



La prière d'un mot

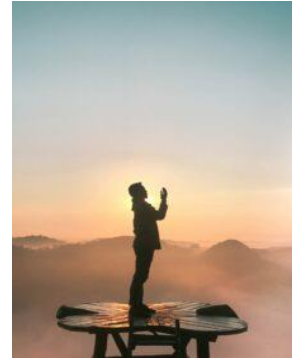
Par Michelle Fleming

UPDATE

Il y a quelque chose dans le fait de commencer une nouvelle année qui apporte énergie, excitation et espoir. Le basculement du calendrier du 31 décembre au 1^{er} janvier est un rythme de renouveau intrinsèque.

Cela n'a pas toujours été le cas pour moi, mais il y a dix ans, j'ai entendu parler d'une tendance appelée #OneWord365. L'idée est de se débarrasser des résolutions et de choisir à la place un seul mot « qui résume qui vous voulez être et comment vous voulez vivre ». J'ai adhéré à cette idée et j'ai réfléchi dans la prière à un seul mot pour résumer la façon dont je voyais Dieu à l'œuvre dans ma vie.

Le fait de prendre cette mesure plutôt simple a radicalement changé l'année pour moi, mon mot unique servant de courte prière me mettant en contact avec Dieu qui est plus proche de moi que mon propre souffle. La simplicité de la pratique de la prière en un mot a apporté un renouveau à ma vie de la manière suivante :



- **Cela m'a permis de focaliser mon attention** - une lentille pour voir comment Dieu agissait dans ma vie.
- **Cela m'a permis de changer radicalement de cap**, passant d'une approche axée sur les résultats (en m'efforçant de « m'améliorer ») à une approche axée sur la formation. J'ai rejoint un thème en remarquant que Dieu m'enseignait qui il est et qui je suis en lui.
- **Cela a créé une constance de tranquillité** dans ma vie. Au cours d'une année, nous traversons de nombreuses saisons et émotions, qui correspondent au calendrier ou reflètent nos circonstances. Mon seul mot me rappelle que, quelle que soit la saison, j'ai un Grand Prêtre qui a tout traversé et qui abonde en grâce et en miséricorde dont j'ai besoin.

Voici quelques éléments à prendre en compte si vous décidez de commencer votre propre pratique de la prière en un mot :

- **Réfléchissez à l'année écoulée.** Comment Dieu a-t-il travaillé en vous et autour de vous? Y a-t-il un désir que vous avez souvent ressenti? Comment le satisfaire?
- **Déterminez le pourquoi.** Après avoir choisi mon mot unique, je commence à noter dans mon journal la nécessité et l'objectif de ce thème dans ma vie. Je trouve souvent un slogan à ajouter au mot unique qui me rappelle l'objectif (le pourquoi) du mot pour les 365 jours à venir. Une année, je me suis rendu compte que je vivais au maximum dans tous les domaines de ma vie : temps, émotions, finances, etc. Alors, mon mot unique et mon slogan pour l'année suivante sont devenus « Marge : faire de la place pour le meilleur de Dieu. »
- **Engagez-vous à respecter votre mot.** Je le fais en l'écrivant à un endroit où je le remarquerai lorsque je serai dans l'agitation de la vie quotidienne - par exemple sur le réfrigérateur, le calendrier de mon bureau ou le miroir de ma salle de bain.

Que vous choisissiez ou non un mot pour vous cette année, je prie pour que vous fassiez quand même l'expérience des bienfaits de la prière par un seul mot, et que 2023 soit pour vous une année de renouvellement continu. Selon les mots de l'apôtre Paul, je prie pour que « que votre amour augmente de plus en plus en connaissance et en pleine intelligence pour le discernement des choses les meilleures, afin que vous soyez purs et irréprochables pour le jour de Christ. » ([Philippiens 1:9-10](#)).

Prière.

Jésus, à la fin de chaque année, je réalise inévitablement que je n'ai pas « fait » grand-chose, mais toi oui. Quand nous nous reposons, tu travailles encore. Quand nous sommes paralysés par la peur, tu nous précèdes et prépares un chemin. Même lorsque nous fuyons, tu nous cherches. Peu importe ce que nous faisons, tu travailles toujours activement pour notre bien et pour la gloire de ton Père. Jésus, je suis reconnaissante de la façon dont la pratique de la prière en un mot a solidifié la vérité de ta présence active dans ma vie. Amen.

Par Michelle Fleming
Directrice des communications



Contribuez à la diffusion de ce type de contenu
en faisant un don aujourd'hui

DONNEZ