

Le labyrinthe spirituel



« Si la vie est un labyrinthe, chaque jour est un croisement... » Simon Keshavjee

Premier niveau : un chemin au coeur de soi, qui invite à entrer dans le lien avec ses émotions et ses blessures.

Deuxième niveau : un chemin pour accueillir ses besoins, qui invite à en prendre conscience et à les exploiter.

Troisième niveau : un chemin vers la vérité, qui invite à exprimer sa quête spirituelle et son désir de vérité.

Quatrième niveau : un chemin de confiance et d'abandon, qui invite à rejoindre le coeur de Dieu et à accueillir sa paix.

1er niveau : un chemin au coeur de soi.



Et si le chemin vers Dieu n'était pas si éloigné du chemin qui mène au coeur de soi ?

Dieu est vérité. Je peux donc venir à lui, sans voile sur mes émotions.

Je peux venir avec mes manques de foi, de courage et d'espoir. Avec mes trop-pleins de colère, de larmes et de reproches.

Je prends le temps de m'accueillir, car lorsque je m'accueille, c'est Dieu qui le fait à travers moi.

Psaumes 69.2-4 :

Psaume 44.24-27 :

Psaume 42.2-4 :

« Reviens à ton coeur et de là à Dieu, car le chemin n'est pas long de ton coeur à Dieu. » Saint Augustin

« L'homme ne peut échapper à l'amour de lui-même, à l'adoration de lui-même que s'il rencontre, au-dedans de lui-même, une Présence qui le délivre de lui-même. » Maurice Zundel

« Le maître devient une légende de son vivant. Le bruit court que Dieu lui a un jour demandé conseil en ces termes : « Je veux jouer à cache-cache avec l'humanité. J'ai demandé à mes anges de m'indiquer la meilleure cachette. Certains ont répondu : le fond de l'océan. D'autres : le sommet de la plus haute montagne. D'autres encore : la face sombre de la lune, ou une étoile lointaine. Que suggères-tu ? » Le Maître répond : « Cache-toi dans le coeur humain. C'est le dernier endroit auquel on pensera ! » » Anthony de Mello

2e niveau : un chemin pour accueillir ses besoins



Et si la meilleure manière de s'ouvrir aux autres commençait par une démarche d'ouverture à soi ?

Et si la meilleure manière de répondre aux besoins des autres commençait par l'écoute de ses propres besoins ?

Besoin

d'estime de soi

de pardon

de tendresse

de repos

de paix

de respect...

Je prends le temps de réaliser mes besoins et de les formuler.

Psaume 40.18 :

Psaume 32.3, 5, 7 :

Psaumes 131 :

« Celui qui ne se repose pas fatigue les autres. » Jean Vernet

« Si je ne suis pas fidèle à moi-même, qui le sera ? » Lytta Basset

3e niveau : un chemin de vérité



Je réalise que la recherche de la Vérité est toujours une quête ouverte. D'autant plus pour la recherche de la Vérité Ultime : Dieu.

Je ne peux l'enfermer. Je ne peux goûter Sa présence qu'au travers d'une mise en chemin.

Il ne se saisit pas, pas plus que les mystères de la vie.

L'important c'est de vivre et d'être en marche. N'est-ce pas pour cela que Jésus disait : « Je suis Chemin ? »

Je réalise que Dieu n'est pas à enfermer dans l'étroitesse des concepts.

Je prends conscience de mon pas et je lui accorde la douce lenteur d'une marche sacrée.

Psaume 25.4-5 :

Psaume 139.23-24 :

Psaume 84.6-8 :

« Ne pas craindre d'être lent, seulement de s'arrêter. » Proverbe chinois.

« La recherche de la Vérité est plus précieuse que sa possession. » Lessing

4e niveau : un chemin de confiance et d'abandon



Je pense au Dieu d'Eternité et je contemple ma vie dans cette dimension d'éternité. Et si c'était cela le « lâcher prise » ?

Pas de démission ou de fuite. Juste un peu de distance et de hauteur.

Je prends le temps de réaliser le « présent » du jour, puisque présent veut à la fois exprimer l'aujourd'hui et le cadeau.

Je prends le temps de respirer profondément et j'accueille la douceur de ce souffle ne moi.

Psaume 51.12 :

Psaume 103.2-4 :

Psaume 23.1-3

« Pour retrouver un regard libre sur les événements, il faut fuir et se tenir, tranquille et rassemblé, devant le maître de tout.

Pars donc vers la source cachée de toute chose. Quitte tout et tu retrouveras tout. Prends le temps de vivre amicalement avec toi-même. Respire. Reprends haleine. Apprends dans le repos du corps et de l'esprit la calme lenteur de toute germination. Reçois la paix du Christ. » Soeur de Reuilly