

FAIRE ORAISON AVEC LA LECTURE DE MARC

Préparé par un frère de St Jean



Lecture de l'Évangile selon St Marc (1, 1-8)

L'Eglise a toujours considéré la méditation de la Parole de Dieu comme un exercice spirituel privilégié. Il ne s'agit pas simplement de lire le texte pour en connaître l'histoire ni d'en faire une étude biblique mais de se placer dans une attitude d'écoute.

Dans les Saints Livres, en effet, le Père qui est aux cieux vient avec tendresse au-devant de ses fils et entre en conversation avec eux ; (Dei Verbum 21)

Méditer la Parole dans la prière et l'ouverture à l'Esprit Saint permet d'entrer dans le mystère même de Dieu. Prenons à notre compte la demande du Seigneur au prophète Ezekiel (3,1)

Le Seigneur me dit : « Fils d'homme, ce qui est devant toi, mange-le, mange ce rouleau ! Puis, va ! Parle à la maison d'Israël. »

Commencement de l'Évangile de Jésus, Christ, Fils de Dieu.

Il est écrit dans Isaïe, le prophète :

Voici que j'envoie mon messager en avant de toi, pour ouvrir ton chemin.

Voix de celui qui crie dans le désert :

Préparez le chemin du Seigneur, rendez droits ses sentiers.

Alors Jean, celui qui baptisait, parut dans le désert.

Il proclamait un baptême de conversion pour le pardon des péchés.

Toute la Judée, tous les habitants de Jérusalem se rendaient auprès de lui, et ils étaient baptisés par lui dans le Jourdain, en reconnaissant publiquement leurs péchés. Jean était vêtu de poil de chameau, avec une ceinture de cuir autour des reins ; il se nourrissait de sauterelles et de miel sauvage.

Il proclamait :

« Voici venir derrière moi celui qui est plus fort que moi ; je ne suis pas digne de m'abaisser pour défaire la courroie de ses sandales. Moi, je vous ai baptisés avec de l'eau ; lui vous baptisera dans l'Esprit Saint. »

Nous vous proposons une fiche pour vous aider à vivre cette prière.

Il est important de prendre du temps pour chaque étape.

N'ayez pas peur du silence.

● Installez-vous dans un lieu silencieux et tranquille
(n'oubliez pas d'éteindre votre portable)

● Donnez-vous une durée
(minimum 15 minutes et vous y tenir)

● Avec le texte d'écriture que nous vous proposons, vous pouvez préparer une prière ou un chant à l'Esprit Saint et éventuellement un cahier et un stylo pour écrire à la fin du temps quelques mots ou idées fortes de cette méditation


Vous pouvez imprimer le
texte d'écriture proposé
aujourd'hui en cliquant ici



1. Prendre un chant

Proposition de chant :

« Tu entends mon cri, tendre Père »

[Cliquez ici](#) 

2. Ecouter son cœur

- Comment vous sentez-vous ?
- Est-ce que vous êtes en paix ?
- Ou envahi(e) par des soucis ?
- Un cri monte de votre cœur ?

3. Lire lentement le texte

Lisez lentement le texte de l'Évangile à voix haute. Seul(e) ou avec d'autres. Cela facilite le rythme de lecture et permet aussi d'entendre les mots. Prenez un petit temps de silence puis relisez-le.

4. Méditer le texte

1

Jean est défini comme
"voix qui crie dans le désert"

A votre avis, pourquoi Jean-Baptiste crie-t-il ?
A-t-il mal quelque part ?
Dans son cœur ?

2

Qu'est-ce qu'il crie ?
Même s'il emprunte
les paroles d'Isaïe, ce
sont bien ses paroles...
Que veut-il obtenir ?
Et son cri porte-t-il des
fruits ?

3

S'il vous est permis de "rentrer un moment
dans la peau" de Jean-Baptiste, vous pourriez
proclamer avec lui et méditer : « *Voici venir derrière moi
celui qui est plus fort que moi ; je ne suis pas digne de
m'abaisser pour défaire la courroie de ses sandales. Moi, je
vous ai baptisés avec de l'eau ; lui vous baptisera dans
dans l'Esprit Saint. »*

4

Reconnaissez-vous le désir d'être envahi(e) plus profondément par l'Esprit Saint et de porter ses fruits en vous : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, fidélité, douceur et maîtrise de soi ?

5

Peut-être pouvez-vous faire monter dans votre cœur un cri vers Dieu ? Vous pouvez aussi élargir votre cri ; crier pour vos frères et sœurs en humanité ; pour plus de justice, de bienveillance, de paix...

6

Finalement n'est-ce pas le cri de Jésus
vers son Père à la croix ?
"J'ai soif"
Jean-Baptiste a soif, Jésus a soif. J'ai soif.
Mes frères et sœurs ont soif...

5. Prendre un temps de silence

pour demeurer dans ce cri vers le Père,
vers Dieu.

6. Chanter ou écouter



« Mon Père, mon Père
je m'abandonne à Toi »



« A l'agneau de Dieu
élevé dans la gloire »

7. Conclure l'oraison

Seigneur tout-puissant et miséricordieux, ne laisse pas le souci de nos tâches présentes entraver notre marche à la rencontre de ton Fils ; mais éveille en nous cette intelligence du cœur qui nous prépare à l'accueillir et nous fait entrer dans sa propre vie. Lui qui règne pour les siècles des siècles. Amen.

Tu entends mon cri, tendre Père

R. Tu entends mon cri, tendre Père,
Toi l'infinie miséricorde
Je m'appuie sur toi, je t'espère,
Parle Seigneur, mon cœur est prêt.

1. Comme l'or au creuset, purifie mon cœur
Ne m'abandonne pas.
Par l'eau et par le feu, renouvelle-moi,
Revêts-moi de ta joie.

2. Sans crainte devant toi, je remets ma vie,
Ne m'abandonne pas.
Montre moi ton chemin affermis mes pas,
Revêts moi de ta joie.

3. Au plus fort de la nuit reste près de moi,
Ne m'abandonne pas.
Je choisis la clarté car j'aime ta loi
Revêts moi de ta joie.

4. Attentif à ma voie, tu veilles toujours
Ne m'abandonne pas.
Ma bouche redira sans fin ton amour
Revêts moi de ta joie.



Mon Père je m'abandonne à Toi

Mon Père, mon Père, je m'abandonne à toi,
Fais de moi ce qu'il te plaira.
Quoi que tu fasses, je te remercie.
Je suis prêt à tout, j'accepte tout.

Car tu es mon Père, je m'abandonne à toi,
Car tu es mon Père, je me confie en toi.

Mon Père, mon Père, en toi je me confie.
En tes mains je mets mon esprit
Je te le donne le cœur plein d'amour.
Je n'ai qu'un désir, t'appartenir.

Car tu es mon Père, je m'abandonne à toi,
Car tu es mon Père, je me confie en toi.



A l'agneau de Dieu *À l'Agneau de Dieu soit la gloire,
À l'Agneau de Dieu la victoire,
À l'Agneau de Dieu soit le règne
Pour tous les siècles, amen.*

1. Élevé à la droite de Dieu,
Couronné de mille couronnes,
Tu resplendis comme un soleil radieux ;
Les êtres crient autour de ton trône :

2. L'Esprit saint et l'épouse fidèle
Disent: « viens ! » c'est leur cœur qui appelle.
Viens, ô Jésus, toi l'époux bien aimé;
Tous tes élus ne cessent de chanter:

3. Tous les peuples et toutes les nations,
D'un seul cœur avec les milliers d'anges,
Entonneront en l'honneur de son nom
Ce chant de gloire, avec force et louange:

