

# Heart ♥ to ♥ Heart



Vol. 8, No. 2

Février 2023

*Ces dernières années, l'équipe de Cœur à Cœur a partagé avec vous des réflexions pour les dimanches de carême et le dimanche de Pâques. Cette année, nous utilisons les numéros de février et mars de Cœur à Cœur pour vous proposer des réflexions pour le Carême. Le thème de notre numéro de février est "Prière et jeûne dans l'esprit de Sainte Angèle". Le contenu est adapté d'un livret de réflexions mensuelles partagé par les Ursulines de l'Union romaine en 2007 en préparation du 200e anniversaire de la canonisation de Sainte Angèle.*



**P**endant le Carême, nous nous concentrons sur les pratiques spirituelles de la prière et du jeûne. Nous avons la chance d'avoir Angèle qui a beaucoup à nous apprendre sur la **prière** et sur le jeûne qui la soutient et l'accompagne.



Angèle nous apprend que la prière est une relation avec Dieu. Elle parle de Jésus comme de *Celui qui m'aime, ou plutôt, qui nous aime tous*. Elle nous dit que *notre seul refuge doit être aux pieds de Jésus*, qu'il doit être notre *seul trésor*. La relation particulière d'Angèle avec Jésus a donné naissance à une prière vivante et constante. Mystique et contemplative, elle a vécu des expériences de prière extraordinaires, mais elle était aussi immensément humble dans sa prière. (*Dernier Avis ; 5e Avis*)

Au chapitre V de la *Règle*, Angèle nous parle de la prière : *On vous rappelle... d'être assidus à la prière, tant mentale que vocale, qui est la compagne du jeûne... Priez sans cesse de l'esprit et du cœur, car nous avons continuellement besoin de l'aide de Dieu*. Elle dit aussi : *Si vous voulez prier longuement, allez dans votre chambre, fermez la porte, et priez de la manière et pendant la durée que l'Esprit Saint et votre conscience vous dicteront*.

En ce temps de carême, dans votre propre prière, *suppliez Dieu de vous éclairer, de vous diriger, de vous enseigner ce que vous devez faire par amour de Dieu*. (cf. *Avis, Prologue 7*)



Demandez-vous :

**Quelle est ma relation avec Jésus ? Est-il le centre de ma vie ?**

**Comment est ma prière ? Quelle est ma prochaine étape pour grandir dans la prière ?**

Quant au **jeûne** qui accompagne la prière, Angèle instruit ses disciples sur le jeûne au chapitre IV de la Règle.

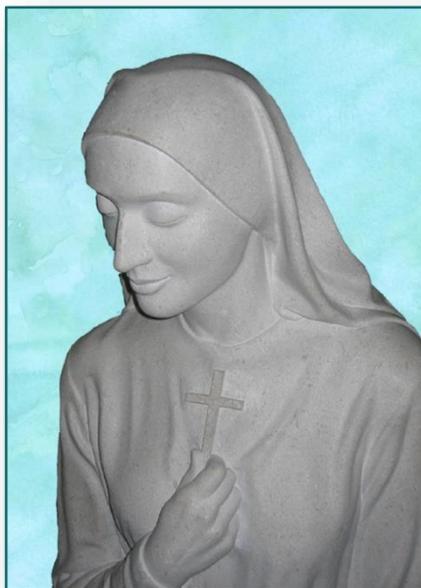
Chacun doit *embrasser* cette pratique du jeûne. Cela signifie que je dois, à l'instar d'Angèle, *embrasser* le jeûne. Je le fais ? De quoi Dieu me demande-t-il de jeûner ? Angèle nous dit que *nous devons le vouloir*. Elle nous enseigne que c'est une *nécessité*. *Toute la vie de Jésus, dit-elle, nous invite clairement* à jeûner.

Jésus a pris pour modèle la prière profonde et le jeûne dans le désert alors qu'il se préparait à son ministère. Puis-je l'imiter en servant les autres en son nom et par amour pour lui ?

Angèle nous invite à jeûner comme une façon de prier pour notre monde et ses luttes. Les jeûnes qu'elle cite sont nombreux, mais à sa manière habituelle, elle nous encourage à jeûner avec sagesse. Elle ne nous dispense pas de jeûner, mais elle indique la nécessité de réfléchir et de prier dans nos choix.



**De quoi suis-je appelé à jeûner ? Quelles sont les situations (personnelles, locales, mondiales) qui nécessitent une prière intense de ma part en ce moment ?**



*Sainte Angèle, s'il te plaît, intercède pour moi ce mois-ci.  
Comme toi, je veux être une personne de prière authentique.  
Je désire une relation d'amour profonde avec le Dieu qui m'aime en premier.  
J'entends tes paroles sur la valeur et la nécessité du jeûne.*

*Permits-moi d'être ouvert à ce message.*

*Continue à m'enseigner, chaque jour, comme tu l'as fait pour tes premiers disciples.*

*Prie pour que j'aie la force et la persévérance  
nécessaires pour être fidèle à ce que j'entends.*

*Permits-moi, comme toi, de suivre l'impulsion de l'Esprit pour ma vie.*

*Amen.*