

# « Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne  
avec Prie en Chemin

## Simplifier mon quotidien

### Cinquième semaine de Carême

**“Heureux les coeurs libres, ils vivront dans l’amitié du Christ !”**

On pourrait inventer une béatitude de ce type, qui rappellerait la promesse qui nous est faite quand nous grandissons en liberté. De semaine en semaine, sommes-nous en train d’alléger notre cœur dans la joie ? Ou est-ce que la routine du Carême nous a fait tomber soit dans l’indifférence soit dans une démarche de pénitence aux accents culpabilisateurs ? Il est temps, pour cette dernière semaine avant la passion du Christ, de nous fixer de nouveau vers l’objectif de liberté pour mieux le suivre.

Il nous dit dans l’un des textes de la semaine : “Si vous demeurez fidèles à ma parole, vous êtes vraiment mes disciples ; alors vous connaîtrez la vérité, et la vérité vous rendra libres.” Jn 8, 31-42. La fidélité à la parole, la posture de disciple et l’apprentissage de la vérité sont donc ce qui nous permettra d’être libres. Si on comprend profondément cette proposition, on perçoit que la liberté, contrairement à ce qu’on pourrait en dire communément, est le fruit d’une disposition d’écoute.

### Ecouter pour être libres

“C’est quoi ce bruit ?” tout le monde dans la pièce suspend son geste. L’écoute attentive nécessite que nous nous arrêtions...Or nos vies sont souvent bien pleines : d’engagements et de responsabilités pour certains,

# « Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne  
avec Prie en Chemin

de 'passe-temps' pour d'autres, de bruit et de sollicitations numériques dans notre société. La pression est forte, surtout chez les 'actifs' pour que notre temps soit "rentabilisé", efficace. Quelle place pour l'écoute au milieu de ce brouhaha ?

Le texte de ce lundi est bien connu : une foule veut lapider une femme adultère. La vie d'une personne est en jeu, et Jésus est mis à l'épreuve à cause de son enseignement : on peut imaginer la tension ! Face à cela, Jésus s'abaisse au sol, et trace des traits dans le sable, en silence. Ce geste mystérieux a donné lieu à de multiples interprétations. Nous pouvons aussi l'imaginer comme un signe d'écoute. Nous faisons parfois ce genre de gestes distraits quand nous sommes concentrés sur la parole d'un autre : avez-vous déjà, peut-être il y a quelques années, joué avec le cordon du téléphone en écoutant votre interlocuteur ? Au milieu même de la situation la plus grave, et nous en avons à plusieurs niveaux autour de nous, Jésus nous invite à prendre la liberté d'être inactifs. Pour écouter.

## L'exercice spirituel

### 1. Prendre le pouls de ma vie

Je prends de la hauteur pour contempler ma semaine. Qu'est-ce qu'elle dit de ma vie ? Est-ce qu'elle bat la chamade ? Ou est-ce qu'elle est déjà au rythme de la parole de Dieu ? Est-ce qu'il y a des temps d'inactivité ? D'écoute ? Est-ce que cela me fait peur d'être inactif ?

# « Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne  
avec Prie en Chemin

## 2. Ménager du temps pour dresser l'oreille...jusqu'à la semaine sainte !

J'essaie de prévoir dans ma semaine un temps de sabbat, un temps qui n'est pas forcément un temps de prière à proprement parler, mais qui peut donner lieu à une autre forme d'écoute, dans une sorte de disponibilité. S'il m'est impossible de libérer ainsi du temps, je peux réfléchir à un autre pas qui va dans cette direction : ne pas écouter de musique ou la radio pendant des temps d'inactivité, ne pas remplir les temps d'attente avec mon portable, commencer ma journée dans le silence, aller me promener sans objectif.

## Et la semaine prochaine ?

Ce sera la semaine sainte, et nous voudrions suivre les pas du Christ chaque jour, être avec Lui pour vivre profondément le mystère de Pâques. Déjà, ces 5 dernières semaines, nous avons tenté de repérer certains attachements et de nous en libérer. Sans être aujourd'hui des super-héros de la sainteté, nous sommes davantage prêts à la réalité douloureuse et joyeuse de la mort et de la Résurrection du Christ.

# « Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne  
avec Prie en Chemin

## Relecture de la semaine

Je m'apprête à relire ma semaine avec Dieu.

Je me dispose pour entrer en prière. Je fais ce qu'il faut pour pouvoir pleinement me concentrer sur ce temps. Je prends en note les pensées qui continuent de m'occuper et je les présente à Dieu. Je demande maintenant à l'Esprit-Saint de m'habiter, de m'inspirer. Je me concentre sur ce souffle de vie en moi, et dans le monde qui m'entoure.

Avec l'aide de l'Esprit Saint et de ses dons de sagesse et de conseil, je relis ma semaine. Je parcours les moments qui ont été importants, chargés d'émotion ou de conséquences, mais aussi le flou des heures routinières, qui sont passées sans que je ne m'en rende compte. Je m'arrête sur ce qui m'a durablement affecté, et j'en nourris mon dialogue intérieur, inspiré par l'Esprit Saint.

Je finis cet examen de ma semaine.

Je demande à l'Esprit Saint de m'aider à discerner quels ont été cette semaine, les moments où j'ai été à l'écoute de sa Parole. Je peux penser à des temps de prière, de silence, ou une disponibilité qui a permis que je sois attentif à la présence de Dieu dans ma vie. Je lui demande aussi de m'éclairer sur les occasions ratées, où j'ai été trop distrait ou occupé pour l'écouter.

Je formule une demande de pardon, une action de grâce ou une prière, selon ce qui monte dans mon cœur.

Je me remets en présence de cet Esprit-Saint, force de vie en moi, don gratuit de Dieu. Je lui dis mon désir de me mettre à son écoute plus souvent, lui qui est esprit de discernement.

Alors que ce temps de prière se termine, je me tourne vers le Père.

# « Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne  
avec Prie en Chemin

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.  
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.  
Pardonne-nous nos offenses,  
comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés.  
Et ne nous laisse pas entrer en tentation  
mais délivre-nous du Mal.

Amen