création » (Laudato si', n. 200). Au contraire, « il est important de lire les textes bibliques dans leur contexte, avec une herméneutique adéquate, et de se souvenir qu'ils nous invitent à "cultiver et garder" le jardin du monde » (cf. Gn 2, 15). Alors que "cultiver" signifie labourer, défricher ou travailler, "garder" signifie protéger, sauvegarder, préserver, soigner, surveiller. Cela implique une relation de réciprocité responsable entre l'être humain et la nature » (ibid., n. 67).

La justice environnementale – implicitement annoncée par les prophètes – ne peut plus être considérée comme un concept abstrait ou un objectif lointain. Elle représente une nécessité urgente qui va au-delà de la simple protection de l'environnement. Il s'agit en réalité d'une question de justice sociale, économique et anthropologique. Pour les croyants, c'est en outre une exigence théologique qui a pour les chrétiens le visage de Jésus-Christ en qui tout a été créé et racheté. Dans un monde où les plus fragiles sont les premiers à subir les effets dévastateurs du changement climatique, de la déforestation et de la pollution, la sauvegarde de la création devient une question de foi et d'humanité.

Il est vraiment temps de passer des paroles aux actes. « Vivre la vocation de protecteurs de l'œuvre de Dieu est une part essentielle d'une existence vertueuse ; cela n'est pas quelque chose d'optionnel ni un aspect secondaire dans l'expérience chrétienne » (ibid., n. 217). En travaillant avec dévouement et tendresse, on peut faire germer de nombreuses semences de justice, contribuant ainsi à la paix et à l'espérance. Il faut parfois des années avant que l'arbre donne ses premiers fruits, des années qui impliquent tout un écosystème dans la continuité, dans la fidélité, dans la collaboration et dans l'amour, surtout si cet amour devient le miroir de l'amour oblatif de Dieu.

Parmi les initiatives de l'Église qui sont comme des graines jetées dans ce champ, je voudrais rappeler le projet "Borgo Laudato Si'", que le pape François nous a laissé en héritage à Castel Gandolfo, comme une semence qui peut porter des fruits de justice et de paix. Il s'agit d'un projet d'éducation à l'écologie intégrale qui se veut un exemple de la manière dont on peut vivre, travailler et faire communauté en appliquant les principes de l'encyclique Laudato si'.

Je prie le Tout-Puissant de nous envoyer en abondance son « Esprit d'en haut » (Is 32, 15), afin que ces semences et d'autres similaires portent des fruits abondants de paix et d'espérance.

L'encyclique Laudato si' accompagne l'Église catholique et de nombreuses personnes de bonne volonté depuis dix ans : qu'elle continue à nous inspirer et que l'écologie intégrale soit de plus en plus choisie et partagée comme voie à suivre. Ainsi se multiplieront les semences d'espérance, à "garder et cultiver" avec la grâce de notre grande et indéfectible Espérance, le Christ ressuscité. En son nom, je vous donne à tous ma Bénédiction.

*Du Vatican, le 30 juin 2025, Mémoire des Premiers Martyrs de l'Église de Rome*

LÉON PP. XIV

Demain, c'est la rentrée, Seigneur.

Nous te rendons grâce pour tous les merveilleux moments que tu nous as donné de vivre et si certains jours ont été plus difficiles, merci d'être resté à nos côtés pour nous aider à les traverser.

Ce temps de repos que tu m'as offert, je voudrais pouvoir te le rendre, Seigneur, en offrant ma vie pour toi et pour mes frères.

Je t'écoute : donne-moi le chemin à suivre, indique-moi tes volontés. Que puis-je faire pour annoncer ton Royaume et pour que ma vie sur cette terre soit utile ? Je veux ouvrir mes yeux, mon cœur et mes mains.

Qu'attends-tu de moi : « Parle, Seigneur, ton serviteur écoute ! » *Mairym*

V. : Ô Jésus, doux et humble de cœur,  
R. : rendez mon cœur semblable au Vôtre.  
Du désir d'être estimé, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être affectionné, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être recherché, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être honoré, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être loué, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être préféré, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être consulté, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être approuvé, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être compris, délivrez-moi Seigneur,  
Du désir d'être visité, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être humilié, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être méprisé, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être rebuté, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être calomnié, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être oublié, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être raillé, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être soupçonné, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être injurié, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être abandonné, délivrez-moi Seigneur,  
De la crainte d'être refusé, délivrez-moi Seigneur,  
Que d'autres soient plus aimés que moi, accordez-moi, Seigneur, de le désirer,  
Que d'autres soient plus estimés que moi, accordez-moi, Seigneur, de le désirer,  
Que d'autres grandissent dans l'opinion et que je diminue, accordez-moi, Seigneur, de le désirer,  
Que d'autres soient loués et que je sois oublié, accordez-moi, Seigneur, de le désirer,  
Que d'autres soient employés et que je sois mis de côté, accordez-moi, Seigneur, de le désirer,  
Que d'autres soient préférés en tout, accordez-moi, Seigneur, de le désirer,  
Que d'autres soient plus saints que moi, pourvu que je le sois autant que je puis l'être, accordez-moi, Seigneur, de le désirer.  
Ainsi soit-il.

*Cardinal Rafael Merry del Val*

« Ô Jésus, lorsque vous étiez voyageur sur la terre, vous avez dit : « Apprenez de moi que je suis doux et humble de cœur et vous trouverez le repos de vos âmes ». Puissant Monarque des Cieux, oui, mon âme trouve le repos en vous voyant, revêtu de la forme et de la nature d'esclave, vous abaissez jusqu'à laver les pieds de vos apôtres. Je me souviens alors de ces paroles que vous avez prononcées, pour m'apprendre à pratiquer l'humilité : « Je vous ai donné l'exemple, afin que vous fassiez vous-même ce que j'ai fait. Le disciple n'est pas plus grand que le Maître ... Si vous comprenez ceci, vous serez heureux en le pratiquant ». Je les comprends, Seigneur, ces paroles sorties de votre Cœur doux et humble, je veux les pratiquer, avec le secours de votre grâce. Je veux m'abaisser humblement et soumettre ma volonté à celle de mes sœurs, sans les contredire en rien, et sans rechercher si elles ont ou non, le droit de me commander. Personne, ô mon Bien-Aimé, n'avait ce droit envers vous, et cependant vous avez obéi, non seulement à la sainte Vierge et à saint Joseph mais encore à vos bourreaux. Maintenant, c'est dans l'Hostie que je vous vois mettre le comble à vos anéantissements. Avec quelle humilité, ô divin Roi de gloire, vous vous soumettez à tous vos prêtres, sans faire aucune distinction entre ceux qui vous aiment et ceux qui sont, hélas ! tièdes ou froids dans votre service. Ils peuvent avancer, retarder l'heure du saint Sacrifice, toujours vous êtes prêt à descendre du ciel à leur appel. Ô mon Bien-Aimé, sous le voile de la blanche Hostie, que vous m'apparaissez doux et humble de cœur ! Pour m'enseigner l'humilité, vous ne pouvez vous abaisser davantage ; aussi je veux, pour répondre à votre amour, me mettre au dernier rang, partager vos humiliations, afin « d'avoir part avec vous » dans le royaume des Cieux. Je vous supplie, mon divin Jésus, de m'envoyer une humiliation, chaque fois que j'essaierai de m'élever au-dessus des autres. Mais, Seigneur, ma faiblesse vous est connue ; chaque matin je prends la résolution de pratiquer l'humilité et, le soir, je reconnais que j'ai commis encore bien des fautes d'orgueil. À cette vue, je suis tentée de me décourager ; mais, je le sais, le découragement est aussi de l'orgueil ; je veux donc, ô mon Dieu, fonder sur Vous seul mon espérance puisque vous pouvez tout, daignez faire naître en mon âme la vertu que je désire. Pour obtenir cette grâce de votre infinie miséricorde, je vous répéterai souvent : « Jésus, doux et humble de cœur, rendez mon cœur semblable au vôtre ». Je chanterai éternellement les miséricordes du Seigneur. Ainsi soit-il.\*

*Sainte Thérèse de Lisieux*

## **PRIER POUR RECEVOIR LA COMMUNION SPIRITUELLE**

Mon Jésus, je crois à votre présence dans le Très Saint Sacrement. Je vous aime plus que toute chose et je désire que vous veniez dans mon âme. Je ne puis maintenant vous recevoir sacramentellement dans mon Cœur : venez-y au moins spirituellement. Je vous embrasse comme si vous étiez déjà venu et je m'unis à vous tout entier. Ne permettez pas que j'aie jamais le malheur de me séparer de vous.

*Saint Alphonse-Marie de Liguori*