

Accueillir Dieu.

Pour accueillir Dieu, c'est très simple... il faut le faire avec vos mots. Accueillez Dieu, dites-lui que vous désirez passer ce temps avec lui, demandez que tout ce que vous êtes et tout ce qui vous habite vous aide à le rejoindre et à se laisser rejoindre par lui : votre humeur du jour, les questions qui vous tracassent, les désirs qui sont en vous etc.

Ignace de Loyola nous propose une formule, qui rassemble tout ce que nous venons de dire en quelques mots : *'Demander à Dieu notre Seigneur sa grâce pour que toutes mes intentions, mes actions et mes opérations soient purement ordonnées au service et à la louange de sa divine Majesté.'* Si les mots datent d'un autre âge, le sens en est assez simple : *'Que tout ce que je suis soit dirigé vers Dieu, que je l'accueille avec mon histoire, mon être, ainsi que mes désirs, c'est-à-dire mon passé, mon présent et mon futur.'*

Pour prier :

1. Comme j'en ai maintenant l'habitude, je choisis mon lieu de prière :

En fonction de mon agenda, le lieu peut varier. Cela peut être :

A la maison : je choisis la pièce, puis l'endroit dans la pièce.

Au bureau ou au travail.

Dans une chapelle, l'église : vais-je rester dans la nef principale, me placer dans une chapelle, devant le saint sacrement ?

En transport en commun ou à pied...

Puis la durée :

Quand on débute une retraite, nous sommes souvent pleins d'élan généreux, prêts à de longues prières... mais souvent la réalité nous rappelle à l'ordre et le risque alors de baisser les bras est grand. Voici ce que je vous propose :

Vous débutez dans la prière ? Prenez 20 mn.

Vous avez déjà suivi une retraite ? Prenez 30 mn ou 45 mn, mais n'hésitez pas à commencer petit et d'augmenter par la suite pour éviter les courbatures...

Je prends les dispositions pour être au calme : (téléphone éteint...)

Il nous faut un environnement convivial.

Pourquoi ne pas se créer un petit coin de prière ? Y-a-t-il assez de lumière ? Je peux préparer une bougie, placer une icône ou une croix ou une image que j'aime bien. Et si je suis devant mon ordinateur ou ma tablette je peux mettre une image qui me porte à la prière.

Ensuite me protéger des perturbations.

Pour cela je vérifie que ne je peux pas être dérangé durant ma prière. Pas de rendez-vous prévu, le téléphone mis en mode silencieux, la porte est fermée, mes alertes mail, Facebook ou twitter sont désactivées. J'ai à portée de bras ce qui me sera nécessaire : Bible, montre pour savoir l'heure.

2. [Avec les mots qui viennent à mon cœur, j'accueille la présence de Dieu auprès de moi.](#)

Il est là et me regarde avec le regard d'un père qui m'aime tel que je suis. Avec mes talents et mes travers, mes joies et mes peines, mes forces et mes faiblesses. C'est moi tout entier qu'il aime, comme je n'ai jamais été aimé... Je prends un instant pour accueillir ce regard.

'Que tout ce que je suis, sois dirigé vers toi Seigneur. Je T'accueille avec mon histoire, mon être, ainsi que mes désirs ; Je T'accueille avec mon passé, mon présent et mon futur'.

Aujourd'hui, je vous propose d'accueillir Dieu avec Le psaume 130

- [Lire ce psaume.](#)

Le lire plusieurs fois, pourquoi pas puisqu'il est court, l'apprendre par cœur et le répéter pour le laisser faire son œuvre de paix en moi.

Seigneur, je n'ai pas le cœur fier ni le regard ambitieux.

Je ne poursuis ni grands desseins, ni merveilles qui me dépassent.

Non, mais je tiens mon âme égale et silencieuse.

Mon âme est en moi comme un enfant, comme un petit enfant contre sa mère.

Attends le Seigneur, Israël, maintenant et à jamais.

- [Admirer et méditer sur ces 3 attitudes](#)

Simplicité, confiance, espérance.

La simplicité : *Seigneur, je n'ai pas le cœur fier ni le regard ambitieux.*

Je ne poursuis ni grands desseins, ni merveilles qui me dépassent.

La confiance : *Non, mais je tiens mon âme égale et silencieuse.*

Mon âme est en moi comme un enfant, comme un petit enfant contre sa mère.

L'espérance : *Attends le Seigneur, Israël, maintenant et à jamais.*

- [Méditer ce psaume avec le Peuple de l'Alliance](#)

Le psalmiste a renoncé à l'orgueil du cœur, des yeux, des actes pour lui-même et pour son peuple. Goûter le fruit de paix que cela donne.

Seigneur, je n'ai pas le cœur fier ni le regard ambitieux.

Je ne poursuis ni grands desseins, ni merveilles qui me dépassent.

Non, mais je tiens mon âme égale et silencieuse.

- Je vous propose aussi de redire ce psaume en contemplant une image de Marie tenant dans ses bras son enfant Jésus.

Mon âme est en moi comme un enfant, comme un petit enfant contre sa mère.

Un enfant contre sa mère.

Ce fut l'attitude de Jésus dans les bras de Marie.

Le Verbe de Dieu dans la petitesse de l'enfant remis en confiance dans nos mains.

M'étonner de cela.



- Pour finir, je parle à Dieu ou à Jésus comme un ami parle à un ami, mais aussi comme un serviteur parle à son maître. Je lui partage ce qui est venu dans la prière, avec une grande confiance, mais aussi un grand respect.

Et maintenant pour cette semaine :

Oser le bonjour ! La vie courante nous offre de multiples occasions de saluer nos amis, nos proches... mais aussi les inconnus. Dans les transports en commun, dans les boutiques, les supermarchés, dans la rue, dans un ascenseur, sur pas de porte, dans une église... Durant ces quelques jours, je m'efforce de saluer celui qui me croise, celui que je rejoins, celui qui me rejoint. Facile me direz-vous ? Essayer et faites le bilan en fin de journée... Il y a des bonjours automatiques, mais qui sont vides de sens. Ce ne sont pas ceux-là que désire entendre Jésus quand il nous rejoint en chemin.