

N° 4 - Juin 2026

Le moment présent

Spiritualité et charisme de la Vénérable
Mère María Güell pour aujourd'hui



*Il est des moments où l'âme a besoin de silence pour se
rappeler ce qui compte vraiment.*

REVENIR À L'ESSENTIEL

Quand la vie se remplit de bruit et que nous oublions l'essentiel

Nous vivons entourés de paroles, d'écrans, de précipitation et de préoccupations qui occupent presque chaque instant de nos journées. Tout semble urgent. Tout réclame notre attention immédiate. Sans nous en rendre compte, nous pouvons finir par vivre uniquement tournés vers l'extérieur, répondant sans cesse à ce qui nous entoure, tout en nous éloignant progressivement de nous-mêmes.

Parfois, la fatigue ne vient pas seulement du travail ou des responsabilités, mais du manque prolongé de silence intérieur. Le cœur aussi s'épuise lorsqu'il vit dans la dispersion.

Nous passons d'une chose à l'autre et remettons à plus tard ce qui soutient véritablement la vie : écouter, se reposer, contempler avec calme, partager du temps de qualité, nourrir la prière, rendre grâce et savoir s'arrêter.

L'essentiel est généralement simple et discret. Il ne fait pas de bruit et ne cherche pas à attirer l'attention. Il se cache dans ces petits moments qui passent souvent inaperçus.

La Mère Maria Güell avait profondément compris cette vérité lorsqu'elle disait :

« Celui qui garde le silence perçoit la voix de Jésus qui parle doucement au cœur dans la solitude. » (CR 18)

Peut-être avons-nous besoin de redécouvrir que tout ne dépend pas de ce que nous faisons en plus. Certaines réalités essentielles ne peuvent être accueillies qu'au plus profond de nous-mêmes.

Apprendre à vivre à nouveau de l'intérieur, avec un cœur plus unifié

L'Évangile nous montre constamment Jésus vivant avec profondeur et sérénité. Il n'est jamais dominé par la précipitation. Il marche paisiblement, s'arrête auprès des personnes, écoute leurs questions, partage la table et sait se retirer dans le silence pour rencontrer le Père.

Nous, au contraire, pouvons passer beaucoup de temps divisés intérieurement : pensant à mille choses à la fois, préoccupés par ce qui manque encore, accumulant les tensions et laissant le bruit extérieur envahir également notre monde intérieur.

Revenir à l'essentiel ne signifie pas fuir la réalité ni négliger nos responsabilités. Cela signifie apprendre à les vivre autrement : avec davantage de présence, plus d'authenticité et une paix intérieure plus profonde.

La Mère Maria Güell exprimait cette attitude par des paroles simples mais pleines de sagesse :

« Que nos mains soient occupées au travail, mais que notre cœur demeure tourné vers Dieu pour penser à Lui et l'aimer. » (CR 12)

Lorsque le cœur retrouve le silence, beaucoup de choses reprennent leur juste place. Nous découvrons alors que la véritable richesse ne consiste pas à posséder davantage, mais à vivre plus profondément les dons que nous avons déjà reçus.

Revenir au cœur pour retrouver la paix de la simplicité

Nous vivons à une époque où il est facile de se perdre dans les préoccupations, le flot incessant des informations, les exigences de la vie et un rythme toujours plus rapide. Pourtant, le cœur humain continue d'avoir besoin de ce dont il a toujours eu besoin : être écouté, se sentir aimé, vivre avec un sens profond et trouver des espaces de paix.

Parfois, nous cherchons au loin ce qui habite en réalité tout près de nous, dans le silence de notre cœur. Dieu continue de passer dans notre vie quotidienne : à travers une parole bienveillante, un moment de repos partagé, la beauté simple de chaque jour, une prière humble ou les personnes qui marchent à nos côtés.

La Mère Maria Güell nous a laissé une invitation qui demeure pleinement actuelle :

« La beauté qui compte vraiment est celle du cœur. » (CR 116)

Peut-être que le véritable renouveau commence lorsque nous cessons de courir un instant et apprenons à regarder la vie avec davantage de profondeur.

Car lorsque tout semble urgent, la chose la plus importante est peut-être de revenir au cœur.

Le moment présent
mariaguell.org
Téléchargez cette feuille sur le site
Disponible en plusieurs langues.
Missionnaires Filles du Cœur de Marie
corazondemaria.org

