

Vivre ma journée en sachant que j'aurai à la relire.*

Mais comment relire sa journée ?

D'abord **faire silence** puis adopter une **position confortable** pour s'accueillir et s'accorder le temps nécessaire **sans rien brusquer**. Il n'est pas facile d'être écoutant, de méditer, de contempler, d'offrir ce temps de la relecture. Cela demande à chacun de préparer son être, de son ego à la méditation du temps présent. Si vous vous sentez stressé, notez-le, reconnaissez-le, sans vous crispier pour autant sur vous, sans tendre votre être.

Dieu sait combien de temps il vous faut pour vous déposer avant le coucher du soleil.

Pour chacun, son être est présent dans cet instant.

Au moment où il nous est demandé de pratiquer la distanciation sociale,

demandez-vous quels sont les liens qui vous aident à vivre ?

Qu'est ce qui me relie à mon bien-aimé ? à ma bien-aimée, au Seigneur Jésus ?

Quels sont les liens qui vous relient avec ceux et celles qui viennent vous soigner, vous faire une course ?

Quels sont les liens qui ont un impact dans votre vie ?

Choisissez un lien, rien qu'un pour l'instant, pour le méditer.

Si d'autres liens arrivent, mettez-les de côtés pour une autre fois.

Pas de bousculade en ce temps de déposition intime.

Dieu nous a donné un esprit créatif, contemplatif, actif et une imagination sans limites.

Il nous demande d'en prendre bien soin et de les maîtriser.

Voilà j'en ai fini mes amis !

Respirez profondément en ouvrant vos bras et votre cœur.

Jésus vous offre les siens grands ouverts dans le temps de cette incertitude.

A chacun où vous êtes,

Affection et communion avec vous.

Fr J-François d'ALEMAN

Abbaye de BELLOC

** Texte écrit pendant la période de confinement, mais toujours d'actualité !!!*