

Aujourd'hui, samedi 9 décembre, je m'apprête à relire ma semaine, la première semaine de l'Avent qui s'achève.

Avant de démarrer ma prière je vérifie comment je suis installé(e), comment je me sens. Je prends le temps de respirer profondément.

Je me présente au Seigneur avec respect. Je me dispose à la prière en appelant Dieu intérieurement. Je demande la grâce de mieux connaître mon désir profond.

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

Je demande maintenant au Seigneur de stimuler ma mémoire pour que je me rappelle de ma semaine. Je prends quelques minutes en silence pour en faire revenir le cours en me promenant à travers les lieux où je suis passé(e).

En me souvenant de mon emploi du temps, j'essaie de sentir dans quel état je suis resté(e) après chaque activité marquante: plutôt enthousiaste ou abattu(e)? Plutôt dynamique ou découragé(e)?

1. Où est-ce que j'ai pu repérer de l'insatisfaction pendant cette semaine ? Une frustration, une envie d'autre chose?

2. Dans quelques semaines nous fêtons Noël, où Dieu a voulu partager notre condition humaine. Il s'est incarné dans une vie quotidienne ordinaire comme la mienne. Le salut que Dieu nous propose passe déjà par ces lieux très concrets de ma vie. Est-ce que je peux formuler ces lieux d'insatisfaction autrement ? Non pas comme un manque mais comme une attente de quelque chose ?

3. "Dieu s'est penché sur son humble servante" dit Marie. A cette étape de ma prière sur la semaine, je prends conscience que mon désir profond est signe de vie, signe de Dieu tout proche qui veut me guider vers le mieux. Je réfléchis sur ce que j'ai envie de lui répondre.

4. Je prends un temps pour adresser directement au Christ les remerciements, les demandes de pardon, ou les intentions qui émergent de ma prière.

Notre Père chanté par les fraternités de Jérusalem.

Je peux poursuivre ma méditation où l'achever maintenant, avec un signe de croix. Je peux également écrire ce que je retiens de ce dialogue avec Dieu, pour pouvoir relire mon chemin.