

# MA RELECTURE DU SOIR

OÙ DIEU ÉTAIT-IL AUJOURD'HUI ? - 10 MINUTES

☐

1

## Je me pose

Je m'assieds, je respire profondément trois fois, je fais silence.

☐

2

## Je demande la lumière

« Esprit Saint, montre-moi ma journée avec ton regard. »

☐

3

## Je dis merci pour 3 dons

Trois dons précis et concrets reçus aujourd'hui — même minuscules.

☐

4

## Je repère la consolation

À quel moment mon cœur était-il en paix, vivant, ouvert ? Qu'est-ce qui s'y jouait ?

☐

5

## Je repère la désolation

Quand étais-je troublé, fermé, découragé ? Je le confie sans me juger.

☐

6

## Dieu m'a-t-il parlé ?

Par une parole, une rencontre, un événement, une intuition, un verset... Je note.

☐

7

## Je demande pardon

Pour un moment où je n'ai pas aimé — et je reçois la miséricorde.

☐

8

## Je confie demain

Un rendez-vous, une personne, une décision : « Parle, Seigneur, ton serviteur écoute. »

CE QUE JE RETIENS DE CE SOIR...

---

---

---

« Sonde-moi, ô Dieu, et connais mon cœur » (Ps 139,23) · Formation Entendre la voix de Dieu