Préface

Cet ouvrage nous propose de retrouver une discipline spirituelle très ancienne, celle de l'office ou rendez-vous quotidien avec Dieu. Mais il le fait d'une manière à la fois simple et originale.

Cette discipline trouve ses racines dans l'Écriture elle-même et la tradition de la prière juive. Il nous est dit, par exemple, que Daniel priait et louait le Seigneur « trois fois par jour » (Daniel 6.11). Mais c'est la tradition monastique qui a institutionnalisé cette forme de prière liturgique, très largement centrée sur les psaumes. De nombreuses fois dans la journée, les moines cessaient leurs activités et se retrouvaient pour louer et prier le Seigneur.

Cette discipline, adaptée dans sa forme au mode de vie plus habituel et souvent éclaté qui est celui de la plupart des chrétiens d'aujourd'hui, est une aide précieuse pour nous aider à structurer le temps, à laisser la Parole de Dieu et la prière nourrir notre journée. Comme l'auteur le dit très bien, c'est à chacun de trouver son rythme et les durées qui conviennent aux conditions qui sont les siennes. Ce petit livre vient donc s'ajouter à d'autres, dans le protestantisme, qui permettent de trouver un support pour nous aider à entrer dans cette régularité de la prière, lors de temps fixés chaque jour.

La forme est très sobre : pour chaque moment, une lecture assez brève, une courte méditation contenant souvent un texte d'un auteur spirituel assez classique et une prière.

Mais l'ouvrage a une autre spécificité, c'est celle de s'inscrire dans la ligne de ce que Peter Scazzero a déjà apporté dans ses ouvrages précédents. Ce rendez-vous quotidien avec Dieu aidera donc ceux qui connaissent et apprécient la démarche spirituelle qu'il propose à l'approfondir, jour après jour. C'est ainsi que la

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

méditation est suivie par une question qui peut orienter notre propre réflexion.

Que l'on connaisse ou non les autres livres de notre auteur, on pourra entrer avec profit dans ce parcours de huit semaines. Notre foi trouvera dans ces rappels quotidiens un enracinement nouveau et, à travers les nombreuses citations offertes, une ouverture à un héritage précieux que nous ignorons souvent, celui de l'Église dans la richesse de sa diversité.

Louis Schweitzer

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

[...]

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

Jour 1

Rendez-vous du matin

SILENCE, CALME ET RECENTRAGE SUR DIEU *(2 MINUTES)*

❖ Lecture de l'Écriture : Marc 11.15-17

Ils arrivèrent à Jérusalem. Jésus entra dans la cour du Temple et se mit à en chasser les marchands qui s'étaient installés dans l'enceinte sacrée ainsi que leurs clients ; il renversa les comptoirs des changeurs d'argent ainsi que les chaises des marchands de pigeons ; il ne laissa personne transporter des marchandises dans l'enceinte du Temple.

Puis, s'adressant à tous, il les enseigna en disant : N'est-il pas écrit : *On appellera ma maison une maison de prière pour tous les peuples* ? Mais vous, vous en avez fait *une caverne de brigands*.

❖ Méditation

La colère intense de Jésus et le renversement des tables de la cour du Temple devraient nous couper le souffle. Jésus sait que si l'on n'accède pas à Dieu, des trésors incalculables seront perdus ou resteront cachés. Nous perdons l'espace où l'on expérimente l'amour infaillible de Dieu et son incroyable pardon. Nous perdons la perspective éternelle de ce qui est important et de ce qui ne l'est pas. Nous perdons la compassion. Nous gagnons le monde mais nous perdons notre âme (Marc 8.36-37).

Être libre pour Dieu

Il faudrait
en moi,
comme le Seigneur chassant les vendeurs du Temple,
dégager la voie,
au milieu de tout
ce qui est de second ordre
et qui m'encombre,

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

vers ce grand vide fondamental
à l'intérieur duquel
Dieu est présent. (Jean Daniélou[4])

❖ Question de réflexion

Comment décririez-vous « ce qui est de second ordre » dans votre vie et qui pourrait « bloquer le chemin » vers l'expérience de Dieu ?

_____

_____

_____

_____

❖ Prière

Seigneur, aide-moi à voir combien grande est ma perte quand je te perds. La perspective que j'ai de ma vie et de toute la vie se trouve distordue quand je ne te fais pas de place, obscurcissant ainsi ton amour pour moi. Ton amour vaut mieux que la vie et je désire vraiment goûter davantage à cet amour. Au nom de Jésus, amen.

CONCLURE PAR LE SILENCE *(2 MINUTES)*

4. Adaptation sous forme poétique et à la première personne du singulier de ce que Jean Daniélou écrivait en parlant des Églises dans son *Essai sur le mystère de l'histoire*, Paris, Cerf, 1982, p. 154. Cité ainsi dans Esther De Waal, *Lost in Wonder. Rediscovering the Spiritual Art of Attentiveness*, Collegeville, Liturgical Press, 2003, p. 19.

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

Rendez-vous du soir

SILENCE, CALME ET RECENTRAGE SUR DIEU *(2 MINUTES)*

❖ Lecture de l'Écriture : 1 Samuel 15.22-23

> Samuel lui dit alors :
> Les holocaustes et les sacrifices font-ils autant plaisir à l'Éternel que l'obéissance à ses ordres ? Non ! Car l'obéissance est préférable aux sacrifices, la soumission vaut mieux que la graisse des béliers.
> Car l'insoumission est aussi coupable que le péché de divination et la désobéissance aussi grave que le péché d'idolâtrie. Puisque tu as rejeté les ordres de l'Éternel, lui aussi te rejette et te retire la royauté.

❖ Méditation

Saül, le premier roi d'Israël, ne connaissait pas grand-chose au silence ou à l'écoute de Dieu. Comme David, c'était un dirigeant politique, doué, oint par Dieu et aux succès militaires nombreux. Mais, à la différence de David, nous ne le voyons jamais rechercher la présence de Dieu. Dans ce passage, le prophète Samuel réprimande Saül pour le fait d'accomplir de nombreux actes religieux (comme offrir des sacrifices et des offrandes), mais sans prendre suffisamment le temps d'écouter Dieu et de « tenir compte » de ce qu'il dit (verset 22).

> Il faut avant tout consacrer du temps au silence et à la contemplation, surtout si nous vivons dans de grandes villes où tout n'est qu'agitation. [...]
> Je commence toujours à prier par le silence : c'est dans le silence du cœur que Dieu parle. Dieu est l'ami du silence et nous devons L'écouter, parce que ce ne sont pas nos paroles qui comptent, mais ce que Lui nous dit, et ce qu'Il dit à travers nous. Ce que le sang est au corps, la prière l'est à l'âme ; elle la rapproche de

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

Dieu et purifie notre cœur. Alors, le cœur purifié nous pouvons voir Dieu, Lui parler et découvrir Son amour en la personne de chacun de nos frères humains. (Mère Teresa[5])

❖ Question de réflexion

Comment pourriez-vous avoir plus de plages de silence dans votre vie pour écouter Dieu ?

_____

_____

_____

_____

❖ Prière

Range le désordre de mon cœur, ô Dieu, jusqu'à ce que je sois assez calme pour t'entendre parler dans le silence. Dans ces courts instants, aide-moi à m'arrêter, à écouter, à attendre, à rester tranquille, à permettre à ta présence de m'envelopper. Au nom de Jésus, amen.

CONCLURE PAR LE SILENCE *(2 MINUTES)*

5. Mère Teresa, *Un chemin tout simple*, trad. Frances Georges-Catroux et Claude Nesle, Paris, Plon/Mame, 1995, p. 43-44.

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

Table des matières

Préface (Louis Schweitzer) 3
Remerciements 5
Introduction 7

Semaine 1. Le problème de la spiritualité en mauvaise santé émotionnelle 15
Jour 1 17
Jour 2 21
Jour 3 25
Jour 4 29
Jour 5 33

Semaine 2. Connais-toi toi-même afin de connaître Dieu 37
Jour 1 39
Jour 2 43
Jour 3 47
Jour 4 51
Jour 5 55

Semaine 3. Revenir en arrière pour mieux aller de l'avant 59
Jour 1 61
Jour 2 65
Jour 3 69
Jour 4 73
Jour 5 77

Semaine 4. Le voyage à travers le mur 81
Jour 1 83
Jour 2 87
Jour 3 91
Jour 4 95
Jour 5 99

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com

Semaine 5. Élargir son âme en passant par des deuils et des pertes 103
Jour 1 105
Jour 2 109
Jour 3 113
Jour 4 117
Jour 5 121

Semaine 6. Découvrir le rythme du rendez-vous quotidien et du Sabbat 125
Jour 1 127
Jour 2 131
Jour 3 135
Jour 4 139
Jour 5 143

Semaine 7. Grandir pour devenir un adulte mûr sur le plan émotionnel 147
Jour 1 149
Jour 2 153
Jour 3 157
Jour 4 161
Jour 5 165

Semaine 8. Prochaine étape : développer une règle de vie 169
Jour 1 171
Jour 2 175
Jour 3 179
Jour 4 183
Jour 5 188

Appendice. Un guide pour prier la prière du Seigneur, le « Notre Père » 193

© Excelsis – Tous droits réservés – XL6.com