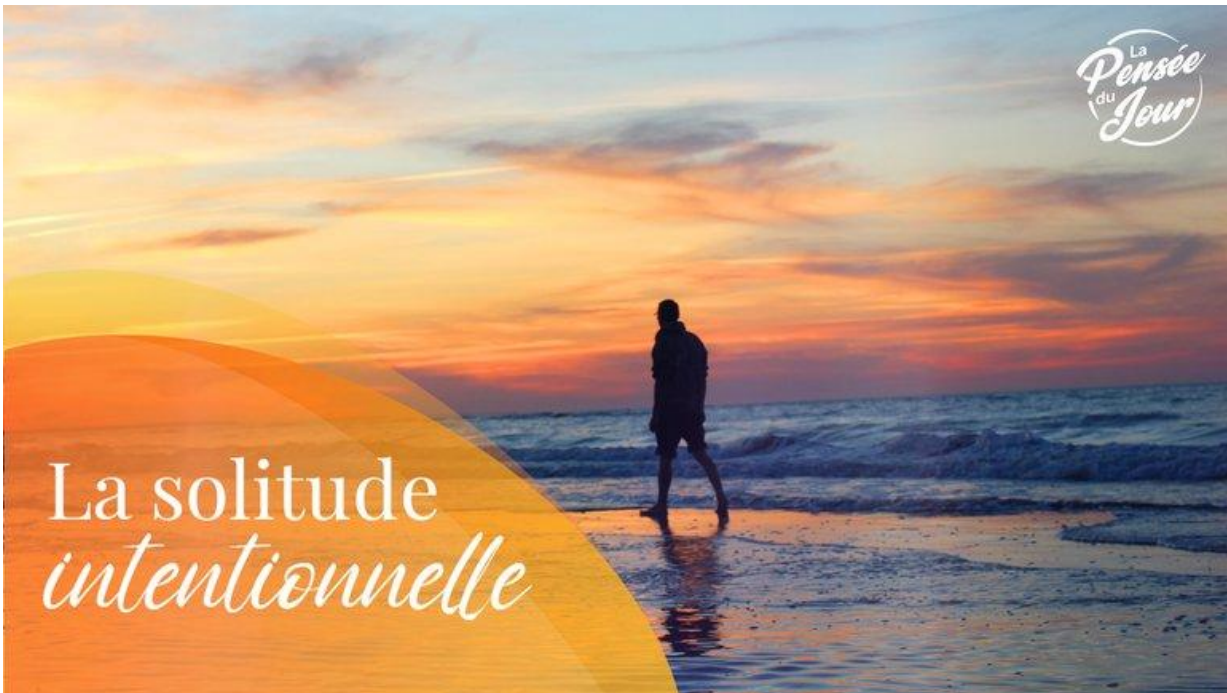


La solitude intentionnelle



Sonder les Écritures

“

Dieu, tu es mon Dieu ! C'est toi que je recherche. Mon âme a soif de toi, mon corps même ne cesse de languir après toi comme une terre aride, desséchée et sans eau (...) Lorsque je suis couché, mes

pensées vont vers toi, je médite sur toi tout au long de la nuit.

Psaume 63. 2, 7

Depuis ma plus tendre enfance où je m'enfermais dans la salle de bain de mon HLM avant d'aller à l'école, jusqu'à aujourd'hui, où je monte sur la colline et marche à travers les vignes, je ressens un besoin vital de me retrouver en tête à tête avec Dieu. C'est là que je répands mon cœur devant lui, loin du regard des autres. Je prie, je pleure, je crie, je chante, je danse... C'est là que je me ressource émotionnellement et spirituellement. Ces moments sont comme la manne dans le désert qui n'était comestible que le jour même. C'est quotidiennement que j'ai besoin de ces temps de solitude intentionnelle.

Suzanna Wesley, la mère des deux célèbres évangélistes anglais du 18ème siècle, avait l'habitude de prier deux heures par jour entourée de ses dix enfants. Elle s'asseyait sur son fauteuil et remontait son tablier sur la tête pour trouver un peu d'intimité et de "solitude" avec son Dieu.

Jésus, tout Fils de Dieu qu'il était, ressentait lui aussi ce besoin dans son humanité.

- Que fait-il quand il apprend la mort de Jean-Baptiste ? "Quand Jésus entendit la nouvelle, il quitta la contrée en barque et se retira, à l'écart, dans un endroit désert." ([Matthieu 14.13](#)).

Jésus avait probablement des "pourquoi ?" à poser à son Père, des larmes à répandre devant lui et une consolation à recevoir du Saint Esprit.

- Que fait-il quand son emploi du temps se surcharge et qu'il cherche à prendre du recul pour se ressourcer ? "De grandes foules affluaient (...) Mais lui se retirait dans des lieux déserts pour prier." ([Luc 5.15-16](#))

- Que fait-il pour discerner les démarches à entreprendre pour accomplir le plan de Dieu ? "Jésus se retira sur une colline pour prier (...) À l'aube, il appela ses disciples auprès de lui et choisit douze d'entre eux." ([Luc 6.12-13](#))

- Que fait-il pour découvrir les priorités de son ministère ? "En pleine nuit, il se leva et sortit. Il alla dans un lieu désert pour y prier. Simon et ses compagnons partirent à sa recherche (...) Allons ailleurs, leur répondit-il, dans les villages voisins !" ([Marc 1.35-36, 38](#))

Mes chers amis, prenez bien soin de vous ! Dans ce monde parfois étouffant dans lequel nous évoluons, ces temps de solitude intentionnelle sont indispensables pour notre santé en 3 D (corps, âme, esprit). Jésus nous a montré la voie.

Ecouter la voix de Dieu

Prenons le temps d'écouter ce que Dieu veut dire. Êtes-vous asséché, fatigué, chargé ? Venez à lui, il vous donnera du repos.

Prier, c'est simple. Parlez à Dieu comme vous le feriez avec votre ami le plus proche. Dieu vous aime et il peut tout entendre. Voici un exemple de prière : "Seigneur, merci d'être toujours là pour m'écouter, me parler, me conseiller, me consoler, m'apaiser. C'est dans ma solitude, loin des regards, que tu parles à mon cœur et que tu me ressources."

Louer Dieu

Louer Dieu, c'est lui manifester notre gratitude. Aujourd'hui, quels sont vos sujets de reconnaissance ? Prenez un temps pour remercier le Seigneur.

Agir aujourd'hui

À présent, approfondissez ce que vous avez reçu. Que pouvez-vous mettre en place afin d'appliquer ce que Dieu vous a dit ? Notez les actions concrètes que vous pouvez réaliser.

Honorer le Seigneur

Notre parcours du jour se termine. Prions ensemble afin d'honorer notre Dieu.

"Seigneur, je te remercie car tu es la source intarissable de ma vie. À toi soient le règne, la puissance et la gloire, amen !"

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



1077 PARTAGES

