

## ***Sous le regard de Dieu, me voici...***

Je me mets sous le regard de Dieu qui m'attend. Je viens tel que je suis avec tout ce que je porte, tel que je suis dans ce temps de confinement : *fatigué(e), ou content(e), ou découragé(e), en colère, ou émerveillé(e)*... chercher à nommer le sentiment qui m'habite : *inquiétude, apaisement, consentement*...

Je demande au Seigneur sa lumière afin de relire cette période en trouvant la trace de sa présence.

### **Merci**

Je revois le déroulement de la semaine ou du mois écoulé afin de trouver de quoi goûter ce que j'ai vécu et qui est mon histoire avec Dieu. Je prends conscience de ce que j'ai reçu de bon et qui me fait dire merci au Seigneur qui est la source de la vie et de l'amour. *Par ex les beaux gestes dont j'ai été témoin : un geste de solidarité, les applaudissements à 20h, un coup de téléphone reçu ou donné, les mails et les SMS, les réunions par visio, un pardon que j'ai pu donner ou recevoir, une chose inattendue, une parole d'Évangile que j'ai entendue pour moi, les lectures qui m'ont nourri(e)...les célébrations télévisées... ma capacité de m'adapter à ce temps, la sérénité qui m'habite, ma créativité, ... ?*

Tout cela devient signe de la présence et de l'action de Dieu au cours de mes journées. Je l'en remercie.

### **Pardon**

Je regarde ce qui a été source de tristesse, d'amertume, de découragement. *Par ex : ma tendance à entasser des choses par peur de manquer, mes plaintes, mon impatience, ma colère, mon envie de ne rien faire, mes repliements sur moi, mes jugements sur le comportement des autres...* Je demande au Seigneur de m'aider à comprendre pourquoi j'agis de la sorte je lui demande pardon.

### **S'il te plaît**

Pour vivre dans la durée l'épreuve de ce confinement j'ai besoin de l'aide du Seigneur, je la lui demande... je parle au Seigneur de ce qui m'attend, de mes soucis...je lui demande de vivre avec lui et par lui chaque rencontre, chaque événement aussi modeste soit-il.

Je termine par le Notre Père ou une prière de confiance entre les mains de Dieu.