

Pendant cette année, le quotidien sera rythmé par différents temps : certains arides, insatisfaisants, tristes... d'autres joyeux, plus apaisants, ou dynamiques...

Ignace nous invite à être attentifs à la succession de ces mouvements intérieurs, de ces états. La prière de relecture régulière est un bon moyen de garder la mémoire de ces motions. Vécue régulièrement elle devient le lieu d'une véritable alliance avec Dieu. On l'appelle d'ailleurs parfois : "Prière d'alliance". Cette régularité est la pierre angulaire du discernement.

Quelques conseils de Saint Ignace pour la route.

Dans les moments secs où je manque d'élan, Ignace recommande de reprendre les phrases du Christ qui nous rappellent sa proximité.

Deuxième invitation d'Ignace, ne pas abandonner la prière dans les moments de désolation même si l'envie en sera grande. Ignace encourage même à la prolonger d'une minute pour montrer, par cette décision, notre volonté de nous attacher à l'Esprit du Christ. Autre conseil, ne surtout pas modifier une décision prise, ou prendre une décision radicale quand je suis dans une situation désolante. C'est plutôt le moment de s'accrocher aux décisions précédentes.

Dans les moments joyeux, Ignace nous exhorte à rendre grâce, à remercier Dieu pour ce don.

Et dans la vie courante, Ignace nous encourage à prendre des forces par la prière régulière.

Pour aller plus loin, je peux écouter le podcast prière d'alliance.