

Les fruits de L'ESPRIT





Pause spirituelle

La bienveillance

Bonjour et bienvenue à cette pause spirituelle que nous allons vivre ensemble.

Prends une position calme et stable comme la montagne dans la nature. Ta tête pointe vers le ciel. Ton dos et tes épaules sont détendus. Tes mains sont entrelacées en position de prière ou reposent doucement sur tes cuisses. Tes deux pieds sont par terre pour être bien connecté avec la Mère-Terre, Création de Dieu. Tu peux fermer les yeux pour vivre l'expérience pleinement et éviter ainsi les distractions. Cette posture te permettra d'accueillir la paix intérieure, la paix de l'Esprit Saint. Détends ton corps pendant l'écoute de ces paroles.

Aujourd'hui, nous allons réfléchir à l'influence de l'Esprit qui nous invite à faire preuve de bienveillance.

On se pose bien des questions par rapport à la présence de Dieu, de son Esprit Saint, à savoir si c'est vrai ou seulement de belles histoires racontées. Ça se comprend car l'être humain aime bien avoir des preuves concrètes.

Si c'était vrai que les gens sont confirmés dans l'Esprit;
si c'était vrai que l'Esprit agit en eux;
si c'était vraiment vrai que l'Esprit les pousse à transformer le monde,
ça se verrait, ça se vérifierait quelque part dans la vie des chrétiens.

L'Esprit Saint est invisible, on le sait bien.

Toutefois, l'action des chrétiens, ça se voit.

On pourrait voir agir l'Esprit en eux et par eux.

On pourrait vérifier. On devrait vérifier.

Si c'était vrai et que je ne voyais rien...
Il y aurait quelque chose qui ne fonctionne pas quelque part
ou bien l'Esprit Saint, ou bien les chrétiens, ou bien mes yeux.
Alors, si j'ouvrais bien grands les yeux, peut-être que je verrais...
Je verrais peut-être, tout près de moi,
Des choses que je ne voyais pas auparavant :
Comme des témoins de l'Esprit Saint, dans mon quotidien...

Si j'ouvrais grands les yeux et que je regardais la vie avec le filtre de l'Esprit,
je continuerais à voir ces témoins de l'Esprit qui furent des géants : Sainte Teresa de Calcutta,
Saint frère André, Sainte Katéri
Je continuerais de voir ces autres témoins qui ont été remarquables dans leur milieu : Martin
Luther King, Gandhi, Greta Thunberg

Si j'ouvrais grands les yeux, et je regardais la vie avec le filtre de l'Esprit, je verrais aussi :
des enseignants avec une grande patience et une ferme tendresse,
des parents qui se dévouent pour leurs enfants,
des jeunes qui rendent service gratuitement,
des leaders engagés dans leur école, dans leur communauté,
des amis toujours là pour m'écouter et m'encourager.

Si j'ouvrais grands les yeux et que je te regardais avec le filtre de l'Esprit...
Est-ce que je verrais tes gestes exprimer ta bonté de façon visible?
Est-ce que je te remarquerais faire preuve de bienveillance?
Est-ce que je découvrirais que tu as compris
que « faire du bien, fait du bien »?

Afin de goûter au succès d'apporter la bienveillance de Dieu autour de toi, tu n'as qu'à suivre le conseil de Jésus : « Celui qui demeure en moi et en qui je demeure porte beaucoup de fruits. » (Jn 15, 5) Alors c'est simple, garde Jésus dans ta vie. En cultivant une relation avec Lui, tu feras grandir en même temps ton arbre de vie.

Unis ton cœur à cette prière :

Seigneur, merci pour le cadeau généreux de ton Saint Esprit qui fait sa demeure dans mon cœur. J'apprends à reconnaître son action et parfois même à ressentir sa présence. Avec lui, j'ai tout ce qu'il me faut pour faire rayonner ma bienveillance et contribuer à rendre le monde plus beau. AMEN

Lorsque la musique s'éteindra, ce sera ton signal de reprendre contact avec le groupe et de faire un magnifique sourire.

Inspiration et adaptation du texte « Si c'était vrai », Novalis-Regard de foi