



Où ? Partout

Quand ? Dès que j'ai un choix à faire

Durée ? De 10mn à plusieurs jours...

Notre vie est une continuelle suite de prises de décisions. Certaines semblent anodines ; d'autres paraissent engager plusieurs années de nos vies, ou toucher à des relations ou à des directions à prendre au sérieux.

Voici donc **8 pistes à prendre selon ses goûts, ses habitudes, ou les situations abordées**. Ce n'est pas une « méthode », mais plutôt une démarche spirituelle, c'est à dire un chemin à vivre avec toute son intelligence, son histoire, ses talents, mais avant tout avec Dieu...

### 1. UN RDV AVEC LE SEIGNEUR

Avant de commencer concrètement ce temps, **je commence par me tourner vers le Seigneur**. Je me pose, je respire paisiblement et je prends un instant pour m'ouvrir à sa présence. **Sa demeure préférée est mon cœur ; il m'y attend.**

La question qui m'importe me procure de la joie, de la paix ou bien peut-être de la tension ou de la tristesse. **Je prends le temps de l'exprimer au Seigneur**, peut-être faut-il que j'écrive quelques lignes pour bien l'expliquer. **J'accueille ces émotions, ces sentiments qui surgissent en moi et j'en parle au Seigneur.**

### 2. HUIT PISTES, HUIT CHEMINS À PARCOURIR AU CHOIX

Vous trouverez ici 8 pistes. Choisissez en une qui vous attire, et essayez de lui donner toute sa chance. Puis notez le fruit de cette réflexion ou méditation. Peu à peu, même si ça commence à bagarrer un peu intérieurement, quelque chose pourrait apparaître : restez donc très attentifs ! Puis passez le cas échéant à une autre piste...

#### 1. Aie confiance : Dieu est présent



Nous portons en nous un « **GPS de la grâce** », qui nous guide pour prendre nos décisions. Nous avons tout intérêt à l'écouter et lui faire confiance car c'est la **présence de L'Esprit Saint**, envoyé par Dieu le Père qui travaille en nous. Rien n'est plus fiable que ce GPS. Il éveille notre liberté pour ne pas suivre aveuglément ce que les autres peuvent nous dire de faire ou de ne pas faire. Il nous conduit à une paix intérieure profonde, à mieux nous mettre en relation avec les autres et à découvrir la contribution unique au monde qui correspond à notre vocation.

*D'habitude les décisions ne tombent pas du ciel, mais tu peux compter sur Dieu pour te guider intérieurement.*

## 2. Prends une décision qui soit « ta » décision



Souvent, nous prenons des décisions pour plaire aux autres ou éviter leur désapprobation, ou encore pour avoir du succès aux yeux du monde. Une approche plus authentique consiste à nous interroger : « **Est-ce que cette décision me satisfait réellement ?** Est-elle vraiment bonne pour moi et pour les autres ? Est-elle en consonance avec mes valeurs les plus chères ? » Il est bon de nous rappeler que nous ne pouvons pas tout avoir tout le temps ! **Dire oui à une chose signifie dire non à une autre.** C'est sans doute dur, mais avec notre oui, nous laissons la vie se déployer davantage en nous.

*Ne pas prendre de décision est aussi une décision. Rester dans l'indécision dévore ton énergie.*

## 3. Écoute et harmonise ta tête et ton cœur.



Parfois, nous nous laissons entraîner avec **enthousiasme**... puis nous prenons **peur** face au défi que cela représente. **Un mauvais pressentiment** peut suggérer de prendre une autre voie, et notre raison peut émettre des **doutes sérieux** pour l'une ou l'autre solution. Bref, tout cela est parfois déroutant. Que faire ? Rester **patients** et permettre aux mouvements intérieurs, sentiments et pensées de se décanter jusqu'à ce que le **calme** revienne. Quand une décision est en accord avec le fond de notre cœur, nous sentons que « c'est bon pour moi ». Nous sommes alors pleins de **courage** et **d'énergie**. Nous trouvons la paix, et **une paix qui dure**.

*Quelle option résonne plus profondément en ton cœur – même si c'est un défi pour toi ?*

## 4. Cherche quelques bons conseils.



Nous n'aimons pas que quelqu'un d'autre nous dise ce qu'il faut faire ! Mais nous avons un **grand besoin d'écouter des personnes qui nous connaissent bien**, qui ne désirent que le meilleur pour nous ou qui ont des connaissances et une expérience qui nous font défaut. De telles personnes peuvent nous aider à découvrir et à **clarifier ce que nous désirons vraiment**, si notre raisonnement est solide et si le choix que nous nous apprêtons à faire est en cohérence avec nos convictions essentielles. Souvent, ces personnes peuvent montrer des possibilités auxquelles nous n'avions pas encore pensé et que nous pouvons explorer.

*Tes motivations vont devenir plus claires quand tu parleras à quelqu'un d'autre. Partager en confiance fait toujours grandir.*

## 5. Imagine plusieurs options possibles.



Quand on a une décision à prendre, il est bon d'avoir **une alternative réaliste**, un choix **entre deux possibilités a priori bonnes toutes les deux**. En les comparant l'une à l'autre, nous pouvons nous demander :

- Quelle décision me rend plus paisible ?
- Laquelle est-ce que je désire au plus profond de moi ?
- Quelle décision met davantage en jeu mes talents ?

- Quelle décision est la plus sensée ?
- Quelle décision va aboutir à un meilleur service des autres ?

*Pour poser un vrai choix, au minimum deux solutions plausibles sont nécessaires, sinon les dés sont pipés.*

### 6. Jette un coup d'œil sur les défis du monde.



Nous ne prenons pas nos décisions dans le vide. Nous sommes enracinés dans un **espace-temps**, dans une **culture** et une **tradition** religieuse spécifiques. Nos décisions ne sont pas uniquement tournées vers nous-mêmes : elles doivent prendre en compte ce moment et cet endroit précis où nous vivons ainsi que les **besoins concrets de notre situation**. Nous pouvons nous poser des questions comme : Quels besoins ou urgences est-ce que je perçois dans le monde et autour de moi ? Comment puis-je y répondre au mieux ? Et quand je serai vieux, qu'est-ce j'aimerais vraiment avoir fait de ma vie ?

*Où a-t-on besoin de toi ? Où peux-tu aider le mieux les autres ? Où ta venue pourrait-elle rendre service ?*

### 7. Apprends à reconnaître tes dons et compétences.



Prendre des décisions demande de **nous connaître nous-mêmes**. Ce processus dure toute la vie, mais quelques questions aident :

- Quels sont mes **dons** ?
- Quelles sont mes **forces** et mes **faiblesses** ?
- Qu'est-ce que j'ai en moi qui peut rendre le monde meilleur ?

**Demander à d'autres** les dons (ou faiblesses) qu'ils voient en moi aide aussi. Confirment-ils ce que je vois en moi-même ? Voient-ils des traits de ma personnalité que je n'ai pas vus moi-même ? Nous ne cessons jamais d'apprendre sur nous-mêmes.

*Que sais-tu faire ? Qu'est-ce que tu aimes faire ? Quelles sont les qualités que les autres voient chez toi ?*

### 8. Prends du temps pour regarder rêves et désirs.



Nos rêves sont enfouis dans les profondeurs de notre être, mais ils font partie de nous. Ils sont le **reflet de nos espoirs** pour nous-mêmes et pour le monde. Ils nous font découvrir nos aspirations les plus personnelles. Ils peuvent nous être inspirés par Dieu, et c'est en vivant à partir d'eux que nous pouvons **devenir co-créateurs avec Dieu** dans nos décisions. Pour savoir quels sont tes rêves, demande-toi ce qui te passionne réellement. Ne réponds pas trop vite à cette question, sinon ta réponse sera superficielle. Consacre beaucoup de temps à cette question, rumine-la, médite-la... Permits à la question de s'approfondir de plus en plus, jusqu'à ce que...

*Dieu te parle à travers tes rêves, tes songes et tes désirs. Ose les suivre : ils te montreront le chemin !*