

Contacts

Vous êtes invités à reprendre cette feuille à la maison. Elle pourra nourrir votre méditation ou votre prière. Elle vous sera aussi disponible sur le site www.collegiale.be

Les conseils très concrets de Benoît XVI pour être un peu plus saint chaque jour

(suite du bulletin *Contacts* de dimanche dernier)

5. Tous les jours, noter un signe de Dieu

Benoît XVI évoquait déjà en 2009 l'idée du « *bullet journal* ». Un journal intime dans lequel on noterait les signes que Dieu nous adresse. Pour prendre conscience et consigner combien Dieu est attentif à chacune de ses créatures et combien Il nous aime.

« Chaque événement de la journée est un signe que Dieu nous adresse, un signe de l'attention qu'il a pour chacun de nous. Combien de fois Dieu nous fait percevoir un signe de son amour ! Tenir, en quelque sorte, un « journal intérieur » de cet amour serait un devoir beau et salutaire pour notre vie ! », invitait-il.

6. Contempler des œuvres d'art

Musicien et mélomane, Benoît XVI a fait l'expérience du beau qui mène à Dieu.

Il confie, lors d'une audience générale en août 2011, combien un concert de Bach, à Munich, l'avait touché :

« Au terme du dernier morceau, l'une des *Cantate*, je ressentis, non pas de façon raisonnée, mais au plus profond de mon cœur, que ce que j'avais écouté m'avait transmis la vérité, la vérité du suprême compositeur, et me poussait à rendre grâce à Dieu ».

La « voie de la beauté », est une des voies qui peut conduire à Dieu et nous aider à le rencontrer.

« Il existe des expressions artistiques qui sont de véritables chemins vers Dieu, la Beauté suprême, et qui aident même à croître dans notre relation avec Lui, dans la prière », affirme Benoît XVI.

« Il s'agit des œuvres qui naissent de la foi et qui expriment la foi ». A nous de lever les yeux vers les cathédrales qui « attirent notre regard et notre esprit vers le haut », ou d'écouter un morceau de musique sacrée à travers lequel « notre âme s'adresse plus facilement à Dieu ».

7. Cueillir les côtés amusants de la vie

En septembre 2006, Benoît XVI a souligné l'importance de ne pas se prendre trop au sérieux et de savoir goûter les petites joies de la vie : « Je ne suis pas le genre d'homme qui a toujours une histoire drôle à raconter. Mais je trouve qu'il est très important de savoir cueillir les côtés amusants de la vie et sa dimension joyeuse et de ne pas tout prendre de façon tragique ».

8. Invoquer davantage les saints

Benoît XVI avait une grande dévotion et une grande confiance envers les saints, « ces hommes et femmes qui par leur foi, par leur charité, par leur vie ont été des phares pour de si nombreuses générations, et qui le sont aussi pour nous. »

Dès la messe inaugurale de son pontificat, le 24 avril 2005, il se confiait à la grande cohorte des saints : « La troupe des saints de Dieu me protège, me soutient et me porte ».

Il invite tous les baptisés à faire de même, et plus précisément à « suivre leur exemple, recourir à leur intercession, entrer en communion avec eux ». Car, cite-t-il, « la communauté avec les saints nous unit au Christ de qui découlent, comme de leur source et de leur tête, toutes grâces et la vie du Peuple de Dieu lui-même » (cf *Lumen gentium*).

9. Prendre des temps de silence

Malgré la frénésie de la vie, Benoît XVI invite à prendre régulièrement des temps de silence, une voie royale pour rencontrer Dieu, un espace pour laisser parler « la joie, les préoccupations, la souffrance », un temps essentiel « pour discerner ce qui est important de ce qui est inutile ou accessoire ».

« Il n'y a pas lieu de s'étonner que, dans les différentes traditions religieuses, la solitude et le silence soient des espaces privilégiés pour aider les personnes non seulement à se retrouver elles-mêmes mais aussi à retrouver la Vérité qui donne sens à toutes choses », constatait-il dans son message pour la 46e journée mondiale des communications sociales en mai 2012.

« Si Dieu parle à l'homme aussi dans le silence, de même l'homme découvre dans le silence la possibilité de parler avec Dieu et de Dieu. »