



Le magazine de la Dynamique  
Jeunesse de l'UEPAL

10<sup>ans</sup>  
La Parole  
est dans le pré

La Parole est dans le  
pré intérieur

TEST !

À quoi ressemble  
ta vie intérieure ?

RÉPONSES EN P4



© Counseling / pixabay.com © GG-125 / pixabay.com © Jll111 / pixabay.com

Édito

## Prendre soin de son JARDIN INTÉRIEUR

**P**ince-Dieu et Pince-toi sont dans une barque. Pince-Dieu tombe à l'eau. Qui reste-t-il ? Pince-toi ! Pince-toi, non mais je rêve, pourquoi je me pincerais ? Pour arrêter de rêver Dieu et toi, comme ils ne sont pas. Nous sommes entourés de gens qui se pincet de rire quand ils entendent parler de Dieu. « *Quoi, tu crois ? ! Mais t'es au courant qu'on n'est plus au Moyen-Âge !* » Ils ont tant d'idées fausses sur Dieu que leur dieu ne mérite que de tomber à l'eau. Plouf ! Et si j'évacue Dieu, qu'est-ce qui reste ? Ben, moi. Moi et mes potes, moi et les profs, moi et ma famille. Et ça c'est parfois top, mais pas toujours rose non plus.

La Parole est dans le pré t'invite à t'asseoir dans ton pré intérieur. Euh, c'est quoi un pré intérieur ? Une moquette verte synthétique qu'on déploie dans le salon ou sur un terrain de foot ? Non, c'est ce qui fait nous. Notre intériorité, notre lieu secret, notre « âme ».

Un intérieur top, ce n'est pas un appart nickel chrome sans désordre, avec les décos tendance du moment. Un pré intérieur top, c'est une vie épanouie, le signe de quelqu'un qui prend soin de son jardin personnel. Qui est capable de poser son portable, son jeu vidéo pour aller vers les autres et soi-même, en vérité, en silence, en partage. Prendre du temps pour soigner sa relation aux autres, à Dieu et à soi-même. Il refuse de dire : « *Penser à l'essentiel, ça me broute* ». Il ne passe pas la tondeuse sur toutes les questions qui dérangent. Du style : « *Quelle est ma place dans ce monde ? Dieu a-t-il un plan pour moi ? Il est où papy, maintenant qu'il est mort ? Qu'est-ce que j'aimerais faire de ma vie ?* »

Quand les disciples perçoivent un beau jour la part de lumière de Jésus, ils sont littéralement scotchés. Ils décident de monter leur tente auprès de lui. C'est ce que nous ferons nous aussi. Trois jours pour se poser et reposer dans notre pré intérieur, en prendre soin, arracher quelques mauvaises herbes. Laisser Dieu et les autres y semer de belles choses qui germeront dans les mois et les années à venir. À vos marques pour le pré, partez !

Isabelle Gerber,  
inspectrice ecclésiastique  
de Bouxwiller

Isabelle Gerber,  
inspectrice ecclésiastique  
de Bouxwiller

Test proposé par  
Agathe, Fabienne, Fred...  
et les lycéens de la Casa  
de Haguenau



### 1. Spontanément tu te sens plutôt



Tranquille Émile



Je vais mal Pascal



Bien Sébastien

### 2. Tes vacances seront plutôt



Netflix and chill



Sortir avec des amis



Travailler

### 3. Si tu étais une couleur, ce serait



All black



Bleu ciel



Rouge coquelicot

### 4. Ta vie spirituelle ressemble à



Une jungle amazonienne



Un trou noir



Un long fleuve tranquille

### 5. Ton guide spirituel pourrait être



Bouddha



Dark Vador



Jésus

### 6. C'est soirée ciné, tu choisis plutôt



Les Tuche



The Dark side



Fast and Furious

### 7. À l'intérieur de toi, tu es souvent



Calme / détendu



Happy / curieux



En colère / c'est l'orage

### 8. Pour toi, les autres c'est



L'enfer



Le bonheur



Ça dépend des jours

### 9. Si je te dis le mot « prière »



Tu pars en courant



Tu serais intéressé pour en parler

Ça fait partie de ton quotidien

## Méditation

# MON ESPRIT EST COMME MA CHAMBRE

« Pour toi, quand tu veux prier, entre dans ta chambre la plus retirée, verrouille ta porte et adresse ta prière à ton Père qui est là dans le secret. Et ton Père, qui voit dans le secret, te le rendra. »

MATTHIEU 6,6 (TRADUCTION TOB)

**Q**ui n'a jamais entendu dans la bouche de ses parents un résolu « File dans ta chambre ! » ? Eh bien, dans l'Évangile de Matthieu, Jésus fait la même demande à ses disciples. Ambiance, ambiance... Jésus ne les punit pas pour une quelconque bêtise commise, un mot de trop, un geste de trop, un comportement de trop, mais il donne ce conseil à ses amis proches, à son cercle restreint. Il leur présente une façon de faire pour prier.

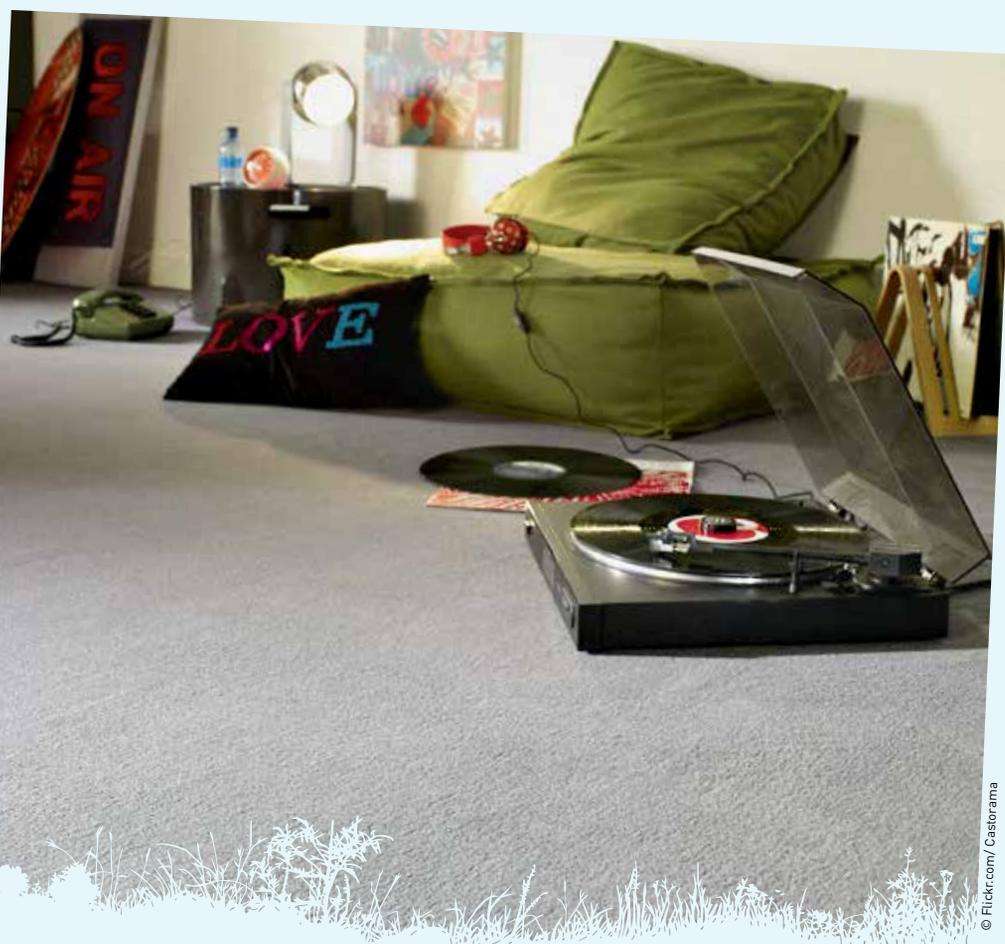
Ma chambre, c'est un espace qui m'appartient où je fais ce que je veux (ou presque), que je décoore comme je veux (ou presque), que je range quand je veux (ou presque). Un espace qui me ressemble, parfois en bazar et parfois hyper rangé, parfois lumineux et parfois dans la pénombre. Un espace où je peux me sentir bien.

Et si notre chambre la plus retirée, la plus secrète, était à l'intérieur de nous-même ? Une manière de dire que prier, c'est d'abord entrer en soi-même et s'écouter. Faire place à ses sentiments, à son humeur, son état d'esprit. Une manière de cultiver son pré intérieur. En moi, comme dans ma chambre, je dois parfois faire du tri (sélectif) pour ouvrir la porte sans trop de difficulté et pouvoir marcher sans me prendre les pieds dans du linge sale, des paquets de chips entamés ou des piles de bouquins.

Une manière de me faire du bien pour pouvoir ensuite faire du bien. Prendre du temps pour soi pour pouvoir prendre du temps pour les autres et pour le Tout-Autre : Dieu !

**Jean-Sébastien Laurain,**

pasteur à Hagondange/Maizières-lès-Metz



## Les 10 commandements pour bien vivre sa vie

### 1 TU SAIS PRIER MAIS TU NE LE SAIS PAS

Il paraît que les poissons sont la forme de vie animale la plus primitive. Écrirait-on un traité de la respiration dans l'eau pour les poissons ?

Comme tu es à un stade d'évolution plus avancé que le poisson, si lui sait respirer sous l'eau, toi tu sais prier. Tu sais prier, mais tu ne le sais pas. Ce n'est pas plus difficile que de respirer.

### 2 TU ES EN TRAIN DE PRIER EN CE MOMENT, MAIS TU NE LE SAIS PAS

Prier, c'est prendre conscience que je suis en train de le faire. Mais comme tu es peut-être en train de penser aux devoirs non finis, au joli garçon qui a appuyé un regard vers toi dans la cour ou au hamburger que tu vas aller déguster tout à l'heure, ton esprit n'est pas disponible pour t'en rendre compte.

### 3 PRIER, C'EST FERMER SA PORTE

Jésus expliqua un jour : « Quand tu pries, retire-toi dans ta chambre, ferme sur toi la porte et prie ton Père qui est là, dans le secret ». C'est une invitation à couper les communications extérieures qui encombrant notre esprit, à cesser de laisser son esprit bavarder. Martin Luther dira : « Un bon coiffeur doit porter toute son attention sur le rasoir... S'il se mettait à bavarder et à penser à autre chose, il risquerait de vous couper le nez ou la gorge. Toute chose qui doit être bien faite exige l'homme tout entier... À plus forte raison, la prière exige le cœur tout entier si la prière doit être une bonne prière... afin que mon esprit soit aussi désencombré que possible ».

Prier sans avoir fermé sa porte, ce serait comme discuter avec son meilleur ami en ayant l'œil connecté en même temps sur son compte facebook, twitter, snapchat...

### 4 DIEU EST LÀ

Pour prendre conscience que je respire, je dois avoir conscience que je suis environné d'air et ne penser qu'à cet air que je laisse entrer. De la même manière, pour prier, j'ai besoin d'avoir conscience de la présence de Dieu à l'intérieur de moi. Quelqu'un a dit : « Dieu, c'est comme le soleil, mais à

5 questions à Gérard Siegwalt, docteur en théologie

## «NOTRE INTÉRIORITÉ EST UN LIEU DE RENCONTRE»



© Simon Creswell

En 2016, une célébration festive a réuni tous les participants à *La Parole est dans le pré*.

## ements e intérieure

l'intérieur». Pour prier, il suffit de prendre conscience que Dieu est là.

### 5 DIEU ?

N'en cherche pas une définition, n'en cherche pas la couleur, le ton de la voix ou le visage. Pour le connaître, il n'y a qu'un chemin, c'est d'ouvrir ta Bible. Tu y entendras une seule et même chose dite de pleins de manières différentes : tu es aimé, il y a un avenir pour toi, il n'y a pas de fin...

### 6 TU N'AS RIEN À DIRE

Tu n'as rien à dire. Mais tu peux simplement prendre ta Bible et y lire un texte au hasard ou choisi, dire le *Notre Père* et tu entendras Dieu te parler.

### 7 TU N'AS RIEN À DEMANDER

Jésus disait aussi : « *En priant, ne multipliez pas de vaines paroles comme ceux qui s'imaginent qu'à force de paroles, ils seront exaucés. Car votre Père sait de quoi vous avez besoin, avant même que vous le lui demandiez.* »

### 8 N'ATTENDS RIEN DE LA PRIÈRE

N'attends rien de la prière, ne lui demande pas d'être efficace. Et il te sera donné non ce que tu crois vouloir, mais ce dont tu as vraiment besoin.

### 9 RIEN N'EST PLUS IMPORTANT QUE LA PRIÈRE

Tu peux être tenté de te dire : je prierai tout à l'heure, quand j'aurai le temps, d'abord j'ai des choses importantes à faire. Mais qu'est-ce qui peut être plus important que la prière ? Si tu es boulanger, tu pourras le faire en pétrissant ton pain, bachelier, ce sera pendant ton épreuve de maths ou en allant t'allonger dans l'herbe.

### 10 POURQUOI NE PAS ESSAYER ?

La meilleure manière de connaître quelqu'un c'est de l'écouter, la meilleure manière de connaître Dieu c'est pareil. Pour apprendre à prier il suffit donc de ... prier. Alors referme cette page, coupe toutes les connexions extérieures et à plus tard.

Jean-Mathieu Thallinger,  
pasteur à Mulhouse

### Que vous inspire « *La Parole est dans le pré* » ?

**La parole**, ce qui sort de ma bouche, qui exprime ce qui est au fond de moi, qui dit ma recherche, ma souffrance, peut-être mon désespoir, mais aussi mon espoir pour moi-même et pour d'autres, ma compassion avec d'autres.

**Dans le pré** : Ma parole est dite à d'autres, partagée avec eux, dans une sorte de jeu où différentes paroles se croisent, s'interpellent, s'enrichissent, se corrigent.

**La Parole est dans le pré** : À travers les paroles et le jeu entre les paroles, en quête d'une Parole qui soit constructive de moi, de ma relation à moi-même, à d'autres, à l'environnement et la création, à Dieu, et constructive pas seulement pour moi-même mais pour chacun et chacune et tous et toutes.

### Les jeunes ont-ils encore besoin de spiritualité ?

C'est aux jeunes eux-mêmes de dire s'ils voient pour eux-mêmes - et pour d'autres - l'utilité ou la nécessité de la spiritualité. Leur manque-t-elle ? Qu'est-ce qu'ils en attendent pour eux-mêmes ? Y a-t-il une spiritualité - qui tienne la route et qui donc soit constructive - sans une Maison (la religion, quelle qu'elle soit) et sans un foyer (un centre, un « feu ») dans la Maison (la foi, personnelle et communautaire) ? La spiritualité, liée à une Maison (religion) donnée et à un « feu » ou foyer (foi) donné, est le rayonnement de cette Maison et de ce foyer vers l'extérieur, dans l'ouverture à cet extérieur, aussi à d'autres religions et d'autres fois.

### Peut-on dire que ce qui est à l'intérieur de nous est plus grand que ce que nous montrons à l'extérieur ?

C'est à l'intérieur de nous que se mènent les combats - qu'on appelle par conséquent « spirituels » - qui feront que nous saurons faire face, ou non, aux défis de la vie et du monde. Notre intériorité est le lieu de rencontre, en nous, de

notre vécu extérieur (et intérieur) et de la source d'inspiration et de renouvellement, jour après jour, qui coule en nous, attestée par la Maison de la religion et par le cœur de son foyer, de son centre.

**Une intériorité doit se construire** : c'est là la responsabilité d'un côté de l'éducation et principalement de la Maison de la religion avec son centre, de l'autre côté de chacune et chacun et pour soi-même, seul ou à plusieurs.

**Une intériorité a besoin d'une colonne vertébrale**, qui fait qu'elle nous met debout pour affronter la vie et le monde. Cette colonne vertébrale, c'est la confession de foi.

### Quels conseils donneriez-vous aux jeunes pour cultiver leur vie intérieure ?

Je laisserai aux jeunes le soin de répondre à cette question. Les remarques précédentes contiennent suffisamment d'indications à ce propos.

### Qu'auriez-vous envie de dire aux jeunes rassemblés dans le pré ?

Je leur dirais que, pour moi, la jeunesse a été une période très difficile, parce que tout y est toujours incertain : c'est un temps de formation certes, qui demande beaucoup de travail, mais intérieurement on se sent souvent très seul et livré à soi-même, sans se connaître encore suffisamment et sans voir comment on pourra maîtriser la vie et trouver sa place dans un monde d'une complexité toujours plus grande.

Ce qui m'a aidé dans cette période, c'est ce qui m'a aidé aussi par la suite, c'est l'orientation intérieure vers le Christ et la rencontre avec d'autres jeunes, autour de thèmes, de jeux et de temps de recueillement.

Ce que je n'ai pas eu, et que j'ai seulement découvert une fois adulte, c'est un accompagnement personnel par quelqu'un de plus expérimenté en qui j'avais confiance et auprès de qui je pouvais « déposer » mes difficultés et mes questions.

Propos recueillis par **Frédéric Gangloff**,  
pasteur à Haguenau

## RÉSULTATS DU TEST

## À quoi ressemble ta vie intérieure ?

Tu as un max de 

Ta vie intérieure ressemble à un pré fleuri de Pfaffenhoffen, avec des oiseaux qui chantent et des amis qui sortent la guitare. Le soleil brille, le ciel est bleu et tu aimes cela. Ta vie intérieure est heureuse et tu aimes qu'elle le reste. Tu as confiance en l'avenir, tu as des projets, de l'énergie et plein d'idées. Tu aimes passer du temps avec les autres. Bref, tu vois la vie du bon côté. C'est une chance d'avoir cet élan optimiste, mais attention, le risque est de vouloir fuir les nuages qui passent et, du coup, de te déconnecter de la vraie vie et des autres qui ne sont pas dans le même élan que toi.

Tu as un max de 

Ta vie intérieure ressemble à un long fleuve tranquille. Pour te sentir bien, tu as besoin de sérénité, d'harmonie et de repères. Tu n'aimes pas trop être bousculé, ni dans tes émotions, ni en te prenant la tête avec trop de questions. Du coup, la tentation est de fuir les situations de conflits par exemple, de prendre de la distance en laissant passer ce qui dérange ou ce qui est trop fort en émotions. Or, peut-être que ça vaudrait le coup que tu oses les traverser, avec confiance, car c'est ce qui te fera évoluer !

Tu as un max de 

Ta vie intérieure ressemble au côté obscur de la force, elle est plutôt mouvementée. Tu n'es pas Dark Vador mais tu aimes les univers sombres ou gothiques. Ta vie intérieure est profonde, tu es très sensible et tu réfléchis beaucoup. La musique a une grande place dans ta vie et te permet de gérer tes émotions. Tu aimes être seul dans ta bulle ou juste avec ceux qui te comprennent. Car tu te sens souvent incompris et toi, tu as du mal à comprendre l'univers branché de tes camarades. Ta sensibilité est une qualité qui pourrait te permettre d'échanger et même de comprendre les autres. Ne te laisse pas freiner par ce qui te tourmente et ose faire un pas vers d'autres univers.



© PDP 2016 - Simon Crosswell

## Chanson

## J'ai DIX ans

J'ai bientôt dix ans / Et toutes mes dents  
Ça fait dix ans / qu'j'me mets  
au vert tous les 2 ans  
Tu crois qu'j déconne / Mais j'ai dix ans  
J'continue à rêver / De remplir  
pour mille ans  
Ça fait bientôt dix ans / Qu'j'en fais baver  
à mes parents  
Ça te paraît dingue mais /  
Si tu m'crois pas hé /  
Amène ta gueule à la PDP

Bientôt dix ans  
Que j'sors mon chapeau / Et c'est pas  
la vie d'château  
Paroles in the pré / c'est Apocalypse now  
Moi je rigol' / Dans le pré J'rêve j'vole  
Et c'est pas « pré » de finir / Le meilleur  
est « avenir »  
Si tu m'crois pas hé /  
Amène ta gueule à la PDP

À Pentecôte j'suis sous tente /  
Dans des villages en pente  
J'me tape des douches improvisées /  
Et des toilettes à « chier »  
Ateliers, musique, animations /  
Même ZeBible sous tension  
T'as pas vraiment le temps de glander /  
Tellement ta réalité est augmentée  
Si tu m'crois pas hé /  
Amène ta gueule à la PDP

Ça fait bientôt dix ans  
Que j'vis les années paires /  
Pour revoir tous mes frères  
Et bouffer en plein air / Pâtes, saucisses et  
pommes de terre  
Pendant qu'les pasteurs se marrent /  
J'vais faire un tour au bar

Une paille dans ma limonade / Qu'est-ce  
qu'on déconne camarade !  
J'adore trop « draguer » les filles d'à côté /  
Pendant qu'les mecs sont en mode Taizé  
Si tu m'crois pas, hé /  
Et que tu veux voir ce que c'est !  
Amène ta gueule à la PDP

J'ai bientôt dix ans  
J'vis des trucs d'enfer / Où les grands n'ont  
rien à y faire  
J'vais souvent hors des clous / Qu'est-ce  
qu'on s'amuse comme des fous  
D'habitude on est cramé / En 2016  
on s'est gelé  
On s'en fout, on est motivé / Génération  
Parole dans le Pré  
Si tu me crois pas hé /  
Et que t'arrives pas à décoller  
Amène tes fesses à la PDP

J'ai bientôt dix ans / Des souvenirs  
plein la tête  
J'ai bientôt dix ans / Viens faire la fête  
Bientôt dix ans / Sans papa et maman  
En 2018 prends la vie côté jardin /  
Deviens malin !

Ça te paraît chelou, mais vas-y /  
Viens souffler mes bougies

Amène ta gueule à la PDP /  
On va s'éclater !

Paroles de **Frédéric Gangloff**  
d'après la chanson J'ai dix ans  
(paroles d'Alain Souchon sur une musique  
de Laurent Voulzy - 1974, label RCA)

 c'est aussi une page facebook   
remplie d'infos, d'humour, d'actu,  
de photos et de vidéos sympas.

Deviens « fan » de la page « Le Fruit Détendu » !