

Premier jour :

Entrer dans l'émerveillement

pour nous approcher de Dieu

Grâce à demander : ouvrir notre cœur à l'émerveillement devant la création

Cette première journée est l'occasion de lâcher la bride, de quitter mon rythme habituel de vie pour me rendre disponible à l'accueil du don de Dieu. Un des moyens est de prendre le temps gratuit de contempler la nature : les paysages, les plantes, les animaux, etc. C'est le moment de me promener, de déployer tous mes sens les uns après les autres : écouter le chant de l'eau, des oiseaux et des grillons, sentir les parfums de l'herbe foulée, de l'humus et des fleurs, voir les couleurs et les lumières, toucher les arbres, sentir le vent sur le visage,... Être profondément présent à ce qui m'entourne, et si possible m'en émerveiller, c'est le premier pas de la prière. Cette démarche pourra être continuée les autres jours.

C'est le moment aussi de laisser remonter le désir qui m'habite, dans ma relation à moi-même, aux autres, à Dieu et à la nature

Psaume 8 : Heureux est l'homme



02 Ô Seigneur, notre Dieu,
qu'il est grand ton nom
par toute la terre !

Jusqu'aux cieux, ta splendeur est chantée
03 par la bouche des enfants, des tout-petits :
rempart que tu opposes à l'adversaire,
où l'ennemi se brise en sa révolte.

04 A voir ton ciel, ouvrage de tes doigts,
la lune et les étoiles que tu fixas,
05 qu'est-ce que l'homme pour que tu penses à lui,
le fils d'un homme, que tu en prennes souci ?

06 Tu l'as voulu un peu moindre qu'un dieu,
le couronnant de gloire et d'honneur ;
07 tu l'établis sur les œuvres de tes mains,
tu mets toute chose à ses pieds :

08 les troupeaux de bœufs et de brebis,
et même les bêtes sauvages,
09 les oiseaux du ciel et les poissons de la mer,
tout ce qui va son chemin dans les eaux.

10 R/ O Seigneur, notre Dieu,
qu'il est grand ton nom
par toute la terre !

Autre référence :
Psaume 112, les splendeurs de la création



Evangile selon saint Matthieu 6, 25-34

C'est pourquoi je vous dis : Ne vous souciez pas, pour votre vie, de ce que vous mangerez, ni, pour votre corps, de quoi vous le vêtirez. La vie ne vaut-elle pas plus que la nourriture, et le corps plus que les vêtements ? 26 Regardez les oiseaux du ciel : ils ne font ni semailles ni moisson, ils n'amassent pas dans des greniers, et votre Père céleste les nourrit. Vous-mêmes, ne valez-vous pas beaucoup plus qu'eux ?

27 Qui d'entre vous, en se faisant du souci, peut ajouter une coudée à la longueur de sa vie ? 28 Et au sujet des vêtements, pourquoi se faire tant de souci ? Observez comment poussent les lis des champs : ils ne travaillent pas, ils ne filent pas.

29 Or je vous dis que Salomon lui-même, dans toute sa gloire, n'était pas habillé comme l'un d'entre eux. 30 Si Dieu donne un tel vêtement à l'herbe des champs, qui est là aujourd'hui, et qui demain sera jetée au feu, ne fera-t-il pas bien davantage pour vous, hommes de peu de foi ? 31 Ne vous faites donc pas tant de souci ; ne dites pas : "Qu'allons-nous manger ?" ou bien : "Qu'allons-nous boire ?" ou encore : "Avec quoi nous habiller ?" 32 Tout cela, les païens le recherchent. Mais votre Père céleste sait que vous en avez besoin. 33 Cherchez d'abord le royaume de Dieu et sa justice, et tout cela vous sera donné par surcroît. 34 Ne vous faites pas de souci pour demain : demain aura souci de lui-même ; à chaque jour suffit sa peine.



Laudato Si' : §225 à 226. Par ailleurs, aucune personne ne peut mûrir dans une sobriété heureuse, sans être en paix avec elle-même. La juste compréhension de la spiritualité consiste en partie à amplifier ce que nous entendons par paix, qui est

beaucoup plus que l'absence de guerre. La paix intérieure des personnes tient, dans une large mesure, de la préservation de l'écologie et du bien commun, parce que, authentiquement vécue, elle se révèle dans un style de

vie équilibré joint à une capacité d'admiration qui mène à la profondeur de la vie. La nature est pleine de mots d'amour, mais comment pourrions-nous les écouter au milieu du bruit constant, de la distraction permanente et anxieuse, ou du culte de l'apparence ? Beaucoup de personnes font l'expérience d'un profond déséquilibre qui les pousse à faire les choses à toute vitesse pour se sentir occupées, dans une hâte constante qui, à son tour, les amène à renverser tout ce qu'il y a autour d'eux. Cela a un impact sur la manière dont on traite l'environnement. Une écologie intégrale implique de consacrer un peu de temps à retrouver l'harmonie sereine avec la création, à réfléchir sur notre style de vie et sur nos idéaux, à contempler le Créateur, qui vit parmi nous et dans ce qui nous entoure, dont la présence « ne doit pas être fabriquée, mais découverte, dévoilée ».[155]

226. Nous parlons d'une attitude du cœur, qui vit tout avec une attention sereine, qui sait être pleinement présent à quelqu'un sans penser à ce qui vient après, qui se livre à tout moment comme un don divin qui doit être pleinement vécu. Jésus nous enseignait cette attitude quand il nous invitait à regarder les lys des champs et les oiseaux du ciel, ou quand en présence d'un homme inquiet « il fixa sur lui son regard et l'aima » (Mc 10, 21). Il était pleinement présent à chaque être humain et à chaque créature, et il nous a ainsi montré un chemin pour surmonter l'anxiété malade qui nous rend superficiels, agressifs et consommateurs effrénés.



Citation Philippe Roch :

« Je ne rejette en rien le progrès scientifique, mais je lui refuse la prétention de tout comprendre et de tout expliquer ». Ma spiritualité dans la nature, p. 15