

## **Relire mon temps de confinement**

*Souvent, ce n'est pas sur le moment que nous savons bien ce que nous vivons, mais après coup. Alors que le confinement s'achève enfin, voici un peu d'aide pour déjà le relire, comme un temps d'épreuve mais aussi de grâce. Relire, c'est donc se retourner en arrière, afin de mieux cerner l'action de Dieu, mais aussi nos résistances à celle-ci.*

### **Mes émotions**

Quelles sont les émotions (peur, angoisse, tristesse, colère, joie, etc.) par lesquelles je suis passé(e) ?

Est-ce qu'elles m'ont submergé(e), ou les ai-je vécues simplement ?

Ai-je eu des difficultés à les exprimer, à les partager ?

En ai-je honte ?

Ai-je vécu tout cela sans que cela m'affecte en rien ?

Ai-je découvert des aspects de ma personnalité ?

### **Mes réflexions**

Ce temps de confinement a-t-il pour moi été source de questionnements, de réflexions ?

En ai-je profité pour lire des livres qui les ont nourri(e)s ?

Quel a été mon rapport à l'information ? Ai-je privilégié le sensationnel/l'événementiel sur les analyses de fond ?

Ai-je essayé de comprendre ce qui se passait, ou ai-je simplement ri aux blagues qu'on m'envoyait ?

Ai-je assez écouté, ou pensé tout comprendre mieux et plus vite que tout le monde ?

La parole de l'Église (pape, évêques, prêtres, laïcs) a-t-elle été une nourriture pour mon intelligence ?

La situation de mon pays et du monde me préoccupe-t-elle, ou suis-je seulement inquiet de mon avenir à moi ?

### **Ma vie intérieure**

Ai-je profité de ce temps pour développer ma relation avec Dieu ? Ou l'ai-je mise en pause ?

Ai-je lu la Parole de Dieu ? Pris de vrais temps de silence avec Lui ?

Ai-je cultivé l'esprit du Carême, puis la joie de Pâques et du temps pascal ?

Ai-je grandi ou perdu en patience ? En espérance ?

Ai-je grandi ou perdu en charité ?

La privation des sacrements m'a-t-elle fait mieux les aimer et les désirer ?

### **Mes activités**

Ai-je été paresseux ou activiste ?

Ai-je le sentiment de n'avoir rien fait, et, si oui, ce sentiment est-il juste ?

Me suis porté volontaire pour rendre service ?  
Quel a été mon rapport au numérique ?  
En ai-je profité pour rattraper mon retard sur tel ou tel sujet ?  
Ai-je entrepris des chantiers (ménage, bricolage, travaux d'intérieur, etc.) ?  
Ai-je décroché dans mes études, ou, à l'inverse, me suis accroché (e) ?

### **Mes relations**

Cette période a-t-elle été une période de repli sur moi-même ?  
Ai-je fui la solitude dans des conversations inutiles ou dans des excès ?  
Ai-je fait preuve de plus d'attention envers les autres ? Envers mes proches seulement ?  
Ai-je vécu des conflits, des réconciliations (famille, amis) ? A la fin est-ce que je les aime mieux ou moins bien ?  
Ai-je manifesté de la générosité, de l'égoïsme ?  
Ai-je eu des initiatives dans mes relations avec les autres, ou ai-je plutôt attendu qu'ils en aient envers moi ?

### **Mes résolutions**

Cette période a-t-elle fait germer en moi des projets ?  
Est-ce ce que je peux m'inspirer de ce que d'autres ont fait ?  
Qu'est-ce que je veux garder après la fin du confinement de la vie de prière que j'ai menée ?  
Quelles sont les décisions qui m'attendent maintenant ?  
À quoi le Seigneur m'appelle-t-il au sortir de cette crise ?  
Cette période aura-t-elle changé ma vie ? Si oui, en quoi ?