

# Livret

des

# Neuvaines

---

*Neuf jours pour ancrer le désir  
dans la prière et le geste*

*VoxEnigma*  
voxenigma.com

# Avant de commencer

---



Ce livret rassemble neuf neuvaines éprouvées par la tradition chrétienne. Chacune est autonome : vous pouvez la détacher mentalement des autres et la pratiquer seule, selon votre intention.

## Les quatre règles pour tenir neuf jours

**Un horaire fixe.** Décidez avant de commencer à quelle heure vous prierez, où, et pendant combien de minutes. Sans cet ancrage, vous abandonnerez entre le quatrième et le sixième jour.

**Un support physique.** Bougie, chapelet, livret imprimé, icône. Le geste corporel informe le cerveau qu'un autre temps commence. Le téléphone, lui, ramène toujours à la distraction.

**Une intention précise.** Écrivez-la sur la page prévue à cet effet. Une demande floue produit une prière flottante.

**Un engagement concret.** Jeûne léger, aumône, écran éteint, geste de charité répété. La prière sans corps s'évapore.

## Si vous sautez un jour

Ne recommencez pas à zéro par scrupule. Reprenez le lendemain à l'endroit où vous en étiez. L'intégrité de la démarche tient à la persévérance, pas à la performance mécanique.

## Comment lire ce livret

Chaque neuvaine occupe plusieurs pages consécutives dans cet ordre : présentation du saint ou du mystère invoqué, période liturgique privilégiée, prière quotidienne à réciter chaque jour, les neuf méditations (une par jour), et un espace vierge pour noter votre intention et ce qui se déplace en vous au fil des jours.

# Saint Joseph

*Patron des travailleurs, des pères et des causes concrètes*



## **À qui s'adresser**

Époux de la Vierge Marie et père adoptif de Jésus, saint Joseph est l'intercesseur des situations quotidiennes qui touchent au pain, au toit et au travail. On l'invoque pour une recherche d'emploi, un achat immobilier, les difficultés matérielles d'une famille, ou lorsqu'un homme traverse une crise dans son rôle de père. Sa force est dans la discrétion : il agit par les circonstances, rarement par les signes.

## **Quand la prier**

De préférence entre le 10 et le 19 mars, pour achever la neuvaine le jour de sa fête. Également entre le 22 avril et le 1er mai (saint Joseph travailleur). En dehors de ces périodes, la neuvaine reste valable à tout moment de l'année.

## **Prière quotidienne (à réciter chaque jour)**

*Glorieux saint Joseph, époux de Marie, accordez-nous votre protection paternelle, nous vous en supplions par le Cœur de Jésus-Christ. Vous dont la puissance s'étend à toutes nos nécessités, et qui savez rendre possibles les choses les plus impossibles, ouvrez vos yeux de père sur les intérêts de vos enfants. Dans l'embarras et la peine qui nous pressent, nous recourons à vous avec confiance. Daignez prendre sous votre charitable conduite cette affaire importante [formulez votre intention], cause de notre inquiétude. Faites que son heureuse issue tourne à la gloire de Dieu et au bien de ses dévoués serviteurs. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : L'homme du silence**

Joseph ne prononce aucune parole dans les Évangiles. Il écoute, il obéit, il agit. Aujourd'hui, essayez d'écouter plus que de parler dans une conversation.

### **Jour 2 : L'artisan**

Il travaillait le bois avec ses mains. La sainteté passe par le geste répété, l'ouvrage bien fait. Quel est aujourd'hui l'ouvrage que vous allez faire avec soin ?

### **Jour 3 : Le protecteur**

Quand Hérode menace, Joseph se lève la nuit et fuit en Égypte. La vraie paternité protège sans bruit. Pour qui pouvez-vous être un rempart aujourd'hui ?

### **Jour 4 : Le juste**

Confronté à la grossesse inattendue de Marie, il choisit la discrétion et la miséricorde. La justice sans tendresse n'est que dureté. Où adoucir votre jugement aujourd'hui ?

### **Jour 5 : Celui qui rêve**

Dieu lui parle en songe, à quatre reprises. Notez ce soir un rêve, une intuition, une phrase entendue. Dieu passe souvent par là.

### **Jour 6 : L'exilé**

Il a traversé la frontière sans papiers, avec femme et enfant. Pensez aux migrants d'aujourd'hui, priez pour un visage précis.

### **Jour 7 : Le pauvre de Nazareth**

Sa famille vivait sobrement, loin des centres de pouvoir. La sainteté n'a pas besoin de conditions idéales. Quelle contrainte actuelle pouvez-vous habiter autrement ?

### **Jour 8 : Le passeur**

Il transmet à Jésus un métier, une prière, une manière d'être. Qu'avez-vous à transmettre aujourd'hui, et à qui ?



# Sainte Rita de Cascia

*Avocate des causes désespérées*



## **À qui s'adresser**

Veuve, religieuse augustine morte en 1457, Rita est devenue au fil des siècles la patronne de ce que l'on croyait irréversible : conflits familiaux de plusieurs générations, maladies déclarées incurables, réconciliations impossibles, situations bloquées depuis des années. Son culte repose sur un fait singulier : de son vivant, une plaie au front apparue lors d'une prière devant un crucifix ne s'est jamais refermée. Ses neuvaines sont réputées pour produire des fruits rapides quand elles sont pratiquées avec humilité.

## **Quand la prier**

De préférence du 14 au 22 mai, pour terminer le jour de sa fête. Particulièrement adaptée lors d'une impasse relationnelle, d'un diagnostic médical difficile, d'un procès, ou d'une rupture familiale ancienne.

## **Prière quotidienne (à réciter chaque jour)**

*Sainte Rita, avocate des cas désespérés, priez pour moi qui recours à vous avec confiance. Vous qui avez reçu de Dieu le privilège singulier d'être invoquée dans les situations les plus humainement perdues, regardez ma peine et présentez-la à Jésus. Obtenez-moi la grâce que je sollicite avec ferveur [formulez votre intention]. Faites que je sache, comme vous, accepter ce que je ne peux changer et changer ce que je peux, dans l'humilité du cœur. Par votre intercession, que s'ouvre ce qui semblait fermé, et que se guérisse ce qui semblait inguérissable. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : L'épouse meurtrie**

Mariée contre son gré à un homme violent, Rita a tenu dix-huit ans par la prière. Tenir n'est pas se résigner. Où tenez-vous aujourd'hui ?

### **Jour 2 : La mère endeuillée**

Elle perd son mari assassiné, puis ses deux fils. Nommez aujourd'hui un deuil qui vous habite encore.

### **Jour 3 : Celle qui pardonne**

Elle a demandé et obtenu que ses fils meurent avant de venger leur père. Un pardon peut sauver une lignée. Qui pouvez-vous cesser de maudire ?

### **Jour 4 : La refusée**

Les augustines la refusent trois fois. Elle insiste sans se plaindre. Le non reçu devient parfois le chemin du oui. Quel refus traversez-vous ?

### **Jour 5 : La veilleuse**

La légende raconte que trois saints l'ont transportée de nuit dans le monastère fermé. Aujourd'hui, soyez attentif à qui vous porte sans que vous le sachiez.

### **Jour 6 : La stigmatisée**

L'épine du Christ s'est fichée dans son front. La souffrance assumée devient lumière. Une épreuve actuelle peut-elle avoir un sens caché ?

### **Jour 7 : La jardinière**

On lui demande en mourant un figuier hors saison. Il a donné des fruits. Quel miracle infime guettez-vous aujourd'hui ?

### **Jour 8 : La rose impossible**

En plein hiver, une rose fleurit dans son jardin. Notez aujourd'hui une beauté inattendue dans votre quotidien.

### **Jour 9 : Celle qui intercède encore**

Son corps est resté incorrompu à Cascia. Les miracles attribués à Rita se comptent par milliers. Déposez votre cause et lâchez l'attente.



# Sainte Thérèse de Lisieux

*Docteur de l'Église, petite voie de confiance*



## À qui s'adresser

Carmélite morte à 24 ans en 1897, Thérèse est devenue l'une des saintes les plus aimées du XXe siècle. Sa spiritualité repose sur la confiance absolue et les petits gestes quotidiens. Elle a promis : « Je veux passer mon ciel à faire du bien sur la terre » et « Je ferai tomber une pluie de roses. » Sa neuvaine est particulièrement indiquée pour les discernements délicats, les choix de vie, les questions vocationnelles et les demandes de signes.

## Quand la prier

De préférence du 22 septembre au 1er octobre, jour de sa fête. Beaucoup la pratiquent aussi avant une décision importante, un entretien, un choix professionnel ou un engagement affectif. Les roses reçues pendant la neuvaine sont notoires.

## Prière quotidienne (à réciter chaque jour)

*Petite Thérèse de l'Enfant Jésus et de la Sainte Face, toi qui as promis de faire tomber une pluie de roses sur la terre, regarde avec bonté mon intention [formulez votre intention]. Toi qui as gravi la montagne de la sainteté par la petite voie de la confiance, apprends-moi à cesser de me fier à mes forces pour me remettre entre les mains de Dieu comme un enfant. Obtiens-moi la grâce que je demande, si elle est conforme à la volonté du Seigneur, et, quoi qu'il advienne, la paix du cœur et la certitude d'être aimé. Pour la gloire de Dieu et le salut des âmes. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : La toute petite**

Entrée au Carmel à quinze ans, morte à vingt-quatre. La sainteté n'attend pas. Qu'est-ce qui, en vous, n'a pas besoin d'attendre ?

### **Jour 2 : La confiance**

Elle écrit : « Tout est grâce. » Même ce qui vous blesse aujourd'hui peut entrer dans ce regard. Essayez pour une heure.

### **Jour 3 : La petite voie**

Pas de grands exploits, mais les petits gestes offerts. Aujourd'hui, choisissez un geste minuscule et cachez-le.

### **Jour 4 : La sœur difficile**

Thérèse choisit d'aimer spécialement la sœur qui l'agace. Qui vous agace cette semaine ? Faites un geste pour elle sans qu'elle le sache.

### **Jour 5 : L'obscurité de la foi**

Les dix-huit derniers mois de sa vie ont été une nuit spirituelle totale. La foi tient même sans lumière. Tenez bon.

### **Jour 6 : La malade**

Elle meurt de tuberculose en étouffant. Elle continue à prier pour les missions. À qui pouvez-vous penser aujourd'hui plutôt qu'à vous-même ?

### **Jour 7 : L'écrivain**

Elle rédige « Histoire d'une âme » sans penser à la publication. Un écrit intime peut devenir nourriture pour des millions. Écrivez quelque chose ce soir.

### **Jour 8 : La promesse**

« Je veux passer mon ciel à faire du bien sur la terre. » Guettez aujourd'hui un signe, une rose, une coïncidence.

### **Jour 9 : Docteur de l'Église**

Elle a été proclamée docteur en 1997, alors qu'elle n'a fait aucune étude théologique. L'intelligence du cœur dépasse les diplômes. Faites confiance à la vôtre.



# L'Esprit Saint

*La neuvaine des origines, entre Ascension et Pentecôte*



## **À qui s'adresser**

Cette neuvaine est la matrice de toutes les autres. Entre l'Ascension du Christ et la Pentecôte, Marie et les apôtres ont prié pendant neuf jours dans la chambre haute de Jérusalem. Le dixième, l'Esprit Saint est descendu sur eux. Cette neuvaine est spécialement indiquée pour demander lumière, discernement, courage, consolation, ou avant une décision majeure. On l'adresse à l'Esprit sous ses sept dons : sagesse, intelligence, conseil, force, science, piété, crainte de Dieu.

## **Quand la prier**

Dans la période liturgique, chaque année, du lendemain de l'Ascension jusqu'à la veille de la Pentecôte (neuf jours). En dehors de cette période, cette neuvaine reste adaptée à tout moment de confusion, de doute ou de choix important.

## **Prière quotidienne (à réciter chaque jour)**

*Viens, Esprit Saint, remplis le cœur de tes fidèles et allume en eux le feu de ton amour. Envoie ton Esprit et tout sera créé, et tu renouvelleras la face de la terre. Ô Dieu qui as instruit le cœur de tes fidèles par la lumière du Saint Esprit, accorde-nous, par ce même Esprit, d'avoir le goût du bien et de jouir toujours de sa consolation. Je te demande humblement, Esprit Saint, la grâce dont j'ai besoin aujourd'hui [formulez votre intention]. Donne-moi tes sept dons pour traverser ce qui m'attend : sagesse, intelligence, conseil, force, science, piété et sainte crainte. Par Jésus, le Christ, notre Seigneur. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : La sagesse**

Goûter les choses de Dieu. Savourez aujourd'hui un moment qui semblait banal, et cherchez-y la présence.

### **Jour 2 : L'intelligence**

Pénétrer le sens caché. Relisez un texte qui vous a marqué et cherchez la couche que vous aviez manquée.

### **Jour 3 : Le conseil**

Savoir quoi faire ici et maintenant. Demandez l'Esprit pour une seule décision précise de cette semaine.

### **Jour 4 : La force**

Tenir là où l'on voudrait fuir. Nommez la peur qui vous habite et priez pour rester debout dedans.

### **Jour 5 : La science**

Voir les créatures comme Dieu les voit. Regardez un visage aimé aujourd'hui avec une attention renouvelée.

### **Jour 6 : La piété**

Se rapporter à Dieu comme à un Père. Priez ce matin en commençant simplement par : Papa.

### **Jour 7 : La crainte**

Non la peur, mais l'émerveillement devant la grandeur. Cherchez aujourd'hui un moment qui vous coupe le souffle.

### **Jour 8 : Le vent**

À la Pentecôte, un grand vent emplit la maison. Ouvrez une fenêtre ce soir et écoutez.

### **Jour 9 : Le feu**

Des langues de feu se posent sur chacun. Allumez une bougie pendant cette prière et regardez-la brûler.



# Marie qui défait les nœuds

*Pour les situations emmêlées et les transmissions blessées*



## À qui s'adresser

Cette dévotion remonte à un tableau peint en 1700 par Johann Melchior Schmidtner à Augsburg. Le pape François, alors jeune prêtre jésuite en Allemagne, l'a découverte et l'a diffusée en Argentine puis dans le monde entier. Elle est particulièrement adaptée aux situations embrouillées : conflits familiaux sur plusieurs générations, dossiers administratifs inextricables, blessures héritées de l'enfance, relations cassées dont on ne sait plus par quel bout reprendre.

## Quand la prier

À tout moment de l'année. Traditionnellement commencée à la fin du mois, elle peut aussi être débutée avant une rencontre familiale délicate, un procès, ou quand une impression de blocage généralisé domine plusieurs aspects de la vie.

## Prière quotidienne (à réciter chaque jour)

*Vierge Marie, Mère qui n'a jamais abandonné un enfant appelant au secours, Mère dont les mains travaillent sans cesse pour tes enfants bien-aimés car elles sont mues par l'amour divin et la miséricorde infinie qui jaillit de ton cœur, tourne ton regard compatissant vers moi. Vois l'amas de nœuds qui étouffent ma vie. Tu connais mon désespoir et ma douleur. Tu sais combien ces nœuds me paralysent. Marie, Mère commise par Dieu pour défaire les nœuds de la vie de tes enfants, je remets entre tes mains le ruban de ma vie. Dans tes mains, il n'y a pas un nœud qui ne puisse être défait [formulez votre intention]. Mère puissante, par la grâce et le pouvoir d'intercession que tu reçois de ton Fils Jésus, délivre-moi, avec une tendresse toute maternelle. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : Le premier nœud**

Identifiez aujourd'hui le nœud le plus ancien de votre histoire. Pas pour le défaire seul, mais pour le nommer.

### **Jour 2 : Le nœud hérité**

Certains nœuds viennent d'avant vous. Pensez à une blessure familiale transmise sur plusieurs générations.

### **Jour 3 : Le nœud du couple**

Les liens conjugaux s'emmêlent avec le temps. Priez pour une relation amoureuse, la vôtre ou celle d'un proche.

### **Jour 4 : Le nœud du pardon**

Il est plus difficile de pardonner que d'oublier. Nommez un pardon que vous n'arrivez pas à donner.

### **Jour 5 : Le nœud administratif**

Dossier bloqué, démarche impossible, procédure absurde. Confiez-le aujourd'hui sans y penser le reste de la journée.

### **Jour 6 : Le nœud du corps**

Une tension physique est parfois un nœud émotionnel ancien. Écoutez où votre corps se crispe cette semaine.

### **Jour 7 : Le nœud du cœur**

Une rancune, une amertume. On peut la déposer sans forcer. Demandez la grâce de la laisser partir.

### **Jour 8 : Le nœud de la foi**

Parfois on croit sans y croire vraiment. Nommez un doute qui vous habite, sans chercher à le résoudre.

### **Jour 9 : Le ruban qui se déroule**

Visualisez ce soir un long ruban qui se déroule lentement entre les mains de Marie. Laissez-la faire.



# Sacré-Cœur de Jésus

*Pour les retournements intérieurs profonds*



## **À qui s'adresser**

Cette dévotion a pris son essor au XVII<sup>e</sup> siècle avec les apparitions à sainte Marguerite-Marie Alacoque à Paray-le-Monial. Le Sacré-Cœur est l'image du Christ qui aime jusqu'à laisser voir son cœur transpercé. Cette neuvaine est la plus indiquée pour les demandes touchant à l'intime : cœur endurci, incapacité à aimer, blessure affective ancienne, besoin de miséricorde, retour à la foi, grande lassitude spirituelle. C'est la neuvaine des grands retournements.

## **Quand la prier**

Traditionnellement pendant le mois de juin (mois du Sacré-Cœur), et spécialement dans les neuf jours précédant la fête du Sacré-Cœur (vendredi après le Corpus Christi). Chaque premier vendredi du mois est également propice.

## **Prière quotidienne (à réciter chaque jour)**

*Ô Sacré-Cœur de Jésus, à qui il est impossible de ne pas avoir compassion des affligés, aie pitié de nous, pauvres pécheurs, et accorde-nous les grâces que nous te demandons, par le Cœur très saint et immaculé de Marie, ta tendre Mère et la nôtre [formulez votre intention]. Cœur sacré de Jésus, je mets toute ma confiance en toi. Ô mon Jésus, tu as dit : « En vérité, je vous le dis, tout ce que vous demanderez à mon Père en mon nom, il vous le donnera. » En ton nom, je demande au Père la grâce de ma requête. Cœur sacré de Jésus, j'ai confiance en toi. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : Le cœur transpercé**

Sur la croix, un soldat transperce le côté de Jésus. De la plaie coulent sang et eau. L'amour vrai est toujours un cœur ouvert. Où avez-vous fermé le vôtre ?

### **Jour 2 : Le cœur qui brûle**

Les disciples d'Emmaüs disent : « Notre cœur n'était-il pas brûlant ? » Cherchez aujourd'hui ce qui, en vous, brûle encore.

### **Jour 3 : Le cœur de chair**

Dieu promet : « J'ôterai le cœur de pierre et je mettrai un cœur de chair. » Nommez ce qui s'est durci en vous ces derniers mois.

### **Jour 4 : Le cœur miséricordieux**

Jésus pleure sur Jérusalem. Les larmes sont une prière. Qui pleurez-vous en secret ?

### **Jour 5 : Le cœur humble**

« Apprenez de moi que je suis doux et humble de cœur. » L'humilité n'est pas se rabaisser, c'est cesser de se comparer.

### **Jour 6 : Le cœur qui aime**

Le véritable amour passe par le corps : un geste, un repas, une présence. Qui pouvez-vous aimer concrètement aujourd'hui ?

### **Jour 7 : Le cœur blessé par l'ingratitude**

À Paray-le-Monial, le Christ se plaint de l'ingratitude des hommes. Pensez à quelqu'un dont vous n'avez jamais remercié le geste.

### **Jour 8 : Le cœur rayonnant**

Le Sacré-Cœur est entouré de rayons. La charité rayonne sans s'épuiser. Diffusez aujourd'hui une chaleur sans raison.

### **Jour 9 : Le cœur livré**

« Voici ce Cœur qui a tant aimé les hommes. » Livrez ce soir votre propre cœur, avec ses failles, sans chercher à le réparer d'abord.



# Saint Antoine de Padoue

*Pour retrouver ce qui est perdu*



## **À qui s'adresser**

Franciscain portugais mort en 1231, Antoine est le saint des choses perdues au sens le plus large : objets égarés, proches avec qui l'on a perdu contact, foi vacillante, vocation oubliée, sens de sa vie égaré. Sa neuvaine est réputée très rapide, avec des signes parfois concrets (un objet retrouvé, un appel inattendu). La tradition veut qu'on promette une aumône aux pauvres en échange de la grâce demandée (« le pain de saint Antoine »).

## **Quand la prier**

De préférence du 5 au 13 juin, pour terminer le jour de sa fête. Également adaptée aux treize mardis précédant sa fête, selon une tradition ancienne. À tout moment en cas de perte importante, matérielle ou immatérielle.

## **Prière quotidienne (à réciter chaque jour)**

*Saint Antoine de Padoue, ami des pauvres et consolateur des affligés, vous à qui Dieu a accordé le privilège insigne de retrouver ce qui est perdu, aidez-moi à retrouver ce qui me manque aujourd'hui [formulez votre intention]. Mais plus que cet objet ou cette personne ou cette grâce, aidez-moi à retrouver Dieu là où je l'ai égaré en moi-même. Par votre intercession, que je reçoive ce dont j'ai besoin, et que mon cœur apprenne à ne s'attacher qu'à ce qui ne se perd pas. En échange de votre aide, je promets un geste concret envers les pauvres. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : Le livre perdu**

Un novice vole son livre de prières. Antoine prie, le novice revient bouleversé et rapporte le livre. Qu'est-ce qui vous a été pris injustement ?

### **Jour 2 : L'objet égaré**

Dressez aujourd'hui la liste de trois choses que vous cherchez depuis longtemps. Objets, contacts, souvenirs.

### **Jour 3 : La vocation oubliée**

Jeune, Antoine voulait être martyr en Afrique. Dieu l'a conduit à prêcher en Italie. Quelle vocation de jeunesse avez-vous enterrée ?

### **Jour 4 : La foi égarée**

La foi se perd par la fatigue plus que par le doute. Où la vôtre s'est-elle diluée dans la routine ?

### **Jour 5 : Le pauvre retrouvé**

Antoine disait voir le Christ dans chaque mendiant. Donnez aujourd'hui quelque chose, même minuscule, à une personne en rue.

### **Jour 6 : La parole juste**

Antoine prêchait aux poissons quand les hommes refusaient de l'écouter. Parlez aujourd'hui à quelqu'un qui n'attendait pas votre parole.

### **Jour 7 : L'enfant retrouvé**

Il est souvent représenté tenant Jésus enfant dans ses bras. Pensez à un enfant qui compte pour vous, priez pour lui nommément.

### **Jour 8 : La relation perdue**

Un proche s'est éloigné sans que vous sachiez pourquoi. Écrivez-lui un mot ce soir, même si vous ne l'envoyez pas.

### **Jour 9 : Le sens retrouvé**

Parfois ce qu'on a perdu n'est pas ce qu'on croit. Relisez votre intention de départ. A-t-elle changé ?



# Les âmes du Purgatoire

*Neuvaine d'intercession réciproque avec les défunts*



## **À qui s'adresser**

Cette neuvaine est l'une des plus anciennes et des plus oubliées aujourd'hui. Elle repose sur la conviction que les défunts en chemin de purification ont besoin de nos prières, et qu'en retour ils intercèdent puissamment pour nous une fois arrivés au ciel. Les témoignages de grâces obtenues par cette dévotion sont innombrables dans l'histoire de l'Église. Adaptée pour un deuil récent, l'anniversaire d'un décès, ou simplement pour confier un défunt oublié.

## **Quand la prier**

Particulièrement pendant le mois de novembre (mois des défunts), à partir du 2 novembre (commémoration des fidèles défunts). Également à chaque anniversaire d'un décès. À tout moment pour un défunt qui pèse sur le cœur.

## **Prière quotidienne (à réciter chaque jour)**

*Seigneur Jésus-Christ, Roi de gloire, délivre les âmes de tous les fidèles défunts des peines du purgatoire et de l'abîme. Délivre-les de la gueule du lion, afin que l'enfer ne les engloutisse pas et qu'elles ne tombent pas dans les ténèbres. Que l'étendard de saint Michel les introduise dans la sainte lumière que tu as promise autrefois à Abraham et à sa postérité. Je te confie particulièrement [nommez le ou les défunts concernés]. Accorde-lui le repos éternel et la paix. Et vous, âmes saintes du purgatoire, lorsque vous serez dans la gloire, souvenez-vous de moi et priez pour l'intention que je dépose aujourd'hui. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : Le visage oublié**

Pensez à un défunt que plus personne ne prie. Un grand-oncle, une voisine, un soldat anonyme. Priez pour lui par son prénom.

### **Jour 2 : Le deuil non fait**

Certains deuils sont restés en travers. Nommez celui que vous n'avez pas traversé jusqu'au bout.

### **Jour 3 : La dette impayée**

Un défunt à qui vous deviez quelque chose (un pardon, une gratitude, une explication). Parlez-lui aujourd'hui.

### **Jour 4 : Le lien qui persiste**

L'amour ne s'arrête pas à la mort. Racontez mentalement à un défunt aimé ce que vous avez vécu aujourd'hui.

### **Jour 5 : La chaîne des générations**

Vous priez pour ceux qui vous ont précédé. D'autres prieront pour vous. Vous faites partie d'une chaîne plus vaste que votre vie.

### **Jour 6 : Les défunts sans prière**

Pensez aux morts anonymes : naufragés, exilés, victimes de guerre. Déposez une prière pour ceux que personne ne nomme.

### **Jour 7 : La purification**

Le purgatoire n'est pas une punition mais une purification par amour. Quelle part de vous aurait besoin d'être purifiée dès maintenant ?

### **Jour 8 : L'intercession reçue**

Soyez attentif aujourd'hui à ce qui pourrait être un signe d'un défunt qui prie pour vous. Une pensée, un parfum, une phrase entendue.

### **Jour 9 : La communion des saints**

Nous formons une seule famille spirituelle avec ceux qui sont partis. Confiez votre intention à toute la famille invisible.



# Archange saint Michel

*Pour le combat spirituel et la protection*



## À qui s'adresser

Michel (« Qui est comme Dieu ? ») est le chef des armées célestes dans la tradition biblique et patristique. Son culte est antérieur à la plupart des dévotions chrétiennes et traverse le judaïsme, le christianisme et l'islam. Cette neuvaine est adaptée aux situations de combat spirituel intense, aux sentiments d'oppression, aux protections à demander sur un lieu, une personne, un projet menacé. Également utile avant un engagement important où l'on pressent des obstacles.

## Quand la prier

De préférence du 21 au 29 septembre, pour terminer le jour de sa fête (saint Michel et les archanges). Adaptée à tout moment en cas de menace, d'épreuve spirituelle, de passage délicat, ou pour protéger un proche vulnérable.

## Prière quotidienne (à réciter chaque jour)

*Saint Michel archange, défendez-nous dans le combat, soyez notre protecteur contre la méchanceté et les embûches du démon. Que Dieu exerce sur lui son empire, nous vous en supplions. Et vous, prince de la milice céleste, par le pouvoir divin qui vous a été confié, précipitez au fond des enfers Satan et les autres esprits mauvais qui rôdent dans le monde pour la perte des âmes. Saint Michel, je vous confie particulièrement [formulez votre intention]. Étendez votre protection sur ceux que j'aime, sur les lieux où je vis, sur les projets que je porte. Que votre glaive de lumière écarte tout ce qui menace, et que votre présence m'enseigne à combattre en vérité ce qui doit l'être en moi-même d'abord. Amen.*

## **Les neuf jours : une méditation par jour**

### **Jour 1 : Qui est comme Dieu ?**

Le nom même de Michel est une question qui rabat tout orgueil. Cherchez aujourd'hui où vous vous prenez trop au sérieux.

### **Jour 2 : Le combat**

La vie spirituelle est un combat, pas une sieste. Quel combat fuyez-vous actuellement ?

### **Jour 3 : L'ennemi visible**

Toute personne qui nous nuit n'est pas un ennemi spirituel. Distinguez aujourd'hui entre les conflits humains et le vrai combat intérieur.

### **Jour 4 : L'ennemi invisible**

Certaines oppressions ne viennent pas de vous. Confiez à Michel ce qui pèse sans raison claire.

### **Jour 5 : Le glaive**

Michel est représenté armé. L'épée spirituelle, c'est la parole de Dieu. Prenez aujourd'hui un verset qui vous fortifie.

### **Jour 6 : La balance**

Michel est parfois représenté pesant les âmes. Faites ce soir le bilan honnête d'une seule journée.

### **Jour 7 : Le protecteur des lieux**

Mont-Saint-Michel, Monte Sant'Angelo, Sacra di San Michele : il protège des lieux stratégiques. Confiez votre maison à sa garde.

### **Jour 8 : Le guide des défunts**

Il accompagne les âmes au jugement. Pensez à un défunt proche et confiez-le à Michel ce soir.

### **Jour 9 : La victoire silencieuse**

Le combat spirituel se gagne souvent sans bruit. Une tentation vaincue, une parole retenue, un pardon donné.



## Après les neuf jours



La fin de la neuvaine n'est pas la fin du chemin. Les fruits viennent souvent dans les semaines qui suivent, rarement le dernier jour. Restez attentif aux coïncidences, aux phrases entendues, aux rencontres inattendues, aux rêves marquants. Tenez un petit journal si vous le pouvez.

Et si rien ne semble se produire, c'est aussi une réponse. Parfois Dieu répond par le silence pour nous apprendre à désirer autrement. Sainte Monique a prié vingt ans pour la conversion de son fils. Ce fils s'appelait Augustin.



*Ce livret vous est offert par VoxEnigma.  
voxenigma.com*