

Prière préparatoire avant chaque Heure.



Ô mon Seigneur Jésus-Christ, prosterné devant toi,
je supplie ton Cœur infiniment amoureux
de bien vouloir m'admettre à la méditation des Heures douloureuses de ta Passion
durant lesquelles, par Amour pour nous, tu voulus souffrir
dans ton Corps adorable et dans ton Âme infiniment sainte,
jusqu'à mourir sur la Croix.

Daigne me donner ton Aide, ta Grâce, ton Amour,
ainsi qu'une profonde compassion à ton endroit et
une profonde compréhension de tes Souffrances,
pendant que je méditerai sur la ... (préciser) Heure.

Et pour les Heures sur lesquelles je ne pourrai pas méditer,
c'est-à-dire celles pendant lesquelles je serai contraint
soit de m'appliquer à mes devoirs journaliers,
soit de m'adonner au sommeil,
je veux t'offrir la volonté que j'ai de méditer aussi sur elles.

Accepte alors, ô Seigneur miséricordieux, mon intention d'amour,
et fais en sorte que ces Heures me profitent et profitent à beaucoup d'autres
comme si je les faisais effectivement et saintement.

Entre temps, je te rends grâce ô Jésus, toi qui m'appelles à m'unir à toi dans la prière,
et je me plonge dans tes Pensées, tes Paroles, ta Volonté et ton Amour,
en implorant l'aide de ta Très Sainte Mère et de mon ange gardien.

Réciter :

un **Je vous salue Marie** à la Très Sainte Vierge,
un **Gloire au Père** à son ange gardien,
un De profundis (Ps 130) pour les âmes du Purgatoire, auxquelles il ne faut pas manquer
d'appliquer les indulgences qui seront gagnées par la méditation du mystère.

Remerciements et offrande.

Le Psaume 130 (129)
ou le *De profundis*

Je mets mon espoir dans le Seigneur, je suis sûre de Sa Parole.

Des profondeurs je crie vers toi, Seigneur :

Seigneur, écoute mon appel.

Que ton oreille se fasse attentive
au crie de ma prière!

Si tu retiens les fautes, Seigneur,
Seigneur, qui donc subsistera?

Mais près de toi se trouve le pardon,
je te crains et j'espère.

Mon âme attend le Seigneur,
je suis sûre de sa Parole.

Mon âme attend plus sûrement le Seigneur
qu'un veilleur n'attend l'aurore,

Puisqu'auprès du Seigneur est la grâce,
l'abondance du rachat;

c'est lui qui rachètera Israël
de toutes ses fautes.

Gloire au Père, au Fils et au Saint Esprit,
maintenant et toujours et pour les siècles des siècles . Amen

Prière à la fin de chaque Heure que l'on a méditée.



Mon aimable Jésus, tu m'as appelé durant cette Heure de ta Passion à te tenir compagnie.
Jje suis venu.

Il m'a semblé te voir prier, réparer et souffrir et,
avec les Paroles les plus tendres, plaider pour le salut des âmes.
J'ai cherché à te suivre en tout.
Avant de te laisser, je veux te dire un «merci» et un «sois béni».

Oui, ô Jésus, merci mille fois.

Je te loue et te bénis pour tout ce que tu as fais et souffert pour nous tous.

Je te dis merci et je te bénis

pour chaque goutte de ton Sang et chacune de tes Larmes versées,
pour chacune de tes Respirations,
pour chaque Battement de ton Coeur,
pour chacun de tes Pas, de tes Paroles et de tes Regards, et
pour chaque offense que tu as supportée pour nous.

De grâce, fais en sorte, ô mon Jésus,
que tout mon être t'envoie un flot continu de remerciements et de bénédictions,
de sorte que cela attire sur moi et sur toutes les créatures
les flots de tes Grâces et de tes Bénédictions.

Ô Jésus,

serre-moi sur ton Coeur avec tes Mains infiniment saintes:
marque toutes les parcelles de mon être de ton «je te bénis»,
de sorte que rien ne sorte de moi sauf un hymne d'amour ininterrompu pour toi!

Je m'abandonne à toi et je veux te suivre en tout.

Je laisse

mes pensées en toi pour qu'elles te défendent de tes ennemis;
mes respirations pour qu'elles te servent de cortège et te tiennent compagnie;
les battements de mon coeur
pour te dire sans cesse «**je t'aime**» et
pour te dédommager de l'amour que ne te donnent pas les autres créatures;
les gouttes de mon sang
en offrande de réparation et

pour te restituer les honneurs et l'estime dont te privent tes ennemis,
finalement tout mon être pour te garder.

Mon doux Amour, bien que je dois me vaquer à mes affaires,
je reste dans ton Coeur et je crains d'en sortir.

Tu me garderas en toi, n'est-ce pas?

Nos battements de coeur s'entendront l'un l'autre et se confondront,
de sorte qu'ils me donneront vie, amour, et union étroite et inséparable avec toi.

Mon Jésus, si tu vois que je suis sur le point de te fuir,
que tes Battements de Coeur s'accélèrent dans mon coeur,
que tes Mains me pressent plus fortement sur ton Coeur,
que tes Yeux me regardent et me jettent des flèches de feu,
afin que, te ressentant, je me laisse tout de suite gagner à rester avec toi.

Je t'en prie, ô mon Jésus, donne-moi le Baiser de l'Amour divin et bénis-moi.
Et moi, je baise ton Coeur infiniment doux et je reste en toi.

Que la bénédiction de Dieu, le Tout-Puissant, Père et Fils et Esprit-Saint,
descende sur moi et y demeure à jamais. Amen.

Les trois Heures de Gethsémani

Oraison préparatoire à l'Heure Sainte



Ô Jésus, mon divin Rédempteur,
daigne m'admettre aux côtés de tes trois chers apôtres,
pour assister à ton Agonie dans le Jardin des Oliviers!

Bien averti par le doux reproche que tu fis à Pierre et aux deux autres qui dormaient,
je veux veiller une heure avec toi.
Fais-moi ressentir au moins une Blessure de ton Cœur agonisant, un Souffle de ta Respiration
perturbée. Je veux fixer mon regard sur ton divin Visage et le contempler
quand il pâlit, quand il s'émeut,
quand il ressent une grande angoisse, quand il s'incline jusqu'à terre!
Je vois, ô mon Jésus, ta divine Personne vaciller et tomber, tantôt d'un côté, tantôt de l'autre.
Je te vois joindre les Mains.
J'entends les gémissements d'Amour et de Souffrance que tu élèves vers le Ciel!
Ô mon Jésus, agonisant dans ce sombre Jardin, pendant cette heure où je te tiendrai
compagnie,
fais couler sur moi quelques gouttes du Sang infiniment adorable qui s'écoule de tous tes
Membres!
De grâce, ô mon bien-aimé Rédempteur,
que je boive au moins une gorgée de ton amer calice,
que je ressente quelques-unes des Peines de ton divin Cœur, et
que je sente mon cœur se briser par le repentir d'avoir offensé mon Seigneur
qui, pour moi, en est réduit à cette Agonie terrible!
Ô mon Jésus, donne-moi la Grâce
de souffrir et de pleurer avec toi pendant au moins une heure dans ce Jardin!

Ô Marie, Mère affligée,
fais-moi ressentir la compassion de ton Cœur transpercé envers Jésus agonisant. Amen.

Terminer l'exercice de l'Heure Sainte par la prière suivante:

Prière de remerciements



Je te rends grâce, ô mon infiniment doux Seigneur,
d'avoir daigné m'admettre en ta sainte Compagnie
pendant au moins une heure de ta terrible Agonie dans le Jardin.

Ce fut sans doute pour toi un réconfort médiocre, mais l'Amour infini de ton Coeur compatissant
te fait trouver du soulagement même dans le plus petit acte de compassion envers toi!

Ah! la vue de ton adorable Personne
tremblante, abattue, humiliée, effondrée dans la poussière,
toute couverte de sueur de Sang dans la sombre horreur du Jardin
ne me sortira plus de l'esprit!

Et j'ai éprouvé, ô Jésus,
que d'être avec toi souffrant,
de goûter ne serait-ce qu'une goutte de l'amertume angoissante de ton divin Coeur,
est le plus grand destin qu'on puisse avoir sur cette terre!

Ô Jésus, c'est avec générosité que je renonce aux choses terrestres et trompeuses.
Je ne veux que toi, mon Seigneur opprimé, souffrant, affligé!
Du Jardin jusqu'au Calvaire je veux te tenir compagnie avec fidélité et douceur.

O Jésus,
fais en sorte que je sois capturée avec toi, traînée avec toi aux tribunaux.
Fais que je partage
les outrages, les insultes, les crachats et les gifles dont tes ennemis te couvriront.
Conduis-moi avec toi de Pilate à Hérode et de Hérode à Pilate.
Lie-moi avec toi à la colonne et fais-moi ressentir une partie de tes coups de fouet.
Donne-moi quelques-unes de tes épines, Jésus, pour quelles me transpercent.
Fais en sorte qu'avec toi je sois condamnée à mourir crucifiée,
toi en tant que victime d'Amour pour moi,
et moi en tant que victime expiatrice pour mes péchés!

Donne-moi le destin du Cyrénéen pour t'accompagner jusqu'au Calvaire.
Là, fais en sorte qu'avec toi je sois clouée sur la Croix, que j'y agonise et y meure avec toi.

Ô Mère affligée,
tu m'as aidée à compatir avec Jésus agonisant dans le Jardin,
aide-moi à être crucifiée avec toi sur la Croix de Jésus, et de savoir lui offrir les réparations
avec les mérites mêmes de sa Passion et de sa Mort sur la Croix. Amen.