

Se lever

« Miser sur un autre style de vie » (*Laudato Si* 203). La spiritualité chrétienne propose une autre manière de comprendre la qualité de vie, et encourage un **style de vie prophétique et contemplatif**, capable d'aider à **apprécier profondément les choses** sans être obsédé par la consommation. [...] En effet, l'accumulation constante de possibilités de consommer **distrain le cœur** et empêche d'évaluer chaque chose et chaque moment. En revanche, le fait d'**être sereinement présent à chaque réalité**, aussi petite soit-elle, nous ouvre beaucoup plus de possibilités de compréhension et d'épanouissement personnel. **La spiritualité chrétienne propose une croissance par la sobriété, et une capacité de jouir avec peu.** C'est un retour à la **simplicité** qui nous permet de **nous arrêter pour apprécier** ce qui est petit, pour remercier des possibilités que la vie offre, [...] (*Laudato Si* 222).

Nous choisissons de demeurer dans le monde et de nous y intégrer. C'est pourquoi, nous adoptons un **mode de vie ordinaire**. C'est dans cette vie ordinaire que nous nous sanctifions (Attitudes spirituelles des Compagnons de saint Jean-Baptiste).

Lors de cet exercice nous allons demander **la grâce de nous lever en ressuscité**. Je veillerai à toujours me reporter à l'esprit et aux modalités des « exercices spirituels » donnés dans la fiche introductive.

L'oraison.

La grâce particulière à demander : Se lever en ressuscité.

Le passage de la Parole de Dieu : Lc 5, 17-26.

1. « **Des gens** ». Quels sont les gens qui me portent ? Qui me font tenir debout ? Je les nomme et m'imagine porté par eux dans cette scène de l'Évangile.
2. « **Tes péchés** ». Quels sont mes pesanteurs ? Ce qui m'entrave ? Je les présente simplement au Seigneur.
3. « **Lève-toi, prends ta civière et retourne dans ta maison** ». Je contemple cet homme ressuscité qui se lève. Je peux me mettre à sa place et entendre Jésus qui me dit « Lève-toi ». Comme cet homme, je repars avec ma civière, signe de mes pesanteurs mais je marche en étant appelé à vivre dans ma maison, dans les lieux où je vis.
4. « **En rendant gloire à Dieu** ». Je vis !

L'opération.

Le matin de mon lit, dans les transports en commun à ma station, à mon bureau, de mon canapé, de table pendant le repas, je « **goûte** » le fait d'**être en vie et de me lever**. Je laisse Jésus me toucher comme la belle-mère de Pierre : « Il lui toucha la main, et la fièvre la quitta. Elle se leva, et elle le servait » (Mt 8, 15).

La récapitulation.

Chaque soir ou chaque matin, **finir debout sa prière (personnelle, de couple, les complies)** en « rendant gloire à Dieu ».

Lc 5, 17-26

Un jour que Jésus enseignait, il y avait dans l'assistance des pharisiens et des docteurs de la Loi, venus de tous les villages de Galilée et de Judée, ainsi que de Jérusalem ; et la puissance du Seigneur était à l'œuvre pour lui faire opérer des guérisons.

Arrivent **des gens**, portant sur une civière un homme qui était paralysé ; ils cherchaient à le faire entrer pour le placer devant Jésus. Mais, ne voyant pas comment faire à cause de la foule, ils montèrent sur le toit et, en écartant les tuiles, ils le firent descendre avec sa civière en plein milieu devant Jésus. Voyant leur foi, il dit : « Homme, **tes péchés** te sont pardonnés. »

Les scribes et les pharisiens se mirent à raisonner : « Qui est-il celui-là ? Il dit des blasphèmes ! Qui donc peut pardonner les péchés, sinon Dieu seul ? » Mais Jésus, saisissant leurs pensées, leur répondit : « Pourquoi ces pensées dans vos cœurs ? Qu'est-ce qui est le plus facile ? Dire : "Tes péchés te sont pardonnés", ou dire : "Lève-toi et marche" ?

Eh bien ! Afin que vous sachiez que le Fils de l'homme a autorité sur la terre pour pardonner les péchés, – Jésus s'adressa à celui qui était paralysé – je te le dis, **lève-toi, prends ta civière et retourne dans ta maison.** » À l'instant même, celui-ci se releva devant eux, il prit ce qui lui servait de lit et s'en alla dans sa maison **en rendant gloire à Dieu.**

Tous furent saisis de stupeur et ils rendaient gloire à Dieu. Remplis de crainte, ils disaient : « Nous avons vu des choses extraordinaires aujourd'hui ! »