

Sieste & Prière #338

477 =2'xx" Merc.10 avril à 20h10, **vendredi 12/04/2024 à 7h18**, sam.13/04 8h57&18h50 **Sem.S24-15**

Bonjour mes amis ☺ Quand l'âge de la retraite m'est venu, libéré de l'esclavage de cet agenda qui hâchait mes journées, je pus m'offrir de longs temps de silence: prières, siestes et retraites spirituelles ...

Tout feu tout flamme au début pour prier, je prenais un passage d'évangile sans trop savoir où j'irais. Je lisais et relisais, je mâchonnais longuement le texte, souvent sans y trouver aucun goût. Et moins c'était bon, plus j'y restais, à force de volonté, en me disant *Dieu n'est pas encore passé, je dois attendre encore*. Parfois au contraire, après cinq minutes d'ennui, préoccupé par quelque action aussi urgente que de ramasser les miettes sur le sol, à peine commencée j'arrêtais ma prière. Après quelques mois je fus découragé. Heureusement **Dieu vint m'enseigner par mes siestes**.

Car au début je siestais n'importe comment, tantôt trois minutes, tantôt trois heures. Mais vite j'ai senti que c'était mal ordonné, car ne me reposaient ni les trois minutes sur mon lit, ni les trois heures à ronfler. Quelques articles de presse, confirmés par la Science, m'ont convaincu que la durée idéale d'une sieste était vingt minutes. J'ai donc décidé de régler ma radio sur 20 minutes de musique classique, avant de m'allonger. Parfois, sitôt allongé je m'endors: vingt minutes après le silence me réveille, en pleine forme. Parfois la musique est trop prenante, ou moi trop excité, et le sommeil ne vient pas. Qu'importe, je vis un temps de bonheur reposant, emmené au paradis par l'archet ou le clavier du musicien. Mais il m'arrive aussi, que je ne m'assoupisse que juste avant l'arrêt de la radio: curieusement, ce court sommeil me suffit, et c'est frais et dipos que je me lève.

Pour revenir à la prière, instruit par une accompagnatrice ignatienne, je me suis mis à décider à l'avance du temps que j'allais prier. En général je mets mon réveil sur trente minutes, plutôt plus en retraite, ou moins si le temps m'est compté. Et j'ai expérimenté que de décider, c'était bon. Car comme à la sieste, j'entre parfois directement dans les bras du Seigneur qui m'aime. Parfois au contraire c'est aride, et malgré mes efforts et mes yeux fixés sur la Bible, rien ne se passe en apparence. Je suis alors heureux que sonne la fin. Mais je n'anticipe pas le signal, car il arrive parfois qu'à la dernière minute, après un temps aride où je cherche en vain le Seigneur, une grâce me soit donnée. Il eut été dommage de couper trop tôt la communication, et de louper cette étincelle divine.

C'est pourquoi, sieste ou prière, il m'est profitable de décider la durée d'avance et de m'y tenir. Tu es maître du temps, mon Seigneur, merci de nous le donner pour prier et dormir, avec Toi ☺ à bientôt mes amis !