

Il y a autant de façons de prier que de personnes ; et pour une même personne, il n'y a pas qu'une seule façon de prier. Car nous prions tous de différentes manières à différentes étapes de notre vie. Notre façon de prier change souvent en rapport à la croissance de notre relation d'amour avec Dieu.

A l'approche de la fin de l'année 2020, cela fait 9 mois que nous vivons cette période de pandémie. Cette année sera sans doute la plus extraordinaire, et probablement la plus difficile, de notre vie car, en quelque sorte, nous avons tous été "infectés" par le virus de la Covid-19.

Alors, arrêtons-nous et posons-nous la question : du point où nous sommes et à l'approche de l'année 2021, où allons-nous ?

Une façon de prier qui peut vous aider en cette période difficile s'appelle "la relecture", connue aussi parfois sous le nom de "examen"* : prier en posant le regard sur l'année écoulée.

Je vous invite donc à prendre du recul par rapport à vos activités quotidiennes et, avec les yeux de la foi/Dieu, à regarder les événements passés de votre vie pour noter les moments où Dieu a été présent, que vous lui ayez demandé de l'être, ou pas. On est loin d'une analyse car c'est ensemble, avec lui, avec « ses yeux » que vous verrez et reconnaîtrez les moments de grâce de l'année écoulée, en laissant remonter à l'esprit vos expériences de joie et de tristesse, ainsi que les moments de douleur et de guérison.

Préparer l'espace : Introduction

Commencez par envisager votre journée et décidez à quel moment vous pouvez vous mettre à l'écart pendant 15 à 20 minutes, dans un espace où vous pouvez simplement "être", de préférence tôt le matin ou bien le soir. Vous avez peut-être déjà un "espace" de prière qui vous est familier. Vous pouvez vous aider d'une bougie allumée ou d'une icône posée devant vous ou encore une photo préférée. Il est bon aussi d'avoir une Bible à portée de main ainsi que de quoi écrire.

En entrant dans ce lieu de silence, prenez le temps de vous poser et de demander à Dieu de pouvoir être pleinement présent à ce moment, de "lâcher" les occupations de la journée. Demandez la grâce que tout votre être – corps, esprit et âme – soit attentif à sa présence pendant ce moment.

Une bonne question à se poser au cours de ce temps de recueillement est : où Dieu se trouve-t-il dans tout cela ?

Les sept "points" suivants fournissent une structure simple à la relecture

Transition

"Tu es précieux et honoré à mes yeux, et je t'aime" (Is 43)

Vous êtes en présence de Dieu, en présence de l'Amour. Prenez conscience de cet Amour avec lequel Dieu vous regarde maintenant, comme si c'était la première fois.

Un moment pour rendre grâce

En réfléchissant à la présence de Dieu dans votre vie au cours de l'année écoulée, voyez ce qui vous revient à la mémoire. Remarquez la bienveillance dont vous avez fait l'expérience à travers Son amour pour vous, et ce qui a élevé votre esprit, aussi anodin que ce puisse être. Ne forcez pas, ne devenez pas trop analytique – simplement voyez, remarquez et retenez ce qui émerge, en rendant grâce à Dieu pour tout ce qui a eu lieu.

Un temps pour demander à Dieu la compréhension -

Maintenant, demandez à être éclairé et guidé pour aller plus en profondeur afin de pouvoir comprendre comment l'amour de Dieu a agi en vous et à travers vous au cours de cette année.

Un moment pour faire le point

Avec Dieu, rappelez-vous les lieux, les peuples et les événements, revisitant et relisant l'année. Cherchez les mouvements du cœur et les pensées qui vous ont amené à agir. Remarquez quand vous

vous êtes senti plus proche de Dieu et en paix, ainsi que les moments où Dieu a semblé absent. Qu'est-ce qui a entravé ou fait obstacle à votre relation d'amour avec Dieu ?

Un moment pour demander le pardon et la guérison

Il se peut que, à certains moments, vous n'avez pas répondu à l'amour de Dieu à l'œuvre en vous. Il faut du temps pour que cela vienne à la surface. Ne soyez pas dur envers vous-même et ne portez pas de faux jugements. Restez avec cette expérience. Puis demandez à Dieu son pardon et une miséricorde abondante, faisant confiance à l'immensité de son amour, qui enlève tous les fardeaux, chasse la peur, panse les blessures et vous remet sur le chemin de la vie.

Un temps de renouvellement

À l'approche de cette nouvelle année 2021, prenez conscience de toute préoccupation, anxiété ou crainte profonde qui pourrait devenir un obstacle sur votre chemin de foi. Soyez à l'écoute de vos désirs les plus intimes et nourrissez le désir d'approfondir votre connaissance intérieure de Jésus au cœur de l'Évangile. Demandez ce dont vous avez le plus besoin pour vivre pleinement en présence de Dieu. Avant tout, faites confiance à Dieu sachant qu'il est toujours avec vous et que "son amour et sa grâce vous suffisent".

Transition

Ensuite, lorsque vous êtes prêt, ramenez doucement votre attention là où vous êtes, dans la pièce, terminez votre prière en remerciant Dieu pour ce temps passé ensemble, priant avec vos propres mots ou avec des mots qui vous sont familiers, comme le Notre Père, selon ce qui vous semble juste et confortable.

Cette courte introduction à la "relecture" comme manière de prier a été une séance de "dégustation" ; lorsqu'elle est pratiquée pendant un certain temps, elle peut devenir un moyen de prier au quotidien. Si vous vous sentez attiré par cette façon de passer en revue l'année écoulée, vous pouvez "prier" au fil des saisons, à votre propre rythme

Nous vous souhaitons une nouvelle année 2021 bénie et paisible.

Vous pouvez télécharger ce document à partir du lien sur le site

**"La relecture de la journée" – parfois appelée "l'examen" – est un exercice qui consiste à prendre le temps de réfléchir de façon priante sur les événements de la journée, pour reconnaître comment Dieu est présent dans nos vies et comment il nous guide.*

L'exercice de réfléchir sur nos expériences quotidiennes dans la prière est une ancienne tradition dans l'Église. St Ignace de Loyola (1491-1556) a su pourtant donner à cette réflexion une structure particulière, comme explicitée ici.