

« Les perles du coeur »

Prier avec les couleurs

Martin Hoegger

martinhoegger@bluewin.ch

15.4.2015

Fin septembre 2014, je me trouvais sur l'île d'Egine, au large d'Athènes, là où se trouve le monastère de Saint Nectaire, un chrétien très populaire dans l'Eglise orthodoxe.

J'avais sur le cœur le fardeau de trouver un moyen pour approfondir ma vie de prière, également d'aider d'autres personnes à prier, en particulier les jeunes.

Pour « *prier sans cesse* », comme nous y invite Saint Paul (1 Thess 5,17), le Pèlerin russe s'est mis en route et a franchi monts et vaux pour finalement découvrir la « *prière du cœur* ». Dans l'Eglise catholique, il y a le chapelet du rosaire. Peut-on imaginer une aide à la prière, qui soit en harmonie avec ma spiritualité réformée ?

J'ai alors demandé à l'Esprit saint de « *venir en aide à ma faiblesse* » et de me donner quelques inspirations.

Un jour que je prenais le repas de midi dans un restaurant sur la place d'un petit port de cette île, j'ai été frappé par le patron de cet établissement, qui, tout en nous servant, égrenait son chapelet orthodoxe. Il le faisait avec une grande liberté. La joie se lisait sur son visage.

Durant la promenade avec mon épouse au bord de la mer, qui suivit le repas, cette image du chapelet m'est revenue. Comme c'est une pratique de piété étrangère au protestantisme, je priais l'Esprit de me donner une idée qui soit en affinité avec ma spiritualité.

Chemin faisant, dans le sable soulevé par un fort vent, l'idée prend forme petit à petit à petit et, de retour à mon hôtel, après quelques ébauches, je dessine un collier de prière qui aura quatre grosses perles et huit petites. Elles expriment quatre réalités de la prière : « *ma confiance* », « *mes blessures* », « *ma lumière* » et « *mon chemin* ».

Elles nous aideront à comprendre le sens de cinq petits mots de la prière : *merci, sauve-moi ! pardon, me voici, s'il te plaît !*

Ces perles sont reliées par des petites perles longilignes vertes et par un coeur.

Douze perles pour entrer dans la présence de Dieu amour



Dans le livre de l'Apocalypse, les douze portes de la Jérusalem céleste sont douze perles. (21,21) Elles sont placées par quatre groupes de trois et portent les noms des douze apôtres (21,13s)

Le bracelet avec 4 fois 3 perles de couleurs différentes propose symboliquement douze portes pour entrer dans la présence de Dieu-amour, de l'agneau qui a donné sa vie par amour pour nous.

Un parcours de prière « *par quatre chemins* » !

Folio 55 de l'Apocalypse de Bamberg - L'ange montre à Jean la Nouvelle Jérusalem, avec l'Agneau de Dieu au centre.

Pourquoi des perles ?

- Quel est l'objet que les jeunes touchent le plus aujourd'hui ? Le Smartphone ! Je voudrais leur proposer un objet qu'ils touchent encore plus et qui sert à communiquer avec Dieu !
- Dans l'Ancien Testament, des symboles servent à éveiller la mémoire. Une petite boîte est placée sur le front de celui qui prie (Deut. 6,4). En agissant ainsi de manière très concrète, nos amis juifs n'oublient pas Dieu et sa Parole. Il faut éveiller la mémoire pour prier. A travers les choses visibles, nous allons vers les choses invisibles (*Per visibilia ad invisibilia*). Dans la sainte cène, à travers le pain et le vin, nous faisons mémoire de Jésus
- Un collier de perles est aussi symbole du peuple de Dieu rassemblé : « Jérusalem... lève les yeux et regarde autour de toi : tous tes enfants se rassemblent, ils seront pour toi comme un collier de perles » (Es. 49,18)
- « La sagesse a plus de valeur que des perles précieuses », dit le livre des Proverbes. « On ne peut rien désirer de meilleur. Elle aide l'homme à vivre longtemps, elle lui procure prospérité et honneur. Elle le dirige sur des chemins agréables où il avance en toute sécurité. C'est un arbre de vie pour ceux qui la pratiquent, ceux qui s'y attachent sont heureux ». (Prov. 3,15-17)

- « Il trouva une perle de beaucoup de valeur. Alors il va vendre tout ce qu'il a et achète la perle » (Mat 13,45s). Les perles du cœur nous centrent sur le cœur de l'Évangile.
- Pour aider à la prière et la méditation, beaucoup de religions utilisent des perles, comme par exemple le bracelet des sept couleurs des *chakras* dans l'hindouisme. Les musulmans les utilisent aussi, ainsi que diverses traditions chrétiennes.

Les perles en pierres semi-précieuses

Les perles sont belles et précieuses. La beauté nous aide dans notre foi. Pourtant « la valeur de la sagesse dépasse celle des perles » (Job 28,18) : « On trouve beaucoup d'or et toutes sortes de perles. Mais la chose la plus précieuse ce sont des paroles qui instruisent ».

Et puis souvenons-nous que les perles ne sont que des pierres. Elles n'ont pas de valeur particulière, sinon une force d'évocation symbolique.



Perle jaune : jade, aventurine jaune

Perle rouge : corail, cornaline, obsidienne, jade, jaspe rouge

Perle bleue : quartz bleu, jade, sodalite, turquoise

Perle blanche : howlite, agate, jade, corail blanc

Perle verte : malachite

1. Les perles blanches de ma confiance

Quelle est ma confiance ?

Le blanc est un symbole universel de pureté, d'innocence. Montrer un drapeau blanc marque la fin des hostilités. La personne qui le porte a confiance qu'on ne lui fera pas de mal.

« Si la confiance du cœur était au commencement de tout » (Frère Roger, Taizé)

Je peux faire confiance à Dieu. Il est en paix avec moi, il m'accueille. Il n'a jamais fait de mal à personne. Cela fait bientôt 40 ans que je le connais et il ne m'a jamais déçu.

Dieu amour, Dieu Père : Avec cette perle, je lui dis que je fais confiance à son amour. Il est le Bien Aimé qui toujours vient à ma rencontre pour éveiller mon amour (Cantique des cantiques 2,10-14). C'est le premier article du Credo.

Je peux lui dire le premier petit mot essentiel de la prière : **merci !**

2. La perle rouge de mes blessures

Quelles sont mes blessures ?

Rouge, couleur sang, couleur des martyrs. Couleur de la terre aussi. Il y a tant de blessures dans notre monde !

Moi aussi j'ai reçu des blessures. Il y a les blessures de ma santé, quand je suis malade ou accidenté. Parfois elles provoquent des conséquences irréversibles.

Il y a les blessures que j'ai reçues par d'autres personnes quand elles m'ont fait du mal, m'ont jugé ou exclu.

Il y a les blessures que je me suis fait à moi-même par mes fermetures à l'amour, mes transgressions ou mes avidités. Il y a encore les blessures que j'ai infligées à d'autres personnes par mes manques d'attention.

Et puis il y a toutes les blessures inimaginables que l'humanité non réconciliée s'inflige à travers les guerres, les génocides, les massacres.

Et celles que l'humanité provoque à la nature, par sa voracité. Blessures qui en retour provoquent des conséquences imprévisibles sur la vie humaine.

Et comme nous sommes tous créés à l'image de Dieu, c'est finalement lui que nous blessons.

Jésus, lui aussi a été terriblement blessé. Moralement et physiquement. Mais il est resté jusqu'au bout dans l'amour, sans jamais rendre le mal pour le mal. « *Ses blessures nous ont guéris* », dit Pierre à propos de Jésus crucifié (1 Pierre 2,24).

Jésus est la miséricorde qui se penche sur la misère.

Il est le bon Samaritain devant l'humanité blessée.

Je me centre sur **Jésus crucifié et abandonné** : je m'abandonne à lui avec cette perle rouge ! C'est la première partie du deuxième article du Credo : le Fils de Dieu est devenu un homme pour vivre et mourir avec et pour nous.

Avec cette perle je peux dire à Jésus deux autres mots essentiels de la prière : **sauve-moi ! et pardon**

3. La perle jaune de ma lumière

Quelle est ma lumière ?

Après le rouge, le jaune est la deuxième couleur fondamentale.

Il y a fort longtemps, j'ai grimpé sur le mont Sinaï pour le lever du soleil. Là j'ai été frappé de voir uniquement les trois couleurs fondamentales. La terre était rouge, le ciel bleu et le soleil jaune.

Le jaune est la couleur du soleil. Il symbolise la lumière.

Nulle couleur n'est plus joyeuse, chaleureuse et stimulante que le jaune. Couleur du soleil, de la fête et de la joie, elle permet d'égayer un univers et de le faire rayonner. Tout comme le soleil qui diffuse ses rayons porteurs de vie sur terre, le jaune est la couleur de la vie et du mouvement.

Elle me dit que Jésus est « *la lumière du monde* » (Jean 8,11), qui est venu nous délivrer. Il est ressuscité, il est parmi nous.

« *Ma lumière et mon salut, c'est le Seigneur* »

Je me consacre et me donne à Lui. Je peux lui dire ce quatrième petit mot essentiel de la prière : **me voici !**

Jésus ressuscité est au milieu de nous : Cette perle jaune me le redit. C'est la deuxième partie du deuxième article du Credo.

4. La perle bleue de mon chemin

Quel est mon chemin ?

Le bleu est la couleur du ciel ou de la mer. Elle ouvre les horizons, invite au désir, au voyage.

Elle est aussi symbole de vérité et de sagesse, comme l'eau transparente qui ne peut rien cacher.

Dans la cathédrale de Chartres, le « *bleu de Chartres* » est la Couleur du ciel, de l'Esprit, qui remplit la Vierge Marie à l'Annonciation.

Le bleu me rappelle que la vie est un voyage, une marche à vivre avec la force de l'Esprit saint. « *Un saint voyage* » vers Dieu. Il est aussi la couleur du paradis.

« *Si nous vivons par l'Esprit, marchons sous l'impulsion de l'Esprit* », dit Paul (Galates 5,25). Nous accomplirons ainsi la loi d'amour du Christ.

La couleur bleue me dit que *Jésus est mon chemin*, ma loi, mon style de vie.

Marie fut la première à prendre ce chemin. La perle bleue me parle aussi d'elle

Je veux lui ressembler et marcher avec elle sur la route de Jésus, dans la force de l'Esprit, par reconnaissance de ce qu'il a fait pour moi.

En invoquant l'Esprit saint, j'apprends le cinquième mot essentiel de la prière : **s'il te plaît !**

La perle bleue me parle de **l'Esprit saint**, qui habite le croyant et l'Eglise. C'est le troisième article du Credo.

5. Les perles vertes de l'écoute

Comment est-ce que j'écoute ?

La couleur verte a plusieurs significations. Elle est avant tout la couleur de la nature. « Avoir la main verte » signifie faire bien pousser les plantes. Des partis politiques l'ont adoptée comme symbole de protection de l'environnement.

Dans la Bible, le vert signifie que tout est appelé à croître :

« Dieu dit : Que la terre verdisse de verdure, d'herbes portant semences et d'arbres donnant des fruits. Il en fut ainsi. La terre verdit de verdure, les herbes portèrent semence et les arbres donnèrent des fruits, chacun selon son espèce. Et Dieu vit que cela était bon. » (Gen 1, 11-13).

Le vert est la couleur des feuilles naissantes, des bourgeons, de la verdure du printemps. Alors il est aussi symbole des commencements, de l'enfance et de la jeunesse, donc de l'espérance. Il faut encourager « *le jour des petits commencements* » (Zach 4,10).

Le sens de la vie est de grandir, de porter du fruit. Dieu désire multiplier, faire grandir. Pour cela il faut beaucoup d'espérance.

Dans l'Evangile, il y a un lien étroit entre l'écoute et la croissance spirituelle. Plusieurs paraboles en parlent. La parabole du semeur se termine ainsi : « *Celui qui a été ensemençé dans la bonne terre, c'est celui qui entend la Parole et la comprend ; il porte du fruit et produit, l'un cent, l'autre soixante, l'autre trente* » (Mat 13,23).

Jésus donne cet avertissement pour nous rendre attentif à l'importance de bien écouter pour grandir dans la foi : *Faites donc bien attention à la manière dont vous écoutez, car on donnera à celui qui a, mais à celui qui n'a pas on enlèvera même ce qu'il croit avoir* » (Luc 8,18). Puis il déclare : « *Ma mère et mes frères, ce sont ceux qui écoutent la parole de Dieu et qui la mettent en pratique* ». (Luc 8,21)

Tout commence par l'écoute. « *Ecoute Israël, le Seigneur est Dieu* » (Deut 6,1).

Toute vraie relation, toute vraie communication commence par l'écoute.

Ainsi en va-t-il aussi de la prière.

Les perles longilignes vertes marquent une pause, un silence d'écoute dans la prière. C'est un temps d'écoute profonde, où je me laisse rejoindre par Jésus, me laisse traverser par sa vie. Ecouter en profondeur la Parole, mon cœur, l'autre, l'Esprit.

6. La perle du cœur

Elle signifie que ma prière s'adresse à Dieu amour. Dans l'Ecriture, le cœur est le siège de l'écoute profonde.

« *Donne à ton serviteur un cœur qui écoute* » (1 Rois 3,9), telle est la prière de Salomon. Sans doute une des plus belles de la Bible.

Le cœur signifie aussi que la vraie prière ne peut être superficielle. Elle se vit du plus profond du moi.

Le cœur me rappelle que l'important n'est pas tant la quantité de choses que l'on fait, mais la manière de les faire. Tout faire avec amour, et en particulier la prière, ce moment où j'entre dans la présence de Dieu. « *Si je n'ai pas l'amour, je ne suis rien* »... (I Corinthiens 13,2)

Un temps de prière avec les perles

Pour un temps de 30 minutes environ.

Introduction

Toucher **la perle du cœur**

Seigneur, je désire vivre ce moment comme un cœur à cœur avec toi. Viens et visite mon cœur par ton Esprit, pour que je sache comment prier !

Donne-moi un cœur qui écoute !

Que je fasse tout avec le cœur !

Que ces douze perles soient comme les douze portes de la Jérusalem céleste pour entrer dans ta présence !

1. Les perles blanches de ma confiance

- Je prends **la grosse perle blanche**

Couleur de la paix et de la sérénité, comme un champ enneigé, le blanc me dit que Dieu est en paix avec moi. Il m'aime immensément.

Lecture : Le Seigneur est mon berger (Ps. 23) ; Il est comme une oiselle protégeant ses petits (Ps 91) ; Rien ne pourra me séparer de lui (Rom. 8)

Chant : « *Mon âme se repose en paix sur Dieu seul* » ; « *Toi tu nous aimes, source de vie* » (Taizé)

- **Première petite perle blanche**

Je lui dis ma confiance. *Seigneur, tu es mon créateur, ma vie est entre tes mains.*
« *Père, je t'appartiens dans la vie et dans la mort...*

Tu es mon unique consolation... Tu me gardes si bien qu'il ne peut tomber un seul cheveu sans ta volonté...

Toutes choses doivent concourir à mon salut... »

J'apprends à te dire merci, ce premier petit mot de la prière.

- **Deuxième petite perle blanche**

Seigneur, j'ai confiance en toi, mais il y a aussi tant de doutes en moi. Viens au secours de mon manque de foi. Augmente ma confiance !

Silence d'écoute avec la perle verte

2. Les perles rouges de mes blessures

- **Avec la grosse perle rouge**

Couleur de la terre, du sang, je confie mes blessures à Jésus. En devenant un homme pour nous en Jésus, Dieu participe à notre vie et prend sur lui nos blessures.
« *Par ses blessures nous avons la guérison* » (Es. 53 ; 1 Pierre 2)

Lecture : Esaïe 53,4-5

Ou les sept paroles de Jésus sur la Croix :

- *Père, pardonne-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font*
- *En vérité, aujourd'hui tu seras avec moi dans le Paradis*
- *Tout est accompli*
- *Femme, voici ton fils ; Voici ta mère !*
- *Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné*

- *J'ai soif*
- *Père, entre tes mains, je remets mon esprit.*

Chant : « *Dans nos obscurités, allume le feu qui ne s'éteint jamais* » (Taizé)

- **Avec la première petite perle rouge**

*Je lui dis ce qui me fait mal. Seigneur tu connais mieux que moi ce qui me blesse.
Tu es plus proche de mon cœur que mes artères.*

Je lui dis ce deuxième mot essentiel de la prière : « au secours » !

*Je lui confie aussi toutes les blessures des personnes qui ont demandé ma prière ou
qui ont mal.*

Jésus, mon ami est malade, viens le visiter !

Jésus, je te confie ce couple qui est en train de se séparer.

Jésus, toi seul connaît la profondeur des épreuves des réfugiés.

*Tu connais, pour l'avoir éprouvé, le sentiment d'abandon de tous ceux qui sont
laissés pour compte.*

*Jésus, sois proche de ceux qui vivent de terribles pertes : d'un être cher, d'un
travail...*

- **Avec la deuxième petite perle rouge**

*Je te demande la lucidité pour te demander pardon pour les blessures que je me
suis fait.*

*Je te demande le courage pour demander pardon à la personne que j'ai blessée...et
toi en elle !*

Apprends-moi le sens de ce petit mot : pardon !

Silence d'écoute avec la perle verte

3. Les perles jaunes de ma lumière

- **Avec la grosse perle jaune**

Couleur de la joie, de la chaleur, de la lumière, le jaune fait rayonner la vie et le mouvement.

Elle me dit que Jésus est « *la lumière du monde* » (Jean 8,11), qui est venu nous délivrer. Il est ressuscité, il est parmi nous.

Lecture : inviter les participants à dire de mémoire les Paroles de Jésus en « *Je suis* » en les priant. Par exemple :

Jésus ressuscité, tu es la source. Boire ton eau désaltère à jamais (4,14)

Tu es le pain de vie. Croire en toi calme toute faim (Jean 6,35)

Tu es la vraie vigne. Demeure en toi, c'est porter du fruit (15,5)

Tu es le bon berger, qui donne sa vie pour ses brebis (10,11)

Tu es la porte. Entrer par toi, c'est être sauvé (10,9)

Tu es la résurrection et la vie. Croire en toi c'est vivre pour toujours (11,25)

Tu es le chemin, la vérité et la vie. Personne ne va au Père si ce n'est par toi (14,6)...

....

Chant : « *Jésus le Christ, lumière intérieure...* » (Taizé)

- **Avec la première petite perle jaune**

Je dis à Jésus au milieu de nous : *Me voici, je me rends présent à toi, qui est au milieu de nous. Je me donne et me consacre à toi.*

Je peux lui dire ce troisième petit mot essentiel de ma prière : **me voici !**

- **Avec la deuxième petite perle jaune**

Je confie à Jésus toutes les personnes que je porte dans mon cœur.

Sois, Jésus, la lumière, le pain, le berger, la porte, la source... de

- *mon conjoint, mon enfant*
- *mes parents, mon frère, ma soeur*
- *tel autre membre de ma famille*
- *mon ami*
- *mes amis de ma communauté*
- *mon patron*
- *mon professeur*
- *mon pasteur, mon prêtre*
- *des autorités politiques, religieuses, etc.*

Silence d'écoute avec la perle verte

4. Les perles bleues de mon chemin

- **Avec la grosse perle bleue**

Le bleu est la couleur du ciel ou de la mer. Elle ouvre les horizons, invite au désir, au voyage. Le bleu me rappelle que la vie est un voyage, une marche à vivre avec la force de l'Esprit saint. « *Un saint voyage* » vers Dieu. Il est aussi la couleur du paradis.

Lectures : « *Si nous vivons par l'Esprit, marchons sous l'impulsion de l'Esprit* », dit Paul (Galates 5,25). Nous accomplirons ainsi la loi d'amour du Christ.

« *L'Esprit vient en aide à notre faiblesse* » (Rom 8, 14-16)

Chant : *Magnificat anima mea dominum* (Taizé)

Silence d'écoute

- **Avec la première petite perle bleue**

Je demande à l'Esprit saint pour que je marche sur le chemin de Jésus : dans l'esprit des Béatitudes et de son Commandement nouveau.

- **Avec la deuxième petite perle bleue**

Je prie l'Esprit pour tous mes projets. *Esprit saint, je te prie pour les personnes avec qui je vis et travaille. Que tout ce que nous faisons soit fait dans l'amour réciproque !*

Que je ne fasse rien sans toi, car en dehors de toi je ne peux rien faire (Jean 15,5)

Et quand je travaille avec d'autres frères et sœurs, je n'oublie pas que « *si deux d'entre vous, sur la terre, se mettent d'accord pour demander quoi que ce soit, cela leur sera accordé par mon Père qui est aux cieux. Car, là où deux ou trois se trouvent réunis en mon nom, je suis au milieu d'eux* ». (Matthieu 18,20)

Esprit de Jésus ressuscité, tu es au milieu de ceux qui s'aiment en son nom. Donne-nous alors de nous aimer réciproquement, selon la mesure de ton amour ! Sois le ciel parmi nous, éclaire-nous et conduis-nous !

L'amour réciproque est la perle de grand prix de l'Evangile :

*La perle de grand prix, le trésor caché,
Où les chercher, Seigneur ?
Est-ce au fond de mon âme,
Où tu verses ton Esprit ?
Est-ce dans les Ecritures
Où ton Verbe me parle ?
Est-ce dans la prière et le chant
Où tu nous unis aux anges ?*

*Est-ce dans le pain et le vin
Où tu nous rassembles en toi ?
Est-ce dans ton Eglise
Où tu enseignes ta sagesse ?*

*Dans toutes ces sources, je t'ai trouvé.
Mais la perle et le trésor
Pour lesquels je donnerais tout,
C'est l'amour réciproque et continu :
Il éclaire mon âme,
Il me fait comprendre les Ecritures
Il fait chanter mon cœur,
Il nous rassemble dans l'unité.
Il nous donne la vraie sagesse,
Et cet amour a un nom : le tien, Jésus !*

Silence d'écoute avec la perle verte

Conclusion : Revenir au cœur et conclure ce temps avec la prière du Notre Père.

Autres démarches possibles.

Chacun peut imaginer des démarches qui lui conviennent, à partir de ce bracelet de méditation et de prière. En voici quelques exemples :

- **Faire mémoire des étapes de la vie de Jésus** (comme, par exemple, les 20 mystères du Rosaire), en les méditant à partir de ces quatre questions : dans ces textes, quelle est la confiance qui s'y exprime ? Quelles sont les blessures ? Quelle est la lumière ? Quel est le chemin ? Ceux de Jésus, les miens ?
- On peut se poser les mêmes questions en **méditant d'autres textes bibliques** au moyen des trois étapes de la **lectio divina**. (lecture, méditation, prière).
 - Avec la grosse perle, je me demande ce que le texte dit (Lectio)
 - Avec la première petite perle, je me demande ce que le texte me dit (meditatio)
 - Avec la deuxième perle je me demande ce que je peux dire au Christ dans la prière (oratio)

Je vis ces trois étapes d'abord avec les perles blanches (quelle confiance s'exprime

dans le texte ; en quoi est-ce que cela me rejoint ; quelle prière puis-je dire ?). Puis les rouges, les jaunes et les bleues.

- **Méditer une tranche de sa vie** (quelques mois, l'année écoulée à la fin d'une année) au moyen de ces quatre couleurs et questions.
- **Méditer sur le sens de l'Eucharistie.** Elle est action de grâce au Père : avec les perles blanches, je lui dis ma confiance en son amour. Elle fait mémoire du don d'amour de Jésus Christ : avec les perles rouges je me souviens de la vie donnée – blessée - de Jésus jusqu'à l'extrême. Elle célèbre la résurrection du Christ : avec les perles jaunes, je reprends conscience de sa présence lumineuse parmi nous quand nous célébrons le salut. Elle se termine par une invocation de l'Esprit saint : avec les perles bleues je demande à l'Esprit de m'habiter et de me conduire sur un chemin de vie et de foi.
- **Méditer le sens des couleurs avec des personnes d'autres religions** (ou sans religion). C'est une approche pour partager sur des questions essentielles de la vie.

- **Redécouvrir le sens du signe de la croix**

Je prends le cœur du bracelet dans les doigts et demande à Dieu de nous donner « un cœur qui écoute », un cœur enflammé par l'Esprit d'amour afin que notre lumière brille devant les hommes.

Et avec les perles je fais le signe de la croix :

Je mets les perles blanches sur mon front : j'ai confiance en Dieu, le Père plein d'amour qui est au dessus de moi.

Avec les perles rouges : j'ai confiance en Jésus qui s'est abaissé jusqu'à prendre sur lui nos blessures.

Je mets les perles jaunes sur mon épaule droite : j'ai confiance en la lumière de Jésus ressuscité, mon ami, à côté de moi, au milieu de nous.

Je place les perles bleues sur mon cœur : j'ai confiance en l'Esprit qui trace un chemin de vie dans mon cœur. Je garde longtemps ces perles sur mon cœur.