

Heart ♥ to ♥ Heart



Vol. 11, No. 5

Mai 2026

Alors que l'équipe de Heart to Heart réfléchissait aux différents thèmes à aborder dans notre numéro de mai, nous sommes revenus sans cesse sur le thème « Vivre en période d'incertitude », qui décrit sans doute parfaitement la situation dans laquelle nous nous sommes tous retrouvés ces derniers mois. C'est pourquoi, à travers ce numéro, nous vous invitons à méditer sur votre propre expérience de la vie en période d'incertitude, et nous vous proposons diverses réflexions, chants et prières pour vous y aider.

Réflexions pour une époque incertaine

« Agissez, remuez-vous, croyez, faites des efforts, espérez, criez vers lui de tout votre cœur et sans aucun doute vous verrez des choses admirables » (Ste. Angèle Merici)

« Vous n'avez pas besoin de savoir précisément ce qui se passe, ni où tout cela va. Ce dont vous avez besoin, c'est de reconnaître les possibilités et les défis offerts par le moment présent, et de les embrasser avec courage, foi et espoir. » (Thomas Merton)

Par le pape François :

• « Dieu ne nous abandonne pas dans notre fragilité ni dans notre confusion. Au contraire, Dieu nous rejoint précisément là — avec miséricorde, patience et une présence inébranlable. La certitude qui nous est donnée n'est pas que tout sera clair ou confortable, mais que nous ne sommes jamais seuls.

• Vivre avec la foi en Dieu en des temps incertains, c'est faire confiance à sa présence constante, même lorsque les circonstances ne le sont pas. C'est choisir l'espérance lorsque la peur serait plus facile, choisir la compassion lorsque l'angoisse nous pousse à nous replier sur nous-mêmes, et choisir la foi lorsque les réponses demeurent hors de portée ...

• Cette forme de certitude est discrète, mais forte. Elle nous permet d'avancer, non pas parce que nous comprenons tout, mais parce que nous faisons confiance en Celui qui marche avec nous.

• Dans les jours à venir, puissions-nous être des personnes qui portent cette certitude au plus profond d'elles-mêmes - offrant le calme au cœur de l'angoisse, la miséricorde face à l'épreuve, et la lumière là où subsiste le doute. Ainsi, nous devenons non seulement des bénéficiaires de la présence de Dieu, mais aussi des signes de cette présence pour les autres. »

« La foi n'est pas une certitude ; c'est le courage de vivre dans l'incertitude. La foi ne consiste pas à voir le monde tel que nous aimerions qu'il soit ; elle consiste à voir le monde tel qu'il est réellement, sans jamais renoncer à l'espérance que nous pouvons le rendre meilleur par la manière dont nous vivons — par des actes de miséricorde et de bonté, et par le pardon et la générosité du cœur. » (Lettres à la prochaine génération : Réflexions pour Yom Kippour)

« En des temps si périlleux, vous n'aurez d'autre refuge que de vous jeter aux pieds de Jésus-Christ. Car s'il vous guide et vous instruit, vous serez bien instruites. » (Ste. Angèle Merici)

« Ayez espérance et une ferme confiance en Dieu, car Dieu vous aidera en toutes choses. » (Ste. Angèle Merici)

« Il ne fait aucun doute que nous vivons des temps incertains. Et les recherches montrent que lorsque tout semble incertain, le chemin à suivre consiste à revenir à ce qui constitue le fondement de nos vies. L'amour. Le soin. La compassion. La mission. La famille. L'amitié. La foi. » (Maria Shriver)

Prières pour les temps incertains

Prière à Jésus en temps d'incertitude

Jésus,
lorsque le chemin s'obscurcit devant moi
et que la crainte habite mon cœur,
vers toi je me réfugie, toi qui es mon abri et ma force.
Tu es le Chemin, la Vérité et la Vie ;
conduis mes pas lorsque la route m'échappe
et que je ne vois plus où avancer.

Répands en moi ta paix, celle qui dépasse toute intelligence.
Apprends-moi à me confier à ton dessein,
même lorsqu'il demeure voilé à mes yeux.
Apaie mes pensées agitées et fais taire les tempêtes intérieures.

Accorde-moi le courage d'avancer dans la foi,
la patience d'attendre ton heure,
et l'espérance confiante que tu fais concourir toute chose au bien
de ceux qui t'aiment.

Je dépose entre tes mains aimantes
mes inquiétudes, mes choix et mon avenir.
Sois ma lumière et mon guide,
ma boussole et mon fidèle compagnon,
au cœur de toute incertitude et en chaque étape de ma vie.
Amen. (mothercabrinishrine.org)

Dieu de paix

Dieu tout-puissant,
tu es le Dieu du chaos comme du calme.
Au cœur de nos inquiétudes, de nos peurs
et de nos pensées agitées,
tu demeures notre Dieu saint et immuable.

Tu es notre refuge,
notre abri à l'ombre de tes ailes.
Tu es notre guide véritable et fidèle.

Tu nous dis : Demandez, et l'on vous donnera -
mais osons-nous vraiment recevoir ?
Cherchez, et vous trouverez -
mais savons-nous reconnaître le don ?
« Frappez, et l'on vous ouvrira -
mais accepterons-nous d'entrer,
en accueillant l'invitation ?

Accorde-nous le courage et la paix intérieure
pour vivre ce que nous proclamons croire.
Conduis-nous vers ceux qui ont besoin
des dons mêmes que tu
as placés entre nos mains.
Et fais-nous entrer par la porte
ouverte par ton sacrifice sur le Golgotha.

Tu prépares devant nous une table,
en face de nos ennemis :
la peur, le doute, la colère, l'envie,
la précipitation, l'angoisse.

Fais que nous prenions place à cette table avec
toi et que nous invitons
nos frères et sœurs
à partager ta paix - la paix que tu offres
aux cœurs disposés à la recevoir.
Amen. (crs.org)

Une musique pour une époque incertaine

"I Will Not Leave You Comfortless"

(Jan Phillips)

<https://www.youtube.com/watch?v=qgyPlk9aZ2E>

"Hold On"

(A. Tice & S.A. Morris)

https://www.youtube.com/watch?v=VbOYOm_B9OY

Le partage en période d'incertitude

Que vous inspirent les réflexions, les prières et les chants ci-dessus ?

Qu'est-ce qui vous aide à vivre en ces temps d'incertitude ?

L'équipe de Heart to Heart vous invite à envoyer vos réflexions ou vos réponses aux questions
ci-dessus à Sœur Diane Fulgenzi, à dfulgenziosu@gmail.org

Nous publierons les réflexions et les réponses que nous recevrons sur le blog HeartSpeak
pendant les mois d'été, lorsque le magazine Heart to Heart ne paraît pas.

Merci !