

Etre bienveillant

Nous renouvelons sans cesse notre regard sur le monde afin d'être comme saint Jean-Baptiste accueillant à tous et notamment aux plus petits et aux plus fragiles de notre société. Nous participons à notre mesure à la Création qui continue. Nous accueillons chaque événement de la vie, du plus insignifiant au plus important, comme une occasion de nous unir à Dieu. Nous intercédons pour toutes les personnes que nous rencontrons (amis, ennemis, indifférents) : toutes nos rencontres sont l'occasion de confier l'autre à Dieu. Nous cherchons le bien chez l'autre et nous écartons toute médisance (Attitudes spirituelles des Compagnons de saint Jean-Baptiste).

Lors de cet exercice nous allons demander la grâce d'être bienveillant, de voir le bien chez l'autre. Je veillerai à toujours à me reporter à l'esprit et aux modalités des « exercices spirituels » donnés dans la fiche introductive.

L'oraison.

La grâce particulière à demander : accueillir chaque personne que je rencontre quotidiennement en posant sur elle un regard bienveillant.

Le passage de la Parole de Dieu : Jn 8, 1-11

Dans l'oraison, je me place à coté de Jésus et je cherche à regarder avec lui les personnes :

- **Le peuple.** Jésus vient au Temple certainement pour prier son Père. Et la foule va venir à lui, l'oppresser comme nous pouvons l'expérimenter en famille ou dans nos engagements professionnels ou associatifs. Jésus va prendre le temps de s'asseoir et d'enseigner sans mépriser ou repousser cette foule.
- **Les scribes et les pharisiens.** Jésus connaît leur cœur et sa dureté. Jésus patiente, il s'abaisse et s'adresse à eux pour les ouvrir à la conversion. Jésus ne se laisse pas enfermer dans une éventuelle colère, dans un a priori destructeur, il pose sur eux un regard de salut.
- **La femme adultère.** Jésus pose sur cette femme un même regard de salut. Un regard objectif qui ne nie pas le péché sans réduire cette femme à son péché. Au contraire en l'appelant « femme », il reconnaît en elle l'humanité blessée sur laquelle il pose un regard bienveillant.

L'opération.

Tout au long de la journée, je vais accueillir tous ceux qui viennent à moi (dans la rue, en famille, au travail, ...). Je serai attentif aux plus pauvres, à ceux qui font du « mal » à mes yeux, ceux qui m'agacent. Je vais m'entraîner à les regarder avec le regard de Jésus en cherchant le bon, le bien en eux : Dieu est présent en eux. « Si l'action de ton prochain a cent visages, toi, regarde le meilleur » (Saint François de Sales).

La récapitulation.

Se remémorer toutes les personnes que j'ai rencontrées aujourd'hui, considérer le regard que j'ai posé sur eux. Rendre grâce pour ce que j'ai perçu de bien en eux et demander pardon pour les avoir enfermé ou « catégorisé » du regard.

Jn 8, 1-11

Quant à Jésus, il s'en alla au mont des Oliviers.

Dès l'aurore, il retourna au Temple. Comme tout **le peuple** venait à lui, **il s'assit** et se mit à enseigner.

Les scribes et les pharisiens lui amènent une femme qu'on avait surprise en situation d'adultère. Ils la mettent au milieu, et disent à Jésus : « Maître, cette femme a été surprise en flagrant délit d'adultère. Or, dans la Loi, Moïse nous a ordonné de lapider ces femmes-là. Et toi, que dis-tu ? »

Ils parlaient ainsi pour le mettre à l'épreuve, afin de pouvoir l'accuser. Mais **Jésus s'était baissé** et, du doigt, il écrivait sur la terre. Comme on persistait à l'interroger, il se redressa et leur dit : « **Celui d'entre vous qui est sans péché**, qu'il soit le premier à lui jeter une pierre. » **Il se baissa de nouveau** et il écrivait sur la terre.

Eux, après avoir entendu cela, s'en allaient un par un, en commençant par les plus âgés. Jésus resta seul avec la femme toujours là au milieu.

Il se redressa et lui demanda : « **Femme**, où sont-ils donc ? Personne ne t'a condamnée ? » Elle répondit : « Personne, Seigneur. » Et Jésus lui dit : « Moi non plus, je ne te condamne pas. **Va, et désormais ne pêche plus.** »