

Disciplines Spirituelles



J'ai grandi à une époque où de nombreuses églises prônaient la soumission à des codes vestimentaires strictes, et autres codes comportementaux qui servaient de référence à la fidélité chrétienne. Alors adolescente, mon église me fortifiait, apportait du sens à mon existence, j'y étais bien entourée, et cela me donnait un sentiment d'appartenance ; ces règles ne me contrariaient donc pas. Je les suivais simplement.

Quand je repense à cette époque, je suis reconnaissante des opportunités qui m'ont aussi permis d'aller au-delà de cette conformité des débuts, en effet mon groupe de jeunes nous proposait aussi des séances de lecture de la Bible, des études bibliques, des moments de prière et on s'encourageait mutuellement.

Bien évidemment, ce qui me motivait

principalement à suivre ces règles de discipline chrétienne, c'était la nécessité de faire un parcours sans fautes, d'un dimanche à l'autre. Je détestai être mauvaise élève, cela me mettait mal à l'aise, j'essayais donc de lire ma Bible et de prier tous les jours. Et heureusement, les bénéfices cachés de ces pratiques commencèrent à porter leurs fruits sans même

que je m'en rende compte.

Aujourd'hui, après avoir traversé de nombreuses étapes de vie, et vécu de multiples expériences, je réalise plus que jamais combien ces exercices spirituels que sont la prière et la lecture de la Bible, ont été transformateurs. Quand j'en ai l'opportunité, j'essaie d'encourager d'autres disciples de Jésus à prendre part intentionnellement et sérieusement à ces exercices spirituels qui font grandir notre piété. Non pas parce que ces exercices sont des objectifs en soi, mais à cause de leurs bienfaits potentiels.

Recopiez les paroles de Paul à ses jeunes disciples en 1 Timothée 4:7-8.

Expliquez ce que sont les exercices spirituels (en général) et en quoi ils sont plus profitables que l'exercice physique.

Selon le Dr. Stanley Outlaw, les exercices spirituels que Paul a recommandé à Timothée de pratiquer se transforment en piété : « un style de vie qui par sa doctrine et sa pratique nous amène à une relation plus intime avec Dieu. » (Commentaire Biblique de Randall House : De 1 Thessaloniens à Philémon, Robert E. Picirilli, Editeur général, p.240)

A travers les siècles, les disciples de Jésus ont conservé certaines pratiques qui les ont aidé dans leur chemin vers une piété croissante. On retrouve toute une liste de ces nombreuses pratiques dans des documents contemporains, et d'autres plus anciens, mais les pratiques fonda-

mentales que je souhaite aborder ici, sont l'imprégnation biblique par la lecture de la Parole et la prière.

Ces deux pratiques, quand elles sont observées fidèlement, ont le potentiel d'apporter des résultats positifs dans la vie du croyant. Cette étude ne consiste pas en une liste de choses à faire, mais il est important que nous comprenions les bienfaits de ces deux pratiques fondamentales qui se nourrissent mutuellement.

Bien comprendre cela peut nous aider à rester fidèles à ces pratiques, et c'est là le but de la leçon : la fidélité avec laquelle on doit s'imprégner de la Bible et prier.

L'imprégnation biblique

Lire la Bible, une des pratiques spirituelles les plus recommandées, fait partie d'une catégorie plus vaste que Donald J. Whitney appelle « imprégnation biblique

». L'imprégnation biblique comprend la lecture ou l'écoute, l'étude, la mémorisation de la Bible et le fait méditer la Parole de Dieu.

Whitney a écrit « Aucune discipline spirituelle n'est plus importante que de s'imprégner de la Parole de Dieu. Rien ne peut s'y substituer. Il ne peut y avoir de vie chrétienne saine sans que l'on s'abreuve et se nourrisse des Écritures. » (Donald J. Whitney, Disciplines Spirituelles de la vie chrétienne p28.)

Plus l'esprit d'une personne est rempli

par les Écritures, correctement lues ou entendues, comprises, et appliquées, plus cette personne aura la possibilité de connaître Dieu, et de laisser le champ libre au Saint-esprit pour qu'Il puisse faire son travail de transformation, que la personne porte du fruit (Romains 12 : 1-2 ; Galates 5:22-25) et qu'elle maintienne une vie de service pour le Royaume de Dieu.

“

« Il n'y a pas de discipline spirituelle plus importante que l'imprégnation biblique. »

Donald J. Whitney

Lisez les passages suivants en rapport avec ce sujet et notez rapidement ce qui est dit sur la valeur de la Parole pour ceux qui s'en nourrissent (qui la consomment vraiment ou la boivent). Psaumes 19:7-11 ; 119:9, 11, 24, 28, 35, 49, 50, 105, 165 ; Romains 15:4;2 Timothée 3:16-17.

Savoir que la Bible est importante, ce n'est pas la même chose que de s'en imprégner et de permettre à la Parole même de Dieu de faire une différence dans nos vies. Posséder plusieurs Bibles, y compris un modèle « journal de bord », des versions pour une étude intensive, et d'autres en français contemporain, ce n'est pas la même chose que de nous en imprégner

pour notre santé spirituelle.

Récemment mon pasteur, Randall Wright, de l'église Clear View à Princeton, Texas a dit : « On ne peut pas laisser le consumérisme lié à la Bible remplacer notre consommation personnelle de cette même Bible. ». Une consommation personnelle de la Bible implique au moins de lire, entendre et écouter la Parole régulièrement, de la

prendre à cœur et de la mettre en pratique, tandis que Dieu nous dirige par le Saint-Esprit.

Malheureusement, savoir que la Bible est importante n'est pas suffisant pour instaurer en nous l'habitude de s'en imprégner régulièrement ou quant au fait de la laisser

nous transformer.

Il existe des moyens simples pour nous encourager à maintenir cette discipline. Avant de vous les partager, regardons la pratique de la prière. L'imprégnation biblique et la prière sont liées et sont nécessaires à une relation spirituelle vivante et active avec Dieu.

Prière

Dieu nous demande de prier, les Écritures sont claires à ce sujet. On en trouve un exemple dans la réponse que Jésus fait aux disciples quand ils lui demandent de leur montrer comment prier. Sa réponse commence par « Quand vous priez... » (Matthieu 6:5-7 ; Luc 11:2). Jésus priait et enseigna à ses disciples qu'ils devaient prier continuellement et ne jamais abandonner (Luc 18:1). Paul aussi priait et recommandait aux destinataires de ses lettres de se montrer reconnaissants en priant continuellement (Philippines 4:6-7 ; Colossiens 4:2 ; 1 Thessaloniens 5:17-18).

On dit que Martin Luther résumait les attentes de Dieu par rapport à la prière de cette manière : « Le travail d'un tailleur est de fabriquer des vêtements, et celui des cordonniers de réparer les chaussures. De la même manière, le travail des chrétiens est de prier. » (Whitney, page 68, from John Blanchard, *L'or recueilli*, p.227). Toutes celles qui liront cette étude pensent probablement que nous devons prier régulièrement.

Malheureusement, beaucoup de prières sont dites par habitude et sont répétitives, comme lorsque l'on prie avant un repas. Et puis avec nos emplois du temps bien remplis, beaucoup de chrétiens ont du mal à trouver du temps pour prier attentivement, en écoutant et en répondant à Dieu.

Beaucoup de gens prient sur la route, pendant qu'ils conduisent. Je le fais aussi parfois, mais ce n'est pas le genre de moment où je me dédie complètement à ma relation avec Dieu. Être attentive aux Écritures, et discuter avec Dieu de certains passages que l'on lit, peut nous transformer quand le Saint-Esprit travaille en nous lors de ces exercices spirituels.

Éliminer toute distraction nous permet de mieux nous concentrer sur Celui à qui on adresse nos prières et aussi d'entendre Ses réponses à travers le travail que l'Esprit fait en nous, et à travers Sa Parole. Mais se dédier complètement à ces moments de prières peut être difficile pour certaines d'entre-nous, tant on peut être très occupées parfois, n'est-ce pas ?

La fidélité aux disciplines spirituelles

On considère que l'imprégnation biblique et la prière sont des disciplines essentielles à la vie chrétienne et à notre croissance spirituelle. Ces deux disciplines doivent

être associées et régulièrement pratiquées. Dans 40 Jours à travers les prières de Jésus, Tim Cameron écrit : « On ne peut pas séparer la Parole de Dieu de la prière... »

Pour pouvoir surmonter les épreuves de la vie et traverser les tempêtes, il faut que la Parole soit inscrite au plus profond de nos âmes, et prier quotidiennement. Une dose quotidienne de la Parole, associée à la prière, vont de pair avec une vie remplie de l'Esprit. » (page 57).

Je dois admettre qu'au fil des ans j'ai lutté pour maintenir cette discipline spirituelle. La fidélité et l'efficacité que je montre

Suggestions pour être fidèle dans sa pratique des exercices spirituels :

1. Demandez à Dieu de vous guider. Il est fidèle, et à travers Son Esprit, Il nous enseigne, nous encourage, et nous guide quand nous le Lui permettons.

2. Observez comment Paul a mis cela en pratique, comment il a rapidement progressé dans son expérience chrétienne, et demandez à Dieu de vous aider à suivre son exemple (1 Corinthiens 9:24-27 et Philippiens 3:12-14).

3. Prévoyez du temps au quotidien

Observez votre emploi du temps quotidien et hebdomadaire. A quel moment pourriez-vous consacrer au moins 15 minutes par jour à Dieu, à travers la lecture de Sa Parole ou dans la prière ?

Maintenant que je vis seule, et que je n'ai plus d'obligations professionnelles journalières, j'ai de nombreuses possibilités pour me consacrer à ce moment de calme. Mais à moins de prévoir sciemment ces moments, je peux très bien passer d'une chose à l'autre et arriver à la fin de ma journée sans avoir passé ce temps précieux avec Dieu. Je peux prendre ce temps en fin de journée, mais avec la fatigue cela m'est difficile. Je préfère choisir un moment le matin, après avoir emmené certains de mes petits enfants à l'école. Je dois faire preuve de volonté et de discipline même pour maintenir cet agenda.

envers ces pratiques indispensables à la Foi, ont pris corps avec le passage d'une étape de vie à l'autre, mais le voyage fut pour le moins chaotique. A travers mes expériences, j'ai pu identifier quelques facteurs qui m'ont aidé à rester fidèle à ces pratiques. Il s'agit de suggestions qui pourraient également vous aider mais elles sont à prendre comme telle, non comme des règles à suivre.

pour vous imprégner de la Bible et vous consacrer à la prière. L'ampleur de votre engagement dépendra évidemment de l'étape de vie dans laquelle vous vous trouvez. Observez votre vie, votre emploi du temps quotidien et les temps libres qu'il vous reste, afin de trouver un moment optimal pour vous imprégner de la Bible et vous consacrer à la prière. Si rien ne vous semble possible, demandez à Dieu de vous aider, et de faire de la place dans votre agenda pour ces deux pratiques. Il se peut que vous deviez vous lever tôt, ce qui peut impliquer que vous vous couchiez plus tôt.

4. Assurez-vous du fait que votre motivation à maintenir ces deux pratiques fondamentales soit en accord avec la Parole en elle-même. Lire la Bible et prier uniquement pour pouvoir cocher ces activités sur la liste des choses que vous pensez devoir faire pour le dimanche suivant, n'est pas une source de motivation idéale, même si cela peut vous aider à atteindre l'objectif plus vaste de devenir comme Christ, de mieux connaître Dieu, et de grandir dans la « piété ».

5. Demandez à une amie de vous aider à rester fidèle à ces pratiques indispensables. Certaines personnes appellent cela

« avoir une personne de référence », mais peut importe l'appellation, il peut être précieux d'avoir quelqu'un pour vous encourager à persévérer et « tenir la distance ». Les deux ingrédients nécessaires à ce type d'amitié sont l'honnêteté et la liberté. Vous devez être honnête avec la personne à qui vous demandez de vous aider, et cette personne doit être libre de vous dire la vérité. Certaines personnes évitent de telles relations, alors qu'elles peuvent nous aider à persévérer, comme un coach ou un kiné peuvent aider quelqu'un à se remettre d'un accident ou d'une opération.

Il y a quelques mois, j'ai dû subir une opération chirurgicale douloureuse car on m'a posé une prothèse de genou. J'ai voulu annuler à plusieurs reprises, je trouvais que ça serait trop dur, trop douloureux et que ça ne changerait pas grand chose. Il

fallait que je prévois un temps de rééducation quotidienne et je ne suis pas du genre à aimer l'exercice physique.

J'ai persévéré malgré tout car le résultat en valait la peine. Une fois la rééducation terminée, j'ai commencé un programme de remise en forme avec un coach. Aujourd'hui, ce coach est là pour m'aider à honorer mon objectif, mais il ne peut pas me « forcer » à faire ce que je devrais faire. C'est Dieu dont j'ai besoin pour cela !

Mon but n'est pas de devenir une marathonnienne ou une haltérophile. Mon but est de retrouver de la force et de la liberté de mouvement pour que je puisse être active et accomplir ce que Dieu veut que je fasse dans les jours et les années à venir. Pratiquer mes exercices spirituels relève de ce même objectif. J'espère qu'il en va de même pour vous.

A propos de l'auteure : Ayant servi dans deux ministères, l'un au Japon et l'autre en tant que professeur à Randall University, Janice (Jan) Banks, est aujourd'hui à la retraite et habite à Denison, Texas. Elle est heureuse de faire partie de l'église Clear View, et de participer aux réunions de femmes ou à d'autres ministères en dehors de sa région.

