



Chant proposé <https://www.youtube.com/watch?v=1CkXbkl7c2g> Jésus-Christ Seigneur, alleluia (*Philippiens 2*)



### Seigneur, je te demande la grâce...

...de connaître intérieurement ce qui habite ton Cœur. Quel est-Il, Ton amour, Toi qui prends soin de l'être humain et à travers lui de l'univers entier ? De quoi ta Résurrection me sauve-t-elle concrètement ?

### Dans l'Évangile, Jésus rejoint ses amis déprimés

Les disciples d'Emmaüs se disent : « Notre cœur n'était-il pas brûlant en nous, tandis qu'il nous parlait sur la route et nous ouvrait les Écritures ? » À l'instant même, ils se lèvent et retournent à Jérusalem. Ils y trouvent réunis les onze Apôtres et leurs compagnons, qui leur disent : « Le Seigneur est réellement ressuscité : il est apparu à Simon-Pierre. » À leur tour, ils racontent ce qui s'était passé sur la route, et comment le Seigneur s'est fait reconnaître par eux à la fraction du pain. (*Lc 24, 13-35.*)

Jésus accomplit l'Alliance que relate le livre de l'*Exode* : « J'ai vu la misère de mon peuple qui est en Égypte. (...) Je suis descendu pour le délivrer de la main des Égyptiens. » (*Ex 3, 7-8.*)

## Contempler en prière

### (1) le monde et ses détresses

Les guerres, l'esclavage de personnes prises dans des trafics ; les migrations pour des raisons climatiques ; les cadences de la vie post-moderne, l'excès de travail, la **dépression**, le **burn-out**, le non-sens, le vide, la solitude. Que de motifs de tristesse (*Lc 24*) !

### (2) Dieu s'est engagé dans le monde pour nous sauver

Dieu a tellement aimé le monde qu'il a donné son Fils unique (*Jn 3, 16*). Le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu (*Lc 19, 10*).

### (3) Jésus nous ouvre son amitié...

Il vient rencontrer les gens dans la tristesse et les remettre sur le chemin de la joie (*Lc 24*). « Depuis trop longtemps déjà, nous sommes dans la dégradation morale, en nous moquant de l'éthique, de la bonté, de la foi, de l'honnêteté. L'heure est venue de réaliser que cette joyeuse superficialité nous a peu servis. Cette destruction de tout fondement de la vie sociale finit par nous opposer les uns aux autres, chacun cherchant à préserver ses propres intérêts. Revenons à la promotion du bien, pour nous-mêmes et pour l'humanité tout entière. [Quittons] la vie fermée à toute transcendance et emmurée dans les intérêts individuels. » (Pape François, *Fratelli tutti* 113).

### (4) ... et nous donne une place dans Sa mission

Dans la *Nouvelle Alliance*, Jésus-Christ est Pain vivant livré pour nous (*Jn 6, 51*). Son Esprit vient prier en nous et ainsi ouvrir la porte à Dieu pour qu'il vienne encore réparer ce monde cassé. Porter les personnes en dépression, afin qu'elles trouvent un soutien et une lumière qui les ouvrent à la vie.

## Dieu notre Père, tu sais ce qui me tient à cœur

Ce n'est pas nous qui T'avons aimé, c'est Toi qui nous a aimés et qui as envoyé ton Fils. Merci pour Son amour, qui est force de résurrection. Je veux vivre de Lui. Je me confie à son Cœur miséricordieux.