

**RETRAITE EN LIGNE** : Cette retraite peut se faire à tout moment de l'année

## JOUR 2

### Vie spirituelle

# Demander ce que je veux...

Vous avez peut-être constaté ce matin que nous vous avons proposé une certaine manière de prier :

- Elle consiste d'abord à se rendre présent au Seigneur, que l'on résume parfois en disant « me voici »
- On se remet en mémoire le texte de la Parole de Dieu avec lequel on va prier
- Et avant de commencer, on demande au Seigneur une grâce, c'est-à-dire ce que l'on désire recevoir de lui.

Cette manière de faire n'est qu'un moyen pour nous aider à prier et à entrer dans une plus grande liberté intérieure c'est-à-dire à nous rendre disponibles à ce que le Seigneur veut nous dire.

Chaque jour nous demanderons une grâce différente. Mais vous pouvez aussi en demander une autre, selon le point où vous en êtes, selon ce que vous sentez au fond du cœur...

Ce matin, par exemple, nous avons demandé le désir de mieux connaître le Seigneur et de vivre en sa présence.

## **On peut se dire : mais pourquoi demander une grâce au Seigneur ?**

Dans les évangiles, Jésus suscite souvent le désir de ceux qu'il rencontre ; on l'entend souvent dire : « que veux-tu que je fasse pour toi ? »

Ainsi, dans sa rencontre avec un homme malade depuis 38 ans (Jn 5, 1-8), Jésus lui demande : « Veux-tu être guéri ? » (v5) N'est-ce pas une question étrange ? N'est-ce pas évident que cet homme voudrait guérir ? Et d'ailleurs, l'homme ne lui répond pas « oui, je voudrais bien guérir » ; mais il lui explique qu'il ne peut pas accéder à la piscine où il pourrait guérir...

Dans d'autres situations, comme dans le dialogue avec la samaritaine, médité ce matin, Jésus conduit les personnes à faire elles-mêmes la demande personnelle. On se souvient de cette parole de la samaritaine : « Seigneur, donne-moi de cette eau, que je n'aie plus soif, et que je n'aie plus à venir ici pour puiser » (Jn 4, 15)

Et l'on pourrait multiplier ainsi les exemples où Jésus invite ses interlocuteurs à entrer dans une relation personnelle avec lui et en éveillant leur désir.

Saint Augustin, au IV<sup>e</sup> siècle, donne 2 raisons pour nous encourager à demander à Dieu ce que nous voulons dans la prière :

- La première raison est que cela enflamme notre désir, et nous rend capables de recevoir ce que Dieu veut nous donner, la vie qu'il veut nous donner ;
- La seconde raison est que cela nous permet d'entrer dans une attitude filiale envers Dieu, de devenir davantage enfant de Dieu, d'entrer dans une communion plus grande avec Lui.

Voilà, pourrait-on dire, le point de départ et le fruit attendu de toute prière : un désir qui ne cesse de grandir de rencontrer le Seigneur et de partager sa vie chaque jour.

## **Quelle grâce demander ?**

Demander « ce que je veux et désire » comme le propose Ignace de Loyola, c'est faire une demande adaptée à l'étape où j'en suis.

Dans une retraite ignatienne, celui qui donne la retraite fait des propositions qui conviennent à chaque étape de la retraite :

- La grâce d'une connaissance intérieure de Jésus pour mieux l'aimer et le suivre
- Celle de ne pas rester sourd à son appel
- Ou encore la compassion avec le Christ souffrant
- La grâce de reconnaître tout le bien reçu
- etc.

Nous le voyons, il ne s'agit pas d'une introspection compliquée, il s'agit simplement de laisser monter notre désir de Dieu en fonction de la Parole méditée. Il n'y a pas une « bonne » et une « mauvaise » demande.

**Est-ce si facile que ça de demander une grâce ? Avons-nous bien envie de demander une grâce ?** On est toujours un peu tentés d'oublier de faire cette demande, au début de la prière. Il nous est aussi parfois difficile de formuler ce que nous voulons et cela peut avoir des causes diverses, telles que celles-ci :

- nous ne savons pas exactement ce que nous voulons, ni peut-être même ce que nous cherchons ;
- nous pensons, à tort, que nous ne pouvons faire qu'une seule demande alors nous hésitons, de peur de nous tromper ;

Oui, la demande de grâce peut demander un certain courage, un certain « lâcher prise » :

- courage d'oser exprimer à Dieu ma demande tout simplement, même si elle paraît bizarre à mes yeux, impossible à réaliser, voire inaccessible ;

- courage de chercher quel est mon vrai désir car cela demande un travail de vérité, de simplification qui peut d'ailleurs conduire à une libération. Et si je n'y arrive pas, St Ignace conseille de demander tout simplement « le désir du désir ».

- courage, enfin, d'accepter par avance l'imprévisible, car non seulement il est possible que je sois exaucé(e) mais il est aussi probable que je le sois bien au-delà de ce que j'avais demandé.

### **Le colloque**

A la fin de la prière, nous sommes invités à parler à Dieu « comme un ami parle à un ami » nous dit Ignace. De quoi s'agit-il ?

C'est un élan du cœur, un moment d'intimité, qui naît de ce qui s'est passé pendant le temps d'oraison.

Cela peut-être :

- un merci pour la rencontre
- une question dont on voudrait reparler au Seigneur
- un regret pour une difficulté rencontrée
- un souci partagé
- une demande de grâce

Oui, vraiment, on parle simplement à Dieu « comme un ami parle à un ami ».

Quand on demandait au Curé d'Ars ce qui se passait quand il priait, il répondait en parlant de de Dieu : « Il m'avise et je l'avise ».

Lorsque la Parole de Dieu nous a touchés, elle suscite en nous une parole en retour. Il est donc important d'en garder une trace après la prière, de noter ce qui nous a marqués et ce que nous avons dit au Seigneur.

Cela permet de vivre, jour après jour, dans une foi plus grande en la présence agissante du Seigneur dans notre vie.

C'est aussi de tout cela qu'il convient de parler dans un accompagnement spirituel : la tonalité de la prière, ce qui a été facile ou difficile, ce qui a touché, ce que cela nous a fait dire au Seigneur.

L'accompagnateur, qui nous écoute, peut nous aider à reconnaître plus pleinement ce que nous avons reçu pour que nous puissions entrer davantage dans la louange ; il peut aussi nous aider à déblayer le chemin pour que nous puissions entrer plus avant dans la recherche et la rencontre du Seigneur.

Hélène Daccord, xavière

**RETRAITE EN LIGNE** : Cette retraite peut se faire à tout moment de l'année

## JOUR 2

### Prière d'alliance

#### « MERCI »

Prier, c'est parler à Dieu « comme un ami parle avec son ami ». Quand je suis avec un ami, j'aime l'entendre me parler de ce qui l'intéresse, de ce qu'il vient de faire.

J'aime aussi lui parler de ce qui me concerne, me tient à cœur ou me préoccupe ; je lui raconte ce que je viens de vivre, je lui dis ce que j'ai l'intention de faire dans les jours qui viennent. Je lui fais assez confiance pour lui faire confiance.

Dans ma prière, j'aime écouter la parole de Dieu en étant attentif à ce qu'Il me dit. J'aime aussi prier avec ma vie.

Chacune de nos journées, en effet, est une page d'Évangile. Dieu m'y fait signe de toutes sortes de manières, à travers ce qui est arrivé pour moi, autour de moi et dans le monde.

J'aime ainsi raconter à Dieu ce que je viens de faire, ce qui a laissé des traces dans ma chair, sur mes mains ou mes jambes, ce qui me fait mal à la tête ou battre le cœur ; j'aime évoquer le visage, le regard, les larmes ou le sourire de ceux et celles que je rencontre, avec qui je travaille. J'aime lui parler de mes combats, et même de mes refus, de ce que j'ai vécu de facile ou de difficile.

C'est ce que l'on appelle la prière d'alliance. Et c'est ce que nous allons vivre maintenant.

Emmanuèle Jacquart, xavière

## Prière d'alliance

**Je me rends présent à Dieu**, en lui disant : Seigneur, me voici.

Cette attitude est importante, c'est peut-être le moment le plus important de ma prière.

Plus que le passé, ce qui importe, c'est ce moment avec le Seigneur, maintenant.

**D'un geste (un signe de croix, une inclination...)**, je me tourne vers Toi, Seigneur, qui es la source et la finalité de ma vie ; l'espace d'un instant, je considère comment Tu me regardes. Dans le silence de mon cœur, je te dis : « Seigneur, me voici ».

\* \* \*

**Ce soir**, nous prenons à nouveau un moment devant le Seigneur ; après le temps du « Me voici », nous prendrons plus particulièrement **le temps du MERCI**.

**Dans tout ce que j'ai vécu aujourd'hui, en quoi puis-je dire MERCI, de quoi puis-je rendre grâce au Seigneur ?** Comment le Seigneur travaillait-il pour moi, pour la venue du Royaume de Dieu... Qu'est-ce qui a été motif de joie, de reconnaissance, de paix ?

Ce soir j'ai des choses à dire au Seigneur à partir de ce qui s'est passé dans ma journée, de ce qui est arrivé comme arrive l'inattendu...

**Je lui rends grâces pour ce qu'Il est, mon maître et mon ami.**

**Dans l'Eucharistie, ce pain qu'est ma vie, avec ses joies et ses peines, deviendra son Corps.**

\* \* \*

### 1<sup>er</sup> point

**Je regarde ma journée** : mon temps de prière avec la Samaritaine, mes activités de ce jour...

Je laisse remonter à ma mémoire les événements de cette journée qui me conduisent à rendre grâce au Seigneur... : une balade qui m'a fait goûter la beauté de ta création... Un repas bien réussi qui a fait la joie de la famille... Des amis qui sont venus me voir...

Pour sa présence en ce jour, je prends le temps de la gratitude, je prends le temps de lui dire **MERCI**.

## **2<sup>ème</sup> point**

Je laisse monter aussi en moi un **MERCI** pour la vie, ce don merveilleux qui habite toute la création... **Pour la vie qui circule là où je ne l'attendais plus** : un conflit qui s'est bien résolu ; une activité qui a bien marché ; un pardon que je différerais depuis longtemps ; une parole d'Évangile vécue pour de vrai, pleine d'amour et de charité... Un événement dans le monde qui fait mon admiration...

**Je me laisse toucher par cette surabondance de la vie.**

## **3<sup>ème</sup> point**

Si je ne suis pas dans un sentiment de louange ou de joie ce soir... mais si je suis dans une situation difficile, douloureuse, alors, dans une simple pensée, je reconnais que le Seigneur est là, **je me confie à Lui au cœur des difficultés. Ce sera cela mon action de grâce.**

## **Fin de la prière**

J'achève ce temps de prière avec le Seigneur Jésus qui le premier a rendu grâce au Père ; nous disons simplement le premier temps du Notre Père :

Notre Père qui es aux cieux...

Que ton Nom soit sanctifié...

Que ton Règne vienne...

Que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel...

Au nom du Père et du Fils et du Saint Esprit. Amen !