

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 38 (2008)
Heft: 1

Buchbesprechung: Vivre sa spiritualité au quotidien [Pierre Pradervand]

Autor: Prélaz, Catherine

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 30.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Livres

Accueillir sans juger

Pierre Pradervand

Vivre sa spiritualité au quotidien



les clés de la spiritualité

jouvence EDITIONS

Grâce à Pierre Pradervand, on découvre l'art de bénir. Une manière d'ensoleiller nos journées... et celles des autres.

Avec simplicité et bon sens, Pierre Pradervand nous montre des chemins sur lesquels il est possible de mettre ses pas. Pas de grands discours éthérités et savants, de sa part. C'est par des actes accessibles à tous et quelques changements d'attitude à notre portée qu'il nous guide dans la voie du développement personnel.

Sociologue, consultant, formateur, il a écrit sur des thèmes qui nous touchent et nous interpellent: le bonheur, la vie simple, comment ne plus être victime, ni esclave du temps ou de l'argent. Des thèmes qu'il propose également lors de ses stages «Vivre Autrement». Aujourd'hui, c'est un classique de Pierre Pradervand que les Editions Jouvence rééditent dix ans après sa publication... et qui devrait nous aider à accueillir cette nouvelle année avec un regard positif et confiant.

Communiquer autrement

Vivre sa spiritualité au quotidien, telle est l'expérience qu'il nous invite à tenter. «Ou bien la spiritualité s'intègre aux actes quotidiens les plus simples, du jardinage aux rapports amoureux en passant par la vaisselle et le jogging, ou bien elle ne vaut même pas la peine d'être mentionnée. Par-dessus tout, la spiritualité authentique est une façon d'être.»

Homme de partage, l'auteur priviliege les rencontres, la parole. Mais pas seulement. Ce qu'il nous dit ici, c'est d'une certaine manière qu'il est possible de communiquer au-delà des mots, sans même se connaître. Ce qu'il nous

enseigne, c'est l'art de bénir. Bénir la journée qui commence, mais bénir aussi chaque personne. «Quand vous bénissez dans leur bonheur tous ceux que vous croisez, sans égard aucun pour leur apparence, accoutrement, expression, de tout votre cœur, il est impossible que ce cœur ne s'élargisse pas.» Autre bienfait de cet art de bénir: il nous aide à sortir d'une attitude de jugement. Tout comme il insuffle ce petit supplément d'âme, voire de sacré, à tout ce qui remplit nos journées. «La forme ritualisée de bénédiction qui conclut les services religieux chrétiens ne constitue qu'une parmi des centaines de formes de bénédiction que l'on retrouve partout, dans pratiquement toutes les cultures, et dont certaines formes laïciséées subsistent aujourd'hui: pendre la crêmaillère, le sapin au sommet d'une maison en construction, le riz que l'on jette sur les mariés. Dans certaines régions des Alpes suisses, encore aujourd'hui, les bergers entonnent chaque soir, dans toutes les directions, des bénédictions sur une sorte de haut-parleur rustique en bois.»

Pierre Pradervand n'impose rien. Il témoigne de son expérience, nous conte l'aventure de quelques «convertis» à l'art de bénir qui vivent ainsi des journées plus ensoleillées. «Il n'y a pas d'éducateurs, mais seulement des gens qui montrent aux autres comment ils s'y prennent pour s'éduquer eux-mêmes, écrivait le philosophe français Jean Guitton.»

Vivre sa spiritualité au quotidien,
Pierre Pradervand, Editions Jouvence.