

La croissance spirituelle et l'accompagnement spirituel



Abbé Bernard Schubiger

Avril 2021

Table des matières

Table des matières	1
La vie spirituelle c'est quoi ?	4
Quelques figures du N.T. pour découvrir cette vie spirituelle	4
Nicodème : renaître d'en haut	4
Jean : il vit et il crut	5
Marie-Madeleine : le double retournement – le rock and roll	6
Zachée : il me faut demeurer chez toi	7
Pierre : le chemin de miséricorde de toute une vie	7
Le parcours oasis :	15
Les différentes spiritualités	16
La croissance spirituelle	18
Les moyens	19
Les étapes de la croissance spirituelle	19
Des bonnes pratiques (à tout âge)	19
1° LA FOI EXPÉRIMENTÉE (avant 6 ans)	20
2° LA FOI GRÉGAIRE (6 à 11 ans)	20
3° LA FOI EN RECHERCHE (18-25 ans ?)	21
4° LA FOI ADULTE => vers la liberté intérieure	21
Cinq étapes de la croissance spirituelle	25
1° Étape fusionnelle :	25
2° Foi qui questionne :	25
3° Âge de raison = conformation à une autorité extérieure	25
4° Adolescence de la foi = contestation :	25
5° Foi adulte = libre	25
Les à-coups normaux	25
La maturité spirituelle liée au reste de la personne	26
Pratique	26
Les 5 étapes de la vie spirituelle	27
1. Le réveil	27
2. L'apprentissage	27
3. L'action (<i>vers les autres</i>)	27
4. Le mur (<i>vers l'intérieur de soi</i>)	28
5. La consolidation (<i>vers l'extérieur</i>)	29
L'accompagnement spirituel c'est quoi ?	29
Une écoute bienveillante pour aider la vie spirituelle	29

Entretien	30
Le rôle de l'accompagnateur	30
Historique.....	31
Du côté de l'accompagné.....	31
Du côté de l'accompagnateur	31
L'accompagnement spirituel : marcher à côté et au rythme de l'accompagné	32
Les qualités d'un bon accompagnateur.....	33
Au cœur de l'accompagnement spirituel la réconciliation	33
Un chant – une prière	33
Les cinq doigts de la spiritualité	34
Prier avec les cinq doigts pour la réconciliation	35
La priorité à l'accompagnement : inversion de paradigme.....	36
Différents types d'accompagnement	37
1° L'accompagnateur/trice.....	37
2° Le directeur/trice de conscience	38
3° Le père spirituel – la mère spirituelle	38
Changer d'accompagnement et d'accompagnateur	38
L'importance de la liberté et de l'indépendance	38
Vers la liberté intérieure.....	38
1° Découverte et progression dans la vie de et par l'Esprit	39
2° Découverte et approfondissement du discernement.....	40
3° Découverte et application de l'expérience des consolations / désolations	41
Consoler.....	42
Désolation	43
4° Découverte et application du processus ignatien de l'élection.....	44
5° Conformation toujours plus grande au Christ dans tous les mystères : joyeux, lumineux, douloureux, glorieux.....	44
6° Compréhension et vécu de la souffrance comme conformation à la passion du Jésus-Christ : de la révolte à l'acceptation, en passant par le choix libre et conscient.....	44
7° La vraie et seule liberté : choisir librement et consciemment ce que je ne peux pas choisir	44
Annexe 1 : Carré sémiotique de la miséricorde	45
Bibliographie :	45
1° Spiritualité :	45
Grands auteurs spirituels : = différentes spiritualités	45
2° Croissance spirituelle	45

3° Accompagnement spirituel :45

Introduction

Cette petite brochure a été suscitée par la prise de conscience du manque dans nos paroisses, nos unités pastorales, ... de l'encouragement et de la formation à la vie spirituelle. Nous avons beaucoup de parcours de formation, de conférences mais très peu¹ dans le domaine de la spiritualité, de la vie intérieure, de la relation intime de tout un chacun avec son Seigneur et son Dieu.

C'est un manque cruel, car cet aspect de la vie chrétienne, pourtant essentiel est laissé au bon vouloir et au choix de chacune et chacun ; le plus souvent sans aucune stimulation, piste, formation et accompagnement.

Essayons dans ce petit livre de livrer quelques bases générales de la vie spirituelle, de l'accompagnement et du discernement.

La vie spirituelle c'est quoi ?

La vie spirituelle est cette relation personnelle et intime avec Dieu. Une relation qui diffère chez chacun mais qui a les mêmes fondements :

- Une rencontre personnelle avec Jésus-Christ ressuscité et vivant, toujours présent dans mon cœur et ma vie
- Une vie intérieure, qui est un passage de la tête au cœur
- Une vie dans la foi, où les signes de la présence du Dieu vivant me parle, m'interpelle et me stimule
- Une vie spirituelle au cœur de ma vie de tous les jours, qui me transforme peu à peu, pas à pas, pour être toujours plus transparent de sa présence, de son amour, de sa paix
- Une nouvelle naissance intérieure, renaissance d'en-haut dans la communion avec Dieu, comme l'invitation faite à Nicodème.

Quelques figures du N.T. pour découvrir cette vie spirituelle

Nicodème : renaître d'en haut

Renaître d'en-haut : la rencontre de Nicodème avec Jésus (Jn 3,1-20)

¹ Il y avait un homme, un pharisien nommé **Nicodème** ; c'était un notable parmi les Juifs. ² Il vint trouver **Jésus** pendant *la nuit*. Il lui dit :

« *Rabbi, nous le savons, c'est de la part de Dieu que tu es venu comme un maître qui enseigne, car personne ne peut accomplir les signes que toi, tu accomplis, si Dieu n'est pas avec lui.* »

³ **Jésus** lui répondit : « *Amen, amen, je te le dis : à moins de naître d'en haut, on ne peut voir le royaume de Dieu.* »

⁴ **Nicodème** lui répliqua : « *Comment un homme peut-il naître quand il est vieux ? Peut-il entrer une deuxième fois dans le sein de sa mère et renaître ?* »

⁵ **Jésus** répondit : « *Amen, amen, je te le dis : personne, à moins de naître de l'eau et de l'Esprit, ne peut entrer dans le royaume de Dieu.* »

⁶ Ce qui est *né de la chair* est chair ; ce qui est *né de l'Esprit* est esprit.

⁷ Ne sois pas étonné si je t'ai dit : il vous faut naître d'en haut.

¹ Voir le parcours oasis : <https://www.parcours oasis.org/>

⁸ *Le vent souffle où il veut : tu entends sa voix, mais tu ne sais ni d'où il vient ni où il va. Il en est ainsi pour qui est né du souffle de l'Esprit. »*

⁹ **Nicodème** reprit : « Comment cela peut-il se faire ? »

¹⁰ **Jésus** lui répondit : « Tu es un maître qui enseigne Israël et tu ne connais pas ces choses-là ? ¹¹ Amen, amen, je te le dis : nous parlons de ce que nous savons, nous témoignons de ce que nous avons vu, et *vous ne recevez pas notre témoignage.* ¹² Si vous ne croyez pas lorsque je vous parle des choses de la terre, comment croirez-vous quand je vous parlerai des choses du ciel ?

¹³ Car nul n'est monté au ciel sinon celui qui est descendu du ciel, le Fils de l'homme. ¹⁴ De même que le *serpent de bronze fut élevé par Moïse* dans le désert, ainsi faut-il que le *Fils de l'homme soit élevé,* ¹⁵ afin qu'en lui tout homme qui croit ait *la vie éternelle.* ¹⁶ Car Dieu a tellement *aimé le monde* qu'il a *donné son Fils unique,* afin que quiconque *croit* en lui ne se perde pas, mais obtienne *la vie éternelle.* ¹⁷ Car Dieu a envoyé son Fils dans le monde, non *pas pour juger* le monde, mais pour que, par lui, *le monde soit sauvé.* ¹⁸ Celui qui *croit* en lui *échappe au Jugement* ; celui qui *ne croit pas est déjà jugé,* du fait qu'il n'a pas cru au nom du Fils unique de Dieu.

¹⁹ Et *le Jugement,* le voici : *la lumière est venue dans le monde,* et les hommes ont *préféré les ténèbres* à la lumière, parce que *leurs œuvres étaient mauvaises.*

²⁰ Celui qui fait le mal déteste la lumière : il ne vient pas à la lumière, de peur que ses œuvres ne soient dénoncées ; ²¹ mais celui *qui fait la vérité* vient à la *lumière,* pour qu'il soit manifeste que ses œuvres ont été accomplies en *union avec Dieu.* »

Questions :

1° Que reconnaît Nicodème en Jésus au départ de sa rencontre ? Est-ce bien l'identité de Jésus ? En quoi diffère l'image que Nicodème se fait de Jésus et l'identité qu'il donne de lui-même ?

2° Que signifie naître d'en-haut, selon Nicodème ? selon Jésus ?

3° Comment Jésus décrit la vie de et selon l'Esprit (= vie spirituelle) ?

4° Quelle est la mission de Jésus selon lui-même ?

5° Quel est le jugement ou non jugement selon Jésus ?

Ce qui est chair reste chair, ce qui est esprit devient esprit. La vie spirituelle est la naissance à la vie dans et par l'Esprit-Saint. C'est une nouvelle naissance d'en-haut. L'accompagnement spirituel devient alors cette maternité qui met au monde le chemin qui mène à la vie éternelle.

Cette vie spirituelle est un discernement, une révélation, un jugement, un choix : croire en l'unique qui peut nous sauver et nous donner la vie éternelle : Jésus-Christ venu pour sauver le monde non pour le juger.

Cette naissance d'en-haut se fait par étape, comme la croissance d'un enfant vers sa vie adulte.

Jean : il vit et il crut

Jn 20,¹ *Le premier jour* de la semaine, **Marie Madeleine** se rend au *tombeau de grand matin* ; c'était encore *les ténèbres.* Elle s'aperçoit que *la pierre a été enlevée* du tombeau.

² Elle *court* donc trouver **Simon-Pierre** et **l'autre disciple**, celui que Jésus *aimait*, et elle leur dit : « On a *enlevé le Seigneur* de son tombeau, et nous ne savons *pas où on l'a déposé*. »

³ **Pierre** partit donc avec l'autre disciple pour se rendre au *tombeau*.

⁴ Ils *couraient* tous les deux ensemble, mais **l'autre disciple** courut *plus vite* que **Pierre** et arriva *le premier* au tombeau.

⁵ En se penchant, il *s'aperçoit* que *les linges* sont posés à plat ; cependant il n'entre pas.

⁶ **Simon-Pierre**, qui le suivait, arrive à son tour. Il *entre* dans le tombeau ; il *aperçoit les linges*, posés à plat, ⁷ ainsi que le *suaire* qui avait entouré la tête de Jésus, non pas posé avec les linges, mais roulé à part à sa place.

⁸ C'est alors qu'*entra l'autre disciple*, lui qui était arrivé le premier au tombeau.

Il vit, et il crut.

⁹ Jusque-là, en effet, les disciples n'avaient *pas compris* que, selon *l'Écriture*, il fallait que *Jésus ressuscite d'entre les morts*.

¹⁰ Ensuite, les disciples retournèrent chez eux.

Questions ?

1° Pour quoi Marie-Madeleine, puis Pierre et Jean (l'autre disciple) courent ?

2° Pourquoi Jean n'entre pas dans le tombeau et se contente de regarder ?

3° Que voit Pierre ?

4° Que voit Jean ?

5° Quel est le passage de la vision de Pierre à la vision de Jean ?

6° Quelle est la foi de Jean ?

La vie spirituelle est ce passage du regard de Pierre posé sur les événements au regard de foi intérieure, de Jean qui fait le lien entre la réalité et la Parole de Dieu. Jean vit et crut, car il ne se contente pas seulement de regarder avec le yeux de la tête, mais il regarde avec les yeux du cœur et se souvient dans son cœur de la Parole que Jésus avait dit plusieurs fois : « « Quand vous aurez élevé le Fils de l'homme, alors vous comprendrez que moi, JE SUIS, et que je ne fais rien de moi-même ; ce que je dis là, je le dis comme le Père me l'a enseigné » (Jn 8,28). « Il faut que le Fils de l'homme souffre beaucoup, qu'il soit rejeté par les anciens, les grands prêtres et les scribes, qu'il soit tué, et que, le troisième jour, il ressuscite » (Lc 9,22). Faire le lien entre ma vie quotidienne et la Parole de Dieu voilà ce qui nourrit ma vie intérieur, spirituelle.

Marie-Madeleine : le double retournement – le rock and roll

Jn 20,¹¹ **Marie Madeleine** se tenait près du *tombeau*, au-dehors, tout en *pleurs*. Et en pleurant, elle se pencha vers le tombeau.

¹² Elle aperçoit **deux anges** vêtus de *blanc*, assis l'un à la tête et l'autre aux pieds, à l'endroit où avait reposé le corps de Jésus.

¹³ Ils lui demandent : « *Femme*, pourquoi pleures-tu ? » Elle leur répond : « *On a enlevé mon Seigneur*, et je ne sais pas où on l'a déposé. »

¹⁴ Ayant dit cela, elle se **retourna** ; elle aperçoit **Jésus** qui se tenait là, mais elle ne savait pas que c'était Jésus.

¹⁵ Jésus lui dit : « *Femme, pourquoi pleures-tu ? Qui cherches-tu ?* » Le prenant **pour le jardinier**, elle lui répond : « Si c'est toi qui l'as emporté, dis-moi où tu l'as déposé, et moi, j'irai le prendre. »

¹⁶ Jésus lui dit alors : « **Marie !** » S'étant **retournée**, elle lui dit en hébreu : « **Rabbouni !** », c'est-à-dire : **Maître**.

¹⁷ Jésus reprend : « Ne me retiens pas, car je ne suis pas encore monté vers le Père. Va trouver mes frères pour leur dire que je monte vers mon Père et votre Père, vers mon Dieu et votre Dieu. »

¹⁸ Marie Madeleine s'en va donc annoncer aux disciples : « *J'ai vu le Seigneur !* », et elle raconta ce qu'il lui avait dit.

Questions ?

1° Pourquoi Marie-Madeleine pleure ?

2° Quel est le rôle des deux anges ?

3° Le premier retournement permet à Marie-Madeleine de voir qui ?

4° Qu'est ce qui provoque le deuxième retournement de Marie-Madeleine ?

5° « Marie » - « Rabbouni » que signifie spirituellement ces deux noms par lesquels Jésus salue Marie-Madeleine et elle, Jésus ?

6° Que signifie spirituellement ce double retournement de Marie-Madeleine ?

Marie-Madeleine est encore totalement dans sa relations charnelle avec Jésus, elle pleure car le corps de Jésus a été enlevé. Il lui faut le présence des deux anges pour dépasser sa relation terrestre, et dans une premier temps elle prend Jésus pour le jardinier qui a enlevé le corps de Jésus. Elle reconnaît Jésus car il l'appelle par son prénom « Marie », certainement dans un ton de voix unique et reconnaissable entre mille.

Marie-Madeleine se retourne une première fois pour voir Jésus sans le reconnaître véritablement, c'est la première conversion, choisir de suivre Jésus, de faire le bien et de rejeter le mal. (= rock)

Mais il faut le deuxième retournement intérieur où Marie-Madeleine se sent reconnu par Jésus, à travers son prénom, pour qu'elle puisse croire en la présence de Jésus, ressuscité, vivant en face d'elle (= roll).

Ce double retournement est le chemin de tout chrétien, d'abord un choix de suivre Jésus, par le baptême, le catéchisme, une vie chrétienne ; c'est le rock. Puis un retournement intérieur dans une rencontre personnelle et unique avec Jésus-Christ, pour une vie spirituelle et intérieur ; c'est le roll.

La vraie vie spirituelle est un rock-and-roll. Malheureusement beaucoup de chrétien restent à la première conversion et ne développe pas véritablement une vie spirituelle par le rencontre personnelle avec Jésus-Christ.

Zachée : il me faut demeurer chez toi

Pierre : le chemin de miséricorde de toute une vie

Pierre est l'apôtre impulsif à l'engagement immédiat sans réflexion et profondeur. Il va devoir apprendre, à ses dépens, le chemin d'intériorité et de vie spirituelle, qui passe par des étapes, avancer au fur et à mesure.

Pierre voudrait déjà être totalement en communion avec Jésus-Christ, il va faire l'expérience qu'il n'en est rien et qu'il va même renier Jésus. Seule la miséricorde et le pardon de Jésus peuvent le transformer de la l'intérieur. Il en est de même de chacun de nous. La vie chrétienne, ne consiste pas à tendre et réaliser ce que Dieu désire pour nous et avec nous par nos propres efforts et forces. Mais le véritable vie chrétienne et donc spirituelle consiste à se laisser habiter toujours plus par notre Seigneur et notre Dieu en lui donnant la première place dans nos cœurs, notre vie et tout notre être, pour que ce soit lui qui nous transforme de l'intérieur et agisse en nous et à travers nous. Ainsi l'essentiel de la vie spirituelle est un abandon total à la grâce agissante de Dieu, à travers l'Esprit-Saint : souscrire en tout à la volonté de Dieu, ce qui est bien, ce qui lui plaît, ce qui est parfait selon l'amour (Rm 12,2).

Découvrons ensemble différentes étapes de la vie de Pierre, peut-être pourrions-nous aussi reconnaître certaines étapes de notre vie spirituelle personnelle.

Le chemin de miséricorde de Pierre :

« je te suivrai partout où tu iras »	ENGAGEMENT	VÉRITÉ	Reniement : « non je n'en suis pas »
« m'aime-tu plus que ceux-ci ? »	JUSTICE	MISSION	« sois le berger de mon troupeau »
	= MISÉRICORDE		

Les cinq doigts de la prière

Le Seigneur m'a donné une main à cinq doigt pour apprendre à prier, Alléluia !
Le pouce le premier pour dire je t'aime et entrer en prière par le silence ou la louange, Alléluia !

L'index dit merci en montrant les belles choses, Alléluia !

Le majeur même s'il est grand n'a pas peur de se plier pour demander pardon, Alléluia !

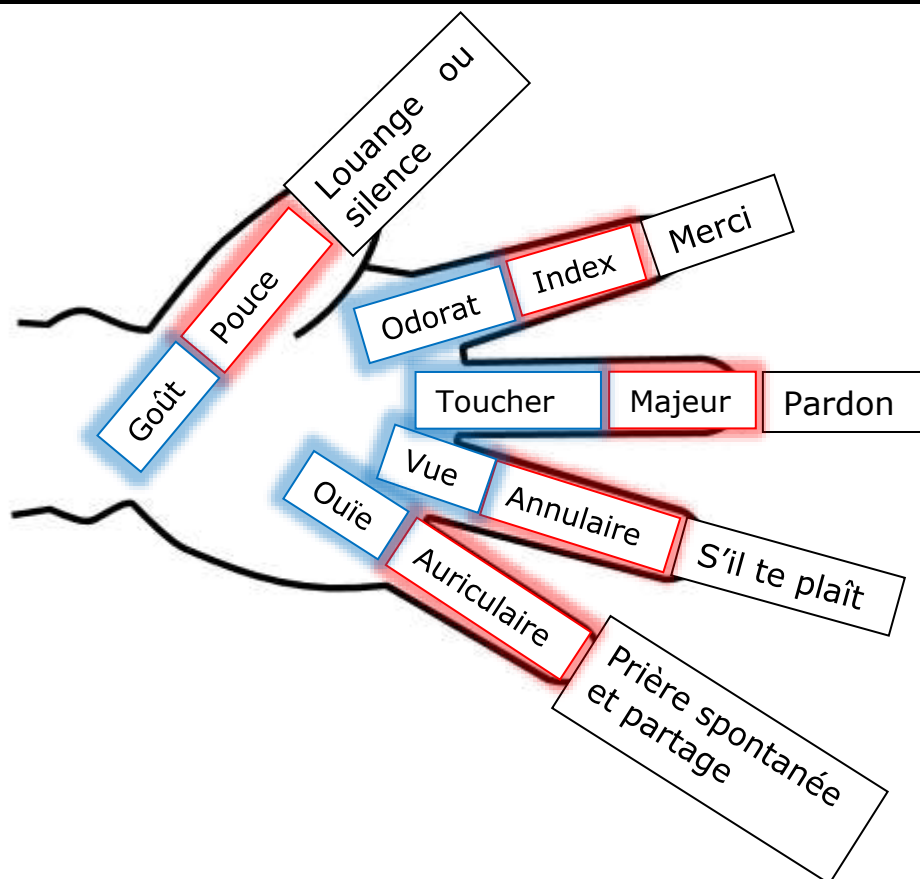
L'annulaire pour demander s'il te plaît, s'il te plaît Alléluia !

Et le dernier l'auriculaire, le petit ne fait pas de bruit, il donne, il donne, il partage car il aime, Alléluia !

J'aime, je t'aime Seigneur, j'aime merci, j'aime pardon, j'aime s'il te plaît, j'aime je partage.

Le Seigneur m'a donné une main à cinq doigt pour apprendre à prier, Alléluia !²

² À partir du chant de sœur Agathe : <https://www.youtube.com/watch?v=eu0eQZ8vnXc>



En nous donnant des mains " pleines de doigts ", la Providence a bien fait les choses !

Cette configuration morphologique de notre corps nous aide à comprendre bien des aspects de la psychologie humaine, de la vie de tous les jours et de la foi chrétienne. La main humaine peut être d'un symbolisme saisissant. Jugez plutôt !

Le **petit doigt** qui sait tout est le doigt de l'*écoute* : " c'est mon petit doigt qui me l'a dit ! " Ce n'est pas pour rien qu'on l'appelle auriculaire... Il est donc aussi le doigt de l'écoute de la Parole de Dieu. L'**annulaire**, doigt de l'anneau, de l'alliance des époux, est le doigt de l'affection. Il permet d'aborder les questions de l'*affectivité*. Le **majeur**, le doigt du *temps*, permet d'aborder ce qui nous occupe la... majeure partie du temps et donc notre manière d'occuper notre temps : du passé dont on tire les leçons au futur qu'on espère, en passant par l'instant présent. L'**index** indique *le sens* : à la fois la direction à prendre et la signification des choses. L'occasion de faire le point sur le sens de la vie et de donner une orientation à sa vie. Le **pouce** enfin joue le rôle de pince et permet de *saisir* ce que tiennent les autres doigts. Saisir, c'est aussi *comprendre* ! C'est le rôle de la spiritualité : ressaisir toute notre vie et lui donner une valeur d'éternité³.

Le symbole des doigts⁴:

³ Joseph Roduit, Chrétiens jusqu'au bout des doigts. Guide pratique pour la prière et la vie chrétienne, Éditions Saint-Augustin, 2001, 70 p, épuisé.

⁴ Cf.: <https://1001symboles.net/symbole/sens-de-doigt.html>
<https://santenatureetcie.com/les-mains-symbolique/>

Le pouce: il est associé à la bouche. C'est le doigt que les enfants suce. Il symbolise donc l'oralité. Lié au goût, à l'oralité. (sucer son pouce). Il représente l'égo, le « moi je », le pouvoir. Il est affecté par la pression qu'on se met ou que les autres nous mettent. En lien également avec le fait de se sentir poussé. Le pouce (le goût), essentiel à la préhension : **aimer** = se savoir aimé de Dieu donc aimer Dieu et les autres. Appuyer pour ouvrir la porte de la prière soit par **le silence** du corps et de tout son être ou par **la louange** avec les mains, le corps et tout son être. C'est soit passer de l'extérieur vers l'intérieur (silence) soit passer de l'intérieur (la joie de se savoir aimé) vers l'extérieur (louange). Se savoir aimé tendrement par Dieu tel que je suis, non pas tel que je voudrais être, ni tel que je pense (crois) devoir être, ni tel que les autres voudraient que je sois. Pour à mon tour aimer Dieu de tout mon être et les autres tel que je me sais aimé de Dieu.

L'index : il permet de donner la direction ou d'attirer l'attention ou de mettre en garde. il symbolise donc le jugement, l'accusation et l'intellect. L'index est lié à l'odorat et à l'intellect. Il donne la direction et peut signifier le désir (« je veux ça »). Il représente aussi le jugement, l'accusation (montrer du doigt), la culpabilité, l'orgueil. En lien avec l'autorité et la façon d'affirmer son pouvoir personnel.

L'index (odorat), celui qui montre : **dire merci** pour toutes les merveilles.

Le majeur : il est associé aux émotions, notamment la colère. Il peut également évoquer la sexualité. Le majeur est lié au toucher, à l'émotionnel, au cœur. Il représente la créativité, la sexualité, le plaisir, la sensualité mais aussi la colère. En lien avec des problèmes dans la vie sexuelle, dans la réalisation de ses désirs en général. Il peut y avoir pas mal de colère et de frustration associées.

Le majeur (toucher), le plus long : qui se plie pour **demander pardon**.

L'annulaire : c'est le doigt de l'anneau. il est associé au mariage. Il symbolise l'alliance. L'annulaire est lié à la vue et aux yeux. On l'associe au mariage (coté gauche) et aux alliances/associations en général (coté droit). Il représente les liens émotionnels, la vie de couple, la façon de vivre sa liberté. Dans son côté négatif, il représente le chagrin et les difficultés relationnelles.

L'annulaire (vue), celui qui fait le lien (anneau) : qui **demande s'il te plaît**.

L'auriculaire : il est associé aux oreilles. Il symbolise donc les secrets et les mensonges, mais aussi l'intuition. D'ailleurs, l'expression "C'est mon petit doigt qui me l'a dit" en est une bonne illustration. L'auriculaire est lié à l'ouïe et aux oreilles. Il est en lien avec la communication, la vérité, l'intégrité, la sagesse, l'ouverture aux autres, l'intuition « mon petit doigt m'a dit... » et est donc affecté par les confessions, les secrets, les non-dits voire les mensonges. En lien également avec la famille, le cœur, l'amour.

L'auriculaire (ouïe), celui qui est le plus petit : **partage** d'abord la **prière spontanée** avec les autres comme un **cadeau** puis **partage** concrètement son temps, sa récré, son aide, ses jeux, ...



Une prière universelle sur les cinq doigts



Je regarde les cinq doigts de ma main.

Quand je prie, **le pouce** est le plus **proche** de mon cœur.

Il me rappelle de prier pour mes proches...

Je te prie Seigneur pour mes parents et mes frères et sœurs.

L'index, je le lève quand je veux parler. Je respecte **les enseignants**.

La Bible me dit de prier pour ceux qui parlent en ce monde :

Les présidents, le pape, les prêtres...
Aujourd'hui, je fais silence pour le prêtre de ma paroisse...
Parfois, **le majeur** est utilisé pour maudire.
Jésus dit de prier pour **nos ennemis** plutôt que de les maudire.
Je prie pour ceux que je n'aime pas assez.
Le quatrième doigt, **l'annulaire**, est le plus faible des cinq doigts.
Il m'encourage à prier pour **le plus faible** de mon entourage :
Je prie pour un(e) ami(e) malade.
L'auriculaire, le plus petit,
Me rappelle que je suis petit.
Je ne dois pas oublier de prier **pour moi**,
Pour que toujours je marche sur le chemin de Jésus.



Il y a vingt ans, Jorge Mario Bergoglio, évêque de Buenos Aires et actuel pape François, a écrit une prière qui est devenue très populaire en Argentine. C'est une prière très simple qui reflète, en fait, le caractère et le style du Saint-Père. Une prière « à portée de la main ». Une prière sur les doigts de la main. Une prière universelle complète et riche.

1. Le pouce est le doigt **le plus proche** de vous. Donc commencez par prier pour ceux qui vous sont les plus proches. Ce sont les plus susceptibles de revenir à vos mémoires. Prier pour les gens qui nous sont très chers est un *doux devoir*. Restons quelques instants en silence pour penser aux membres de nos familles, nos amis, nos

proches, nos collègues et les personnes connues ou inconnues que nous avons croisées en ce jour.

2. Ensuite, **l'index**. Priez pour **ceux qui enseignent**, ceux qui s'occupent de l'éducation et des soins médicaux : pour les enseignants, les professeurs, les médecins et les prêtres, les catéchistes. Ils ont besoin de soutien et de sagesse afin qu'ils puissent montrer le droit chemin aux autres. Ne les oubliez pas dans vos prières. Arrêtons-nous un moment pour méditer sur l'importance de l'enseignement de la petite enfance jusqu'à l'âge adulte, et sur l'intérêt de soins de santé de qualité prodigués respectivement par un corps professoral et médical motivés.

3. Le doigt qui suit est **le majeur**, le plus long. Il nous rappelle **nos gouvernants**. Priez pour le Président, pour les députés, pour les entrepreneurs et pour les administrateurs. Ce sont eux qui dirigent le destin de notre pays et sont chargés de guider l'opinion publique. Ils ont besoin de l'aide de Dieu. Attardons-nous un peu sur tous les types de dirigeants, à tous les niveaux que ce soit, la politique, avec les pouvoirs législatif et exécutif, la magistrature avec le pouvoir judiciaire, l'économie avec les chefs d'entreprise, la presse, les dignitaires spirituels. Mais aussi **nos ennemis**.

4. Le quatrième doigt est **l'annulaire**. Bien que cela puisse surprendre la plupart des gens, c'est notre doigt le plus faible, et tout professeur de piano peut le confirmer. Vous devez vous rappeler de prier **pour les faibles**, pour ceux qui ont beaucoup de problèmes à résoudre ou qui sont éprouvés par la maladie. Ils ont besoin de vos prières jour et nuit. Il n'y aura jamais trop de prières pour ces personnes. Nous sommes aussi invités à prier pour les mariages. A présent, prions pour les personnes en position de faiblesse : les malades, les personnes handicapées, les personnes mutilées, abandonnées, rejetées, exclues, humiliées, endeuillées, les marginaux, les victimes en tout genre, les sinistrés, les accidentés. Ceux et celles qui doivent se reconstruire après un traumatisme. Etant donné que l'annulaire est le doigt de l'alliance, demandons également au Seigneur de protéger les couples unis par le mariage.

5. Et enfin, il y a **notre auriculaire**, le plus petit de tous les doigts, aussi petit que nous devons nous tenir devant Dieu et devant les autres. Comme le dit la Bible, *les derniers seront les premiers*. Le petit doigt est là pour vous rappeler que vous devez **prier pour vous-même**. Ce n'est que lorsque vous avez prié pour les quatre autres groupes, que vous pouvez le faire pour vous en toute confiance. Enfin, même si Dieu votre Père sait bien ce qu'il vous faut,

avant que vous ne le lui demandiez (Mt 6,8), vous pouvez maintenant lui demander dans votre for intérieur de subvenir à vos besoins spirituels et matériels, et si c'est conforme à sa volonté et à son plan d'amour sur vous, il vous l'accordera dans son infinie miséricorde⁵.

Deux manières d'entrer en prière :

La prière est d'abord une attitude intérieure, elle est un moyen (non un but) pour entrer en relation avec le tout autre, l'indicible, celui qui nous habite dans le silence de notre cœur. Il s'agit donc de nous préparer à une rencontre avec Dieu, en Jésus-Christ par l'Esprit-Saint. Voici deux manières d'entrer en prière

1° Par le silence :

Passage de l'extérieur vers l'intérieur, le cœur où habite Dieu.

Une bonne *préparation avec son corps* est utile et nécessaire.

Être bien assis les pieds posé au sol, le dos appuyé.

Dieu se rencontre dans le silence. Ainsi faire silence avec tout son corps et son être est une bonne manière pour entrer en prière.

Avec un accompagnement musical calme et régulier.

1° je fais silence avec mes pieds, je les pose par terre et ne les bouge plus (je ne balance pas mes pieds, ...).

2° Je fais silence avec mon dos, je l'appuie contre le dossier de ma chaise et me tient bien droit.

3° Je fais silence avec mes mains en les croisant ou en les joignant pour la prière.

4° Je fais silence avec ma bouche en la fermant et en ne faisant aucun bruit.

5° Je fais silence avec mes yeux en les fermant comme des volets et en les gardant fermés.

6° Je fais silence avec mes oreilles en écoutant de l'intérieur avec mon cœur.

7° Je fais silence avec ma tête en éteignant la TV intérieure et en ne pensant plus qu'à Jésus, toujours avec moi.

8° Je descends dans mon cœur à la rencontre de Jésus et je lui ouvre de l'intérieur la porte.

Jésus est là avec moi. Je suis là avec lui.

Je peux lui parler dans le silence de mon cœur et lui confier tous mes secrets.

⁵ D'après l'article paru dans le bulletin diocésain de l'Eglise en Martinique n°497 du 1er mars 2015

Je peux lui dire combien je l'aime et désire être avec lui.

2° Par la louange :

La louange est une ouverture à Dieu pour le reconnaître comme celui qui nous aime et en retour lui rendre grâce, le louer.

Plus la louange est vivante plus elle aide l'ouverture rapide du cœur pour entrer en relation avec le Tout-Autre.

Bien sur les psaumes sont possibles, mais encore mieux s'ils sont mis en musique avec des mélodies dynamiques.

La participation du corps à la louange, fait entrer la louange en profondeur dans tout notre corps et fait participer tout notre être à cette reconnaissance de l'amour inconditionnel de Dieu.

1° Choisir quelques chants de louange

2° Apprendre le refrain et la mélodie phrase par phrase

3° Chanter avec l'accompagnement guitare en direct ou avec l'aide d'un CD ou de MP3

4° Proposer des gestes simples :

- Frapper dans les mains en rythme
- Se balancer de côté ou d'avant en arrière
- Lever les mains
- ...

5° Poursuivre la prière : écoute de la parole, ou merci, pardon, s'il te plaît, partage de prière spontanée.

Le parcours oasis :

Le parcours est un parcours en petit groupe de 5-10 personnes pour découvrir, grandir, approfondir la vie spirituelle personnelle. Animé avec des vidéos réalisées par :

- L'abbé François-Xavier Amherdt, Professeur de théologie pastorale pédagogie religieuse et homélitique, Université de Fribourg (CH).
- Madame Marie-Agnès de Matteo, Animatrice pastorale, Unité pastorale de Nyon (CH).
- Père Jean-Emmanuel de Ena, Carme à Toulouse, Directeur de l'Institut Jean de la Croix (F).
- Père Franck Janin, sj., Président de la Conférence des Provinciaux jésuites européens (F).

Pourquoi Oasis ?

Ce monde a soif, soif d'autre chose, soif de spiritualité authentique. Beaucoup sont en quête d'un souffle intérieur capable de donner sens à leur existence.

Le parcours Oasis voudrait permettre à chacun(e) de découvrir l'itinéraire chrétien de la vie spirituelle.

Il nous entraîne dans une aventure intérieure en 10 étapes + une retraite.

Pour qui ?

Le style se veut simple et accessible à tous. Le contenu offre une initiation à la vie spirituelle à partir des éléments de base pour déployer progressivement la profondeur de la spiritualité chrétienne. Ainsi cet itinéraire peut-il convenir à ceux qui se sentent éloignés de l'Église, mais également aux agents pastoraux, catéchistes, communautés religieuses ou personnes en formation pour un service ecclésial.

Thèmes abordés :

- Osons l'aventure intérieure !
- Où trouver Dieu ?
- L'arc-en-ciel des sacrements
- Déployer la force spirituelle du baptême
- Combat et discernement spirituel
- Appelés à la sainteté
- La communion des saints
- La vie spirituelle : une conversion permanente
- Vouloir ce que Dieu veut ?
- Témoins du Christ ressuscité
- Dieu Père, Fils et Esprit Saint : comment vivre l'unité avec la Trinité ? (4 conférences pour animer une retraite)

Les différentes spiritualités

Chez les catholiques, très vite la vie spirituelle est associée à la spiritualité différenciée d'un saint. Voici quelques spiritualités :

- Bénédictine : à partir de la règle monastique de St Benoît
- Cistercienne : à partir de St Bernard de Clairvaux
- Franciscaine : à partir de St François et sa dame pauvreté
- Carmélitaine : à partir de Ste Thérèse d'Avila et St Jean de la Croix
- Salésienne : à partir de St Don Bosco
- Visitandine : à partir de St François de Sales et Ste Jeanne-Françoise

Mais il est bon de découvrir davantage la croissance spirituelle de manière générale, particulièrement pour ceux qui n'ont pas eu, ou peu de contact, jusque-là avec l'Église⁶.

Autre parcours ⁷:

Voici un parcours qui peut aider chacun à progresser dans la foi et à la vivre plus pleinement, plus heureusement, plus librement, en accueillant plus résolument l'Esprit Saint dans sa vie. Chaque thème est l'occasion d'approfondir un aspect essentiel de la vie chrétienne à la lumière de l'Évangile et de la tradition de l'Église, en faisant appel à des textes brefs et incisifs de quelques maîtres spirituels anciens ou actuels.

1. La caractéristique chrétienne dans l'univers spirituel d'aujourd'hui : une *vie filiale dans l'Esprit Saint*.
2. « *Renaître d'en haut* » Jn 3, 3. Eveil, croissance et épreuve de la foi. Ouverture du cœur et transformation du regard.
3. La prière chrétienne et la connaissance intérieure de Jésus-Christ. « *Sentir et goûter les choses intérieurement* ». L'amour fraternel en toute rencontre.
4. *Le combat spirituel et le discernement*. Chercher et choisir le Christ en tout. La joie comme fruit et comme critère.
5. *La croissance de la charité*. La vie dans l'Esprit Saint intègre toujours plus l'humain en nous, et retourne le sens de la mort. « Que lui grandisse et que moi je diminue ».
6. *L'Eucharistie* : notre participation au mystère pascal et à l'effort de salut du monde. Le don de la vie jusqu'à l'amour des ennemis.
7. *Docilité et disponibilité à l'Esprit Saint au quotidien* : vivre toute chose dans l'Esprit, comme Marie. *Le chemin de la sainteté*.

A travers quelques pages spirituelles fondamentales, ce parcours permettra d'expérimenter le travail de l'Esprit en nous et entre nous. Comme en témoigne toute la Bible, c'est toujours dans une relation qui mobilise notre intériorité que l'Esprit se communique.

⁶ Différentes vidéos et podcast :

La vie spirituelle de manière universelle : interview d'un frère dominicain Adrien Candiard sur Radio France culture : <https://www.franceculture.fr/emissions/les-discussions-du-soir-avec-leili-anvar/quest-ce-quune-vie-spirituelle>

La vie spirituelle des prêtres : <https://www.youtube.com/watch?v=2ycRTuzacoA>

Comment avoir une vie spirituelle forte en tant que jeunes mariés - Parole de femmes - Nifah : <https://www.youtube.com/watch?v=C0BpyExyTwo>

⁷ <https://centresevres.com/evenement/quest-ce-que-la-vie-spirituelle-10/>

Beaucoup de nos contemporains font l'expérience d'une vie intérieure profonde dans laquelle ils ne rencontrent pas Dieu. Peut-on méditer, ou même prier, sans croire en Dieu ? Dominique Salin, jésuite, explique pourquoi il estime que la vie spirituelle n'est pas réservée aux croyants⁸.

La croissance spirituelle

C'est surtout dans les milieux évangéliques que l'on parle de croissance spirituelle ; et pourtant cet aspect de la vie chrétienne est très important.

Pour les catholiques c'est une invitation à mieux prendre en compte le cheminement des personnes qui n'ont *peu ou pas de contact suivi et constant avec l'Église* (soit le plus souvent le 70 à 90%) et qui découvrent une relation personnelle avec Jésus-Christ à travers *l'évangélisation missionnaire* (qui justement manque cruellement dans nos paroisses nos UP). Le pape François appelle justement les baptisés, les paroissiennes et paroissiens à sortir des églises pour aller à la rencontre des périphéries.

Par sa croissance spirituelle, le croyant est transformé pour posséder et manifester progressivement son caractère chrétien. Cette transformation le fait :

- passer de la vie de la chair (l'être naturel, l'être instinctif) à celle de l'Esprit (Ga 5,16-25) (cf « naître d'en-haut : voire ci-dessus avec Nicodème).
- passer de l'état d'enfance spirituelle à celui « d'adulte » (Hb 5,13-14; Ep 4,13-15);
- tendre vers la perfection (2Co 13,11) de l'amour;
- se détacher des choses terrestres (ce qui se voit) pour s'attacher aux choses célestes (ce qui ne se voit pas) (Col 3,1-2; 2Co 4,18; Ph 3,18-20).

Domaines dans lesquels nous devons spécialement croître :

- La foi (2Co 10,15 ; 2Th 1,3)
- L'amour (Col 3,14 ; 2P 1,5-8)
- Les progrès pour plaire à Dieu (1Th 4,1) dans la sainteté (2Co 7,1)
- La grâce et la connaissance de notre Seigneur Jésus Christ (2P 3,18)

⁸ <https://croire.la-croix.com/Definitions/Lexique/Vie-spirituelle/Peut-il-y-avoir-une-vie-spirituelle-sans-Dieu>

Les progrès de la croissance se poursuivent jusqu'à la mort (Ph 3,12).

Les moyens

- La lecture et l'étude de la Parole (Jean 5,39 ; 1Tm 4,13 ; 2Tm 3,16 ; 1P 2,2)
- La prière (Jd 1,20 ; Ph 4,6-7)
- La contemplation - adoration qui nous transforme et nous fait refléter la Gloire de Dieu (2Co 3,18), la connaissance de Dieu (Col 1,10)
- Le service – partage - solidarité (1Tm 2,13 ; 1 Tm 4,12-16 ; Ac 9,20.22)
- La vie d'Église (Ep 4,11-13; Hb 10,25)
- Les sacrements
- La vie fraternelle

Les étapes de la croissance spirituelle

Il y a plusieurs manière d'envisager la croissance spirituelle. D'une part par analogie à la croissance cognitive et morale de l'enfant vers l'âge adulte. D'autre part à l'âge adulte la progression dans une foi toujours plus profonde, libre, consciente, personnelle et rattachée à l'Église.

Nous envisageons d'abord la croissance de la foi de l'enfant⁹ :

Des bonnes pratiques (à tout âge)

- Réfléchir à notre espace physique. Très souvent nous avons un modèle « scolaire » – peut-on utiliser l'espace autrement ? Des exemples :
 - Utiliser un tapis pour délimiter un grand espace pour être assis par terre et favoriser le dialogue
 - Sortir une table pour faire du bricolage, mais s'asseoir en rond pour écouter l'histoire/prier etc
 - Réfléchir aux décorations, images, posters, etc.
- Penser au cheminement spirituel quand on planifie les activités dans notre rencontre.
 - Prévoir des temps de prière
 - Inclure des temps de silence

⁹ Cf.: <http://www.equip6.com/les-eacutetapes-de-la-croissance-spirituelle.html>

- Être créatifs dans les façons de prier (intégrer bricolage, expression artistique, jeu...)
- Favoriser le relationnel – entre les enfants et avec les animateurs – respecter la confidentialité (dans la mesure du possible)
- Ne pas hésiter à prier POUR les enfants, et les encourager/inviter (sans forcer) à prier. Les aider en leur faisant lire une prière écrite et préparée à l'avance.
- Lire et raconter la Bible en cherchant un lien avec leur vie quotidienne.
- Veiller à être cohérent dans notre vie avec ce que l'on enseigne

1° LA FOI EXPÉRIMENTÉE (avant 6 ans)

Quelques caractéristiques :

- Apprentissage
- Croissance rapide
- Exploration avec les 5 sens
- Dépendance
- Confiance
- Observation
- Amour
- Acceptation
- L'expérience précède la compréhension
- Faire plutôt qu'expliquer

Moyens d'éveil

- Lire et raconter les histoires de la Bible en utilisant les 5 sens
- Chanter des chants qui parlent de Dieu avec les gestes
- Proposer à l'enfant de participer à son niveau
- Mettre en place des « rituels » qui ont du sens.
- Inclure les enfants dans la vie spirituelle et fraternelle de l'Église
- Prier à haute voix pour les enfants – et laisser de la place pour qu'ils prient aussi

2° LA FOI GRÉGAIRE (6 à 11 ans)

Quelques caractéristiques :

- Importance du groupe et de son appartenance
- Importance des règles du groupe
- Confiance dans les responsables (parents, moniteurs, etc.)
- Apprentissage de la gestion des émotions
- Importance des histoires et de l'Histoire biblique
- Expérience quotidienne
- Fort sens de la justice
- Soif de connaissance
- Distinction entre réalité et imagination
- Importance de l'action

- Désir de plaire
- Importance de l'école
- Influence de la communauté
- Foi plus importante que « les croyances »
- Expression multi-sensorielle – musique, arts plastiques, expression corporelle, « S'exprimer en faisant »
- Sens de la présence de Dieu (même si l'enfant a du mal à l'articuler)

Moyens d'éveil

- Attention ! La transition entre la foi expérimentée de la petite enfance à la foi affective peut se vivre comme une vraie conversion ou l'enfant « donne son cœur à Jésus ». A accueillir et à prendre très au sérieux.
- Profiter de la curiosité naturelle de l'enfant pour explorer la foi, la spiritualité
- Importance du dynamique du groupe – c'est l'âge des colos, de 'l'école de dimanche', de clubs de tout sort... Donc chercher à favoriser les amitiés, les rencontres en dehors des temps officiels...
- Inviter la participation active des enfants – si l'enfant a besoin de certaines connaissances bibliques, il a encore plus besoin de découvrir une relation vivante avec Jésus.

3° LA FOI EN RECHERCHE (18-25 ans ?)

- Rare avant la pré-adolescence
- Questions et doutes
- Réflexion et expériences
- Capacité grandissant pour la pensée abstraite
- Transformation sur tous les plans
- Quête de sens, quête de soi
- Importance du groupe – les copains, la loyauté
- Contestation, remise en question
- Ne pas confondre la recherche avec la rébellion/récidive/abandon de la foi

Quelle spiritualité pour les jeunes « en recherche » ?

- Attention ! La remise en question normale de cet étape peut être vécu par certains comme une rébellion. Mais si le jeune ne remet jamais en question ce qu'il a appris, il aura du mal à se l'approprier.
- Encourager le questionnement, la remise en question, mais aussi l'engagement
- Proposer de faire les choses « autrement »
- Respecter l'intimité (voir timidité) de certains – **ne jamais obliger** un jeune à faire quelque chose qui lui met mal à l'aise !
- Des activités pratiques peuvent servir de point d'ancrage

Puis nous envisageons à l'âge adulte le passage vers une foi toujours plus libre et intérieure, personnelle et rattachée à l'Église, responsable et cohérente, active et contemplative, ... :

4° LA FOI ADULTE => vers la liberté intérieure

- Découverte et progression dans la vie de et par l'Esprit
- Découverte et approfondissement du discernement
- Découverte et application de l'expérience des consolations / désolations
- Découverte et application du processus ignatien de l'élection
- Conformation toujours plus grande au Christ dans tous les mystères : joyeux, lumineux, douloureux, glorieux
- Compréhension et vécu de la souffrance comme conformation à la passion du Jésus-Christ : de la révolte à l'acceptation, en passant par le choix libre et conscient.
- Découverte et vécu de la vraie liberté comme accomplissement pleinement libre et conscient de la volonté de Dieu : « ce qui est bien, ce qui lui plaît, ce qui est parfait selon l'amour » (Rm 12,2)

Age	Fowler Étapes de la foi		Oser Étapes du jugement religieux		Westerhoff Étapes de la foi	
De 3 à 7 ans	<i>1° Foi intuitive projective</i>	Réalité et fantaisie se confondent facilement. L'enfant est imprégné de manière forte par les images de Dieu, les exemples, les ambiances, les histoires et les actions de la foi visible, inculquées par les adultes.	<i>La perspective « Deus ex Machina » (3-5 ans)</i>	Dépendance avec l'Ultime. Il faut se comporter comme Dieu (qui qu'il soit) le veut, sinon la relation est rompue. Il récompense les bons et punit les méchants.	<i>Foi affiliée</i>	La foi est basée sur les expériences de confiance dans les autres. La communauté d'appartenance est la source de l'autorité.
De 7 ans à l'adolescence	<i>2° Mythique littérale</i>	L'enfant commence à comprendre le monde de manière plus logique, mais comprend les histoires de façon littérale.	<i>La perspective du « Do ut des »</i>	La relation à l'Ultime est celle d'un marchandage. Le croyant peut influencer positivement l'Ultime par une attitude attendue.		
À l'adolescence	<i>3° Synthétique - conventionnelle</i>	Membres de plusieurs communautés d'appartenance, l'adolescent ressent le besoin d'un système de croyances globales, qu'il élabore dans ses communautés. L'autorité est identifiée par le système de croyances.	<i>La perspective de l'autonomie absolue et du déisme</i>	Séparation du domaine de l'Ultime et de l'humain (libre et responsable) pouvant amener à un agnosticisme.	<i>En recherche</i>	Marquée par le jugement critique, les doutes, les premières réflexions philosophiques, la foi devient plus autonome.

À l'âge adulte	4° <i>Individuelle réfléchie</i>	Prise en compte d'autres systèmes de croyances avec un examen critique du sien et désillusion face au sien. Crise qui amène à une foi plus personnelle et plus responsable.	<i>La perspective de l'autonomie religieuse et du plan de salut</i>	L'Ultime est la condition de possibilité de la liberté et de la responsabilité de l'Humain. L'humain participe à un monde meilleur (corrélation entre divin et humain).		
À l'âge mûr	5° <i>Conjonctive</i>	Ouverture au paradoxe et prise en compte des limites de la logique (la vie est un mystère que l'on interprète en dehors du système d'interprétation de sa tradition).	<i>La perspective d'autonomie religieuse par l'intersubjectivité absolue</i>	La transcendance est liée à l'immanence. Une relation entre l'Ultime et l'Humain se caractérise par l'amour réciproque dans la liberté de l'autre, ouvrant l'Humain à une perspective et une solidarité universelles.	<i>Mature et personnelle</i>	La foi n'est plus sous une autorité intellectuelle ou communautaire, mais sous celle de l'union à Dieu. On appartient à une communauté, mais sans peur de l'interpeller lorsque sa propre foi le dicte.
Âge avancé	6° <i>Universalisante</i>	Rarement atteinte, expérience d'une foi inclusive (Gandhi, Martin Luther King, François d'Assise)				

10

¹⁰ Céline Ruffieux et Nicole Awais, C'est quoi le caté ?, <http://www.ref-fr.ch/ktfribourg> ,p. 26

Ce processus s'accomplit essentiellement à travers l'accompagnement spirituel. Il prend du temps et dure toute la vie.

Cinq étapes de la croissance spirituelle

Ici nous envisageons la croissance spirituelle d'un « converti », d'une personne qui vient de découvrir Jésus-Christ à l'âge adulte, dans une relation personnelle ¹¹:

1° Étape fusionnelle :

Cette première période se caractérise par une foi dynamique, alimentée par la soif de connaître et d'apprendre. « Dans un premier temps, parallèlement à un enfant entre deux et quatre ans, quelqu'un qui est nouveau dans la foi a tendance à adhérer totalement. C'est une étape fusionnelle »

2° Foi qui questionne :

Puis vient l'étape de la foi qui questionne, comme un enfant de quatre à six ans qui demande sans cesse « pourquoi ? », toujours selon le thérapeute. Le croyant aspire à obtenir des réponses aux questions que suscitent la Bible ou la foi, avec l'espoir d'obtenir des réponses à toutes les « zones d'ombre ».

3° Âge de raison = conformation à une autorité extérieure

Le palier suivant est celui de l'âge de raison, comme l'enfant qui croit ce que ses parents croient. Ainsi, à ce stade, le croyant *se conforme à une autorité extérieure* en ce qui concerne sa foi ; il ne fait pas preuve d'un esprit d'examen par rapport à ses convictions.

4° Adolescence de la foi = contestation :

Puis vient la période « adolescente », celle de la contestation, qui pousse le croyant à se demander : « Pourquoi est-ce que je crois ? ». Dans cette phase, la personne sort peu à peu de sa dépendance de l'autorité extérieure pour développer ses convictions propres. Ses interrogations peuvent heurter les convictions des autres membres de la communauté, d'autant plus que le croyant ne se posera pas seulement des questions liées à la Bible, mais aux autres religions également. Ainsi, la question « pourquoi est-ce que je crois ? » suggère nécessairement l'interrogation : « pourquoi est-ce que je ne crois pas à autre chose ? »

Cette étape comporte évidemment le risque de se distancier des convictions religieuses de la communauté et de s'identifier avec la culture séculière ambiante.

5° Foi adulte = libre

Enfin, une dernière étape correspond à la foi adulte. Elle peut être décrite comme personnelle, individuelle, apaisée, capable de gérer la confrontation sereinement, conclut Bernard Bally.

Les à-coups normaux

¹¹ S'inspirant de l'ouvrage : Les étapes de la foi (Stages of faith) du théologien James W. Fowler, Bernard Bally, thérapeute chrétien, compare le développement de la maturité chrétienne à celui de l'être humain, de la petite enfance à l'âge adulte.

Tous les croyants ne passent pas d'une étape à l'autre de manière linéaire, sans heurts ni à-coups. « 99% des chrétiens ne connaissent pas une vie lisse », déclare Bernard Bally. Dany Hameau, pasteur et auteur d'un ouvrage sur la maturité chrétienne, précise : « Le développement spirituel du chrétien se fait de manière progressive et ce, en dépit des aléas de la vie. »

Certains facteurs font que nous évoluerons, stagnerons ou régresserons dans notre marche spirituelle. L'élément déclencheur de ces différentes situations peut être « une crise, un "mur", une souffrance », selon Bernard Bally.

La maturité spirituelle liée au reste de la personne¹²

Quoi qu'il en soit, Bernard Bally et Dany Hameau¹³ tiennent à souligner que l'on ne peut se développer spirituellement sans maturité émotionnelle. Le thérapeute du centre de relation d'aide¹⁴ accentue le fait que chrétiens et prêtres devraient plus « prendre en compte l'aspect émotionnel ». Car : « L'émotionnel touche tous les domaines, notamment la maîtrise de soi : gestion de son temps, de son budget, de ses émotions, etc. Il ne faut pas dissocier la dimension spirituelle de la dimension émotionnelle. Afin d'être équilibré, l'homme doit être considéré dans sa globalité. »

Finalement, est-il besoin de préciser que la responsabilité nous incombe de travailler de manière plus approfondie les moments de remises en question qui nous ont permis d'avancer dans notre périple spirituel ?

L'importance de l'entourage

Pour évoluer, nous avons besoin de motivation, d'avoir « faim et soif de Dieu ». Il poursuit : « Certaines personnes peuvent être un exemple pour nous, elles peuvent nous donner envie d'aller plus loin, elles ont un effet stimulant ». Le pasteur Dany Hameau mentionne également l'encouragement qui peut être prodigué par la communauté spirituelle.

Pratique

Quelques conseils pour gérer les situations où l'on prend conscience que l'on est « déphasé » spirituellement ou « en rade » :

- Rester connecté à Dieu au travers de la prière, de la Parole de Dieu, des sacrements.
- La vie chrétienne se veut dynamique et non statique. Méditer les exhortations de Paul, notamment celle qui invite à ne pas s'appesantir sur le passé mais à marcher.
- Méditer les grandes figures de la Bible (Abraham, Joseph, Moïse, Esther, Ruth,...)
- Les moments de remise en question peuvent être bons, dans la mesure où on trouve un moyen de les résoudre.
- Ne surtout pas s'isoler et tout garder pour soi. Chercher de l'aide : frères et sœurs pour la prière, aîné dans la foi, prêtre, accompagnateur/trice spirituel.
- Lorsque l'environnement spirituel est toxique, changer d'environnement.

¹² Voir aussi www.thalentheo.org

¹³ <https://www.christianismeaujourd'hui.info/2007/04/23/les-differentes-etapes-de-la-croissance-spirituelle/>

¹⁴ Horizon 9 : <http://www.horizon9.ch>

Ici nous reprenons d'une autre manière la croissance spirituelle à l'âge adulte en mettant aussi le doigt sur les pièges de chaque étapes, qui souvent se chevauchent, et ne sont pas forcément linéaire. Ces étapes sont des indicateurs pour prendre conscience soi-même où nous en sommes de notre cheminement en et avec Jésus-Christ. Ils nous apparaissent plus clairement dans l'accompagnement spirituel, même si le plus souvent nous ne les nommons pas de manière explicite.

Les 5 étapes de la vie spirituelle



© Alliance Presse

La marche avec Dieu ressemble à un cycle saisonnier plutôt qu'à un escalier à gravir. Selon la théologienne Linda Oyer, le croyant passe par chacune de ces phases et pas toujours de manière perceptible. Le tout est de ne pas s'installer dans l'une d'elles en particulier, il s'agit d'un itinéraire, d'un pèlerinage.

1. Le réveil

Cette « première » phase correspond à la *réponse à l'appel du Christ*. On a une forte conscience de la présence de Dieu. La vie prend un sens, on se sent aimé et protégé, un peu comme un enfant qui découvre *l'existence avec émerveillement*.

Le *piège* de cette phase : voir *Dieu* comme un *magicien* qui fait tout alors qu'on reste passif. C'est un peu une « foi-recette » : si je fais ci, Dieu fera ça. Si les circonstances extérieures deviennent difficiles, il peut en résulter un sentiment d'échec spirituel.

2. L'apprentissage

On en apprend davantage sur *la Parole de Dieu*, on la lit régulièrement, on l'écoute à la messe, on reçoit *les sacrements* ; on suit des cours et des formations. Des personnes plus avancées dans la foi deviennent des *modèles*, qu'on *idéalis*e un peu. On a besoin de *structure*, de certitudes sécurisantes. On pense que si l'on ne comprend pas encore tout, quelqu'un quelque part a la réponse. On *grandit dans la foi* et on se sent appartenir à un groupe. On est convaincu de sa manière de voir et de faire.

Le *piège*: la *rigidité*, dans le sens de penser que les chrétiens devraient tous croire comme soi. Développer un *esprit de jugement*. Confondre croissance et confort.

3. L'action (vers les autres)

On a acquis des notions et un début d'expérience, que l'on désire transmettre. On a pris conscience des dons reçus par Dieu et on *s'engage dans un service*.

On se sent à sa place. On acquiert de la *maturité spirituelle* et on vit un *approfondissement intérieur*.

Le piège de cette phase : l'*épuisement*. Avoir le sentiment de *donner plus qu'on ne reçoit*. Si son service est apprécié, on peut avoir un sentiment d'euphorie. S'il est mal reconnu, l'amertume guette. Dans l'action, on a du mal à vivre une vraie dépendance vis-à-vis de Dieu. Le risque est aussi de se conformer à l'image liée à son service, de *jouer un rôle et de perdre en authenticité*.

Dans nos paroisses (UP) nous engageons beaucoup de bénévoles pour des services concrets et matériels et nous oublions de les nourrir en profondeur. Ils s'engagent un temps puis lassés ou épuisés ils quittent, particulièrement lorsque leurs enfants grandissent.

4. Le mur (vers l'intérieur de soi)

Cette phase est un *voyage à l'intérieur de soi*, alors que jusqu'à présent on était orienté vers l'extérieur. On ne cherche pas des réponses, mais une direction à sa vie. On peut avoir un sentiment d'isolement, de la difficulté à partager ce qu'on vit avec les autres et en même temps, *une soif de profondeur*. On entre dans cette phase par *la lassitude d'une routine, le sentiment d'ennui*. On a besoin de *plus de silence* avec Dieu, de *mieux se connaître* à son regard. Ou par un burn-out : on est lassé de faire le bien. On éprouve *un épuisement physique*, surtout généré par ses efforts à répondre à des attentes parfois démesurées. L'épuisement est aussi souvent émotionnel.

On ressemble à ces « tourneurs d'assiettes » qui arrivent à faire tourner toutes les assiettes de leur vie sans faire de casse. Puis brusquement, une nouvelle assiette arrive et tout *l'équilibre est rompu*. Face à l'urgence, on rattrape certaines assiettes et on laisse tomber les autres. Cette capacité de jongler diminue du reste avec l'âge.

La rencontre d'un « mur » sur notre chemin nous arrête net. C'est un choc, on est sonné. Dans les autres phases, on a rencontré de petits murs, qu'on a enjambés sans s'arrêter, voire que l'on a contournés ; mais celui-ci ne peut être ni évité ni contourné. Il faut le renverser « brique par brique ». Ce mur qui nous déstabilise peut conduire à *une crise existentielle*. Le *sentiment de toute-puissance* propre à la phase de l'action *vole en éclats*. Comme l'apôtre Pierre, suite à son reniement, on *expérimente la fragilité* de plein fouet.

Les réactions à cette phase *diffèrent*. Ceux qui se sentent forts essaieront de cogner le mur et de le forcer, les intellectuels de le percer par la pensée pour espérer le maîtriser. D'autres invoqueront la puissance spirituelle pour le déplacer. La caractéristique de cette phase est la *remise en question de son être*, de sa manière de voir et de faire. On a tout à coup moins de certitudes et plus de questions. On voyage sans GPS ni carte routière. On *découvre* aussi sa *face cachée* (ombres), certaines parties de son caractère qui font soudain surface. Le sentiment de tout contrôler doit être abandonné. On *revoit* aussi ses *motivations* : jouer au héros, ne pas décevoir, se donner un sentiment d'importance. On peut également ressentir la honte ou la culpabilité de ne pas trouver son chemin.

Le piège de cette phase : tomber dans *la résignation ou la révolte*. Les deux sont sans issue. La solution est dans *l'acceptation*, dans le fait de « *choisir ce qu'on n'a pas choisi* » la *vraie liberté = choisir librement ce que l'on ne peut pas choisir* (les circonstances de la vie : souffrance, maladie, échec, ...). Pour traverser le mur, il faut accepter sa condition humaine ; faire face à ses zones d'ombre et

les remettre à Dieu, lui faire confiance davantage qu'à sa vision des choses. Cette phase n'est pas stérile. Elle est au contraire très féconde, car elle nous fait entrer dans une nouvelle relation à Dieu (abandon – liberté – volonté), aux autres (don et service gratuit), au monde (acceptation des événements que nous ne pouvons pas choisir, qui ne dépendent pas directement de nous).

A cette phase la lectio divina¹⁵ peut nous aider grandement à entrer dans la juste relation avec Dieu, donc avec soi, les autres et le monde.

5. La consolidation (vers l'extérieur)

La vie est plus tournée vers l'extérieur, mais différemment de la phase de l'action, car on a changé. À l'issue du voyage à l'intérieur de soi, on a une vision plus réaliste de soi-même. On accueille plus facilement ses faiblesses et on est plus dépendant de Dieu. La condition de pécheur n'écrase plus. La phase du mur a permis de découvrir Dieu autrement et on saisit mieux sa grâce. La confiance en lui est renouvelée. On n'a pas toutes les réponses, mais on se repose dans les mystères de Dieu. On vit mieux l'existence des paradoxes de la vie chrétienne. L'attitude de vie et de cœur ont changé. La prière est plus contemplative.

***Prie comme si tout dépendait de toi et rien de Dieu,
puis agit comme si tout dépendait de Dieu et rien de toi !¹⁶***

On court moins pour prouver quelque chose.

Le piège de cette phase : croire qu'on est arrivé ! L'important est de continuer à progresser¹⁷.

Après avoir explicité ce que nous entendons par vie spirituelle et par croissance de celle-ci, nous pouvons maintenant aborder l'accompagnement spirituel, qui favorise, dynamise, encourage et stimule cette croissance spirituelle.

L'accompagnement spirituel c'est quoi ?

Une écoute bienveillante pour aider la vie spirituelle

Tu cherches le Seigneur et tu désires être davantage à son écoute ?

Tu veux davantage te laisser conduire par l'Esprit-Saint ?

¹⁵ La lectio divina : 1° Lectio – 2° Meditatio – 3° Oratio – 4° Contemplatio

¹⁶ Cette maxime synthétise admirablement la spiritualité et la théologie ignatiennes : Crois en Dieu comme si tout le cours des choses dépendait de toi, en rien de Dieu. Cependant mets tout en œuvre en elles, comme si rien ne devait être fait par toi, et tout de Dieu seul.

Gábor Hevenesí (Vásárosmiske/Hongrie 1656 – Vienne 1715), jésuite hongrois, est à l'origine de cette très belle maxime dans ses "Scintillae Ignatianae" (1705), recueil de propos qu'on attribua à Ignace de Loyola lui-même.

Voir : <https://www.jesuites.com/hevenesí/>

Attribué à St Ignace de Loyola. C'est le renversement de la contemplation. Mettre toute son action dans la prière (prendre le temps, se donner les moyens adéquat, ...) puis attendre les fruits de celle-ci dans l'action concrète, qui ne sera plus notre œuvre mais celle de Dieu lui-même par son Esprit.

¹⁷ Tiré d'une conférence et adapté par Sandrine Roulet :

<https://www.christianismeaujourd'hui.info/2015/03/11/les-5-etapes-de-la-vie-spirituelle/>

Tu aimerais apprendre à discerner pour mieux prendre tes décisions et tes choix selon la volonté de Dieu ?

Tu aimerais rencontrer quelqu'un de confiance pour relire ton expérience et pouvoir ainsi répondre aux appels du Seigneur ?

L'accompagnement spirituel répond à ces désirs !

Il est un lieu où tu peux confier ce qui fait ta vie. Tu es *écouté.e et accueilli.e* **tel.le que tu es** ; soit comme Dieu lui-même : non pas comme tu voudrais-êre, ni comme tu crois que tu devrais être, ni encore moins comme les autres voudraient que tu sois.

L'objectif est de t'aider à voir les traces de Dieu dans ton quotidien, à être attentif.ve à ce que l'Esprit te dit dans la prière et t'inspire, ce que tu vis, et à poser tes choix pour orienter toujours mieux ta vie vers le Seigneur en accomplissant sa volonté.

Entretien

Un accompagnement est un entretien d'une heure entre toi et une personne formée à l'écoute et au discernement.

- **Une conversation ponctuelle.** Un entretien en vue d'une aide ponctuelle (ex. : une décision à prendre, un discernement).
- **Des rendez-vous réguliers.** Des rencontres mensuelles (ou toutes les 6 semaines) pour cheminer tout au long de l'année.
- **Des retraites.** Une demi-journée ou une journée de retraite accompagnée (entretien(s), aide à la relecture de vie, prière à partir d'un texte biblique).

L'accompagnement spirituel est un cheminement composé d'un *binôme* : *l'accompagnateur et l'accompagné*. Les deux cheminent dans un compagnonnage qui a pour but d'aider l'accompagné à découvrir et à se familiariser avec son noyau profond (son moi), son cœur, là où habite déjà et toujours son Seigneur et son Dieu.

Dans l'accompagnement spirituel il s'agit pour l'accompagné, de voir de plus près la beauté de sa vie au quotidien, pour rendre grâce à Dieu et s'émerveiller de son action. Et pour l'accompagnateur, de l'aider à cela.

Le rôle de l'accompagnateur

Est de nous guider sur cette descente au fond de nous-mêmes à la rencontre de notre Seigneur et notre Dieu toujours présent dans notre cœur et notre vie (= vie intérieure). Partant de ce que nous lui partageons de notre vie, celui-ci nous aide à découvrir ce qui est important et qui nous dit quelque chose de nous-mêmes, de l'Esprit-Saint qui est à l'œuvre en nous. C'est cette relecture de notre vie qui nous aide à avancer.

Pour ce faire, *l'accompagné est l'initiateur de la démarche*. C'est lui qui apporte l'objet de l'accompagnement qui n'est autre que *sa vie* tout simplement. L'accompagné parle de ce qui fait sa vie au quotidien et la manière dont il vit ce qui se présente à lui. Il ne s'agit pas d'égrainer ce que nous vivons d'une minute à une autre. Il est question ici de *relater quelques faits* sur une période donnée (un mois / 6 semaines) et de souligner les aspects importants à partager. C'est à partir de là que l'accompagnateur peut apporter des lumières et aider l'accompagné à avancer.

Historique

L'accompagnement spirituel est de tout temps. C'est une pratique que l'on rencontre dans plusieurs traditions spirituelles où l'on parle de maître spirituel, de direction spirituelle ou d'accompagnement spirituel. Il est une sorte d'école qui fait vivre les personnes et les aide à avancer dans leur cheminement autant spirituel, moral que physique et matériel. Dans la tradition chrétienne, des croyants familiers avec les Exercices Spirituels de St Ignace de Loyola le pratiquent régulièrement. Pour eux, ce type d'accompagnement est la clé du bien-être, de l'unité de la personne, ainsi que de l'harmonie avec leur entourage.

Du côté de l'accompagné

L'accompagné est l'initiateur de l'accompagnement. Il prépare la rencontre avec son accompagnateur. Concrètement, avant l'accompagnement, il *relit sa vie* sur une période donnée ; par exemple sur un mois, six semaines ou moins selon le besoin. Cette relecture consiste à recenser les événements marquants durant la période en question. Dans ces événements, il essaie d'identifier ce qui a été porteur de sens d'une manière ou d'une autre, et en particuliers les signes de la présence de Dieu. Il tire les leçons que telle rencontre, tel événement, telle situation lui a donné de vivre, et comment cela lui a permis de progresser dans sa relation aux autres et/ou au Tout-Autre. Il note également ce qui a été plus difficile. Il essaie d'identifier l'action de l'Esprit-Saint, son inspiration ou au contraire son absence. C'est le fruit de toute cette relecture qui fait l'objet de l'accompagnement. Lors de la rencontre, l'accompagné raconte brièvement les événements qui ont marqué son mois. Il fait état de la relecture qu'il en fait. Il pose éventuellement des questions sur ce qui reste obscur et/ou demande conseil si besoin. Ce n'est qu'à partir de ce moment que l'accompagnateur peut vraiment jouer son rôle.

Du côté de l'accompagnateur

Il écoute en profondeur et attentivement sans jugement de valeur. Il écoute essentiellement sur le fond, avec respect et essaie de déceler avec tact le nœud et le message de ce que l'accompagné apporte. Il n'est *pas* là pour *donner des conseils* ou une recette de ce que l'accompagné doit ou devrait faire. Il a un regard extérieur sur ce que l'accompagné ne parvient pas à voir. Il est comme un miroir qui permet à l'accompagné lui-même de mieux percevoir la présence agissante de Dieu, les enjeux et les choix. Ce regard lui permet de mettre le point sur l'essentiel en attirant l'attention de l'accompagné à propos de ce qui peut l'aider à avancer.

Dans les annotations des Exercices Spirituels, St Ignace de Loyola fait longuement cas du rôle de l'accompagnateur spirituel notamment dans le cadre d'une retraite spirituelle. Il le montre instruisant le retraitant, observant si son âme est mue par *la désolation* ou *la consolation*, l'encourageant dans la *tentation*, lui dévoilant les *ruses du démon*, lui apprenant à *discerner l'action des esprits*. L'accompagnateur spirituel sait aussi comment *proportionner* ce qu'il dit au retraitant en fonction de son degré d'avancement et stimule sa générosité tout en le mettant en garde contre des décisions inconsidérées. Il s'informe de son âme, s'adapte à ses capacités et *respecte* par-dessus tout *l'action de Dieu*

dont il est le témoin et auquel il ne doit pas substituer ses interventions propres. (Voir à ce propos les Exercices Spirituels de saint Ignace de Loyola, Annotation N° 1 à 15).

L'accompagnement spirituel : marcher à côté et au rythme de l'accompagné

Quelle **définition** à l'accompagnement spirituel donneriez-vous ?¹⁸

L'accompagnement spirituel est une ouverture à la transcendance. À la différence du *coaching*, l'accompagnement spirituel ne fixe *pas d'objectif*. L'accompagnateur spirituel ne tire pas ou ne pousse pas son protégé, mais il *marche à son rythme*, à l'image de Jésus-Christ qui marche au rythme et dans la direction des pèlerins d'Emmaüs ; il les *écoute et leur répond*. L'accompagnateur spirituel est un chrétien baptisé qui aide un autre à *reconnaître la manière dont l'Esprit-Saint le guide*. Il l'aide à se rendre familier de la vie de l'esprit qui est en lui. Il *ne l'influence pas*, mais le *soutient* pour reconnaître ce qui germe en lui.

Quelle est la **part de psychologie** dans l'accompagnement spirituel ?

Il ne faut *pas mélanger les deux*, même si la personne accompagnée peut aborder des blessures ou des fragilités. Mais dès que l'accompagnateur spirituel sent une sensibilité psychologique, une sorte de verrou, il faut orienter la personne accompagnée vers des personnes compétentes en psychologie.

Qui demande un accompagnement spirituel ?

Les demandes pour être accompagné spirituellement émanent de *quatre types de personnes* :

- Tout d'abord, les personnes déjà *engagées dans l'Église* ; pour mieux vivre leur mission elles ont besoin de ne pas rester seules.
- Deuxièmement, certaines personnes qui se trouvent à un moment *charnière de leur vie* demandent à être accompagnées : orientation estudiantine, vocation maritale ou religieuse, réorientation professionnelle. Elles se rendent compte qu'un bilan de compétence n'est pas suffisant, elles ont besoin de mettre leur avenir sous le regard de Dieu et d'être accompagnées pour *discerner la volonté de Dieu*.
- Ensuite, *les catéchumènes, les recommençants* dans la foi, ou ceux qui demandent un sacrement ont besoin d'un accompagnateur spirituel.
- Enfin, les vieux routiers ont besoin de renouveau. Donc *chaque baptisé* devrait être accompagné


Qui peut devenir **accompagnateur spirituel** ?

Tout chrétien baptisé peut devenir accompagnateur spirituel. Mais il doit *lui-même être accompagné* depuis un temps certain. Ainsi ne se comportera-t-il pas en « sachant » face à la personne accompagnée. Donc l'accompagnement spirituel n'est pas l'apanage des prêtres. Il faut en avoir le charisme.

¹⁸ Interview Père Thierry Lamboley, Jésuite:

<https://www.catho-aixarles.fr/diocese/actualites/articles/43568-laccompagnement-spirituel-marcher-a-cote-et-au-rythme-de-lautre/>

Les qualités d'un bon accompagnateur

- Une *expérience* acquise par son propre accompagnement, de plusieurs années (10 ans)
- Une *empathie* pour accueillir et *écouter*  la personne accompagnée, *sans jugement* valorisant ou dévalorisant
- Une *bienveillance* pour se réjouir du travail de l'Esprit-Saint dans le cœur et la vie de la personne accompagnée : la grâce peut davantage.
- Une *formation acquise* soit par la longue pratique ou mieux par une relecture et un parcours
- Du *bon sens* et de *la retenue*, pour aller au rythme de l'accompagné. Son seul désir (but) être au service de l'accompagné, et non pas le/la conduire vers une vocation, un choix, une orientation¹⁹.


Au cœur de l'accompagnement spirituel la réconciliation

Tout accompagnement spirituel va favoriser la connaissance de soi avec toutes les dimensions de notre être. Apprendre à s'aimer soi-même tel que je suis. C'est la réconciliation avec soi-même qui ouvre à la réconciliation avec les autres, l'univers et Dieu.

Un chant – une prière

Le Seigneur m'a donné une main à cinq doigt pour **apprendre la réconciliation**





Le **pouce** le premier pour dire **la vérité** 

L'**index** dit **la justice** en montrant le droit chemin 

Le majeur même s'il est grand n'a pas peur de se plier pour demander **pardon**



L'**annulaire** pour faire alliance c'est l'**accompagnement** 

Et le dernier l'**auriculaire**, le petit ne fait pas de bruit, il donne, il donne, c'est l'infinie **miséricorde** 

J'aime la vérité, j'aime la justice, j'aime : je demande pardon et je pardonne, j'aime me faire accompagner, j'aime car Dieu tu es miséricorde.

Le Seigneur m'a donné une main à cinq doigt pour apprendre **la réconciliation**



¹⁹ Voir aussi : <https://blog.jeunes-cathos.fr/2016/05/26/laccompagnement-spirituel-et-si-je-risquais-laventure/>

²⁰ Inspiré par le chant de sœur Agathe sur la prière : <https://www.youtube.com/watch?v=eu0eQZ8vnXc>



Les cinq doigts de la spiritualité

En nous donnant des mains " pleines de doigts ", la Providence a bien fait les choses !

Cette configuration morphologique de notre corps nous aide à comprendre bien des aspects de la psychologie humaine, de la vie de tous les jours et de la foi chrétienne. La main humaine peut être d'un symbolisme saisissant.

Le petit doigt qui sait tout est le doigt de l'écoute : " c'est mon petit doigt qui me l'a dit ! " Ce n'est pas pour rien qu'on l'appelle auriculaire... Il est donc aussi le doigt de l'écoute de la Parole de Dieu. C'est pourquoi nous y plaçons la **miséricorde**. Écouter et donc expérimenter le Dieu de la miséricorde, lent à la colère et plein d'amour, qui ne juge pas, mais révèle à nous-même la qualité et la portée de nos actes, nos pensées et nos omissions.

L'annulaire, doigt de l'anneau, de l'alliance des époux, est le doigt de l'affection. Il permet d'aborder les questions de l'affectivité. Nous y plaçons **l'accompagnement**, qui crée un lien véritablement fraternel avec l'accompagnateur (directeur de conscience, père spirituel), une relation de communion non de domination ou de supériorité.

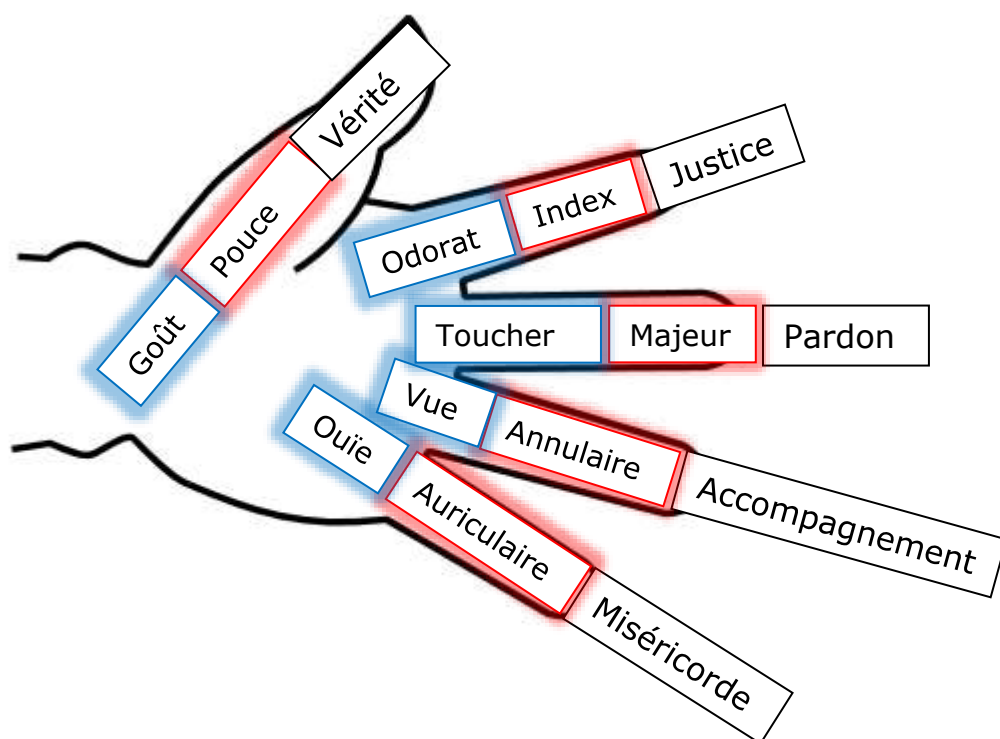
Le majeur, le doigt du *temps*, permet d'aborder ce qui nous occupe la... majeure partie du temps et donc notre manière d'occuper notre temps : du passé dont on tire les leçons au futur qu'on espère, en passant par l'instant présent. Nous y plaçons **le pardon**, car il est un processus qui prend du temps, du passé qui nous a blessé et dont nous tirons du bien à travers le pardon, au futur où nous ne nous souvenons plus de la blessure mais de la guérison et du pardon reçu.

L'index indique *le sens* : à la fois la direction à prendre et la signification des choses. L'occasion de faire le point sur le sens de la vie et de donner une

orientation à sa vie. Nous y plaçons **la justice**. Qui donne sens à notre vie et une orientation. Être ajusté au cœur de Dieu et choisir sa manière d'aimer.

Le pouce enfin joue le rôle de pince et permet de *saisir* ce que tiennent les autres doigts. Saisir, c'est aussi *comprendre* ! Nous plaçons **la vérité**. Qui est à la fois Jésus-Christ (je suis le chemin, la vérité et la vie : Jn 14,6) et l'invitation à faire la vérité en soi.²¹

C'est le rôle de la spiritualité : ressaisir toute notre vie et lui donner une valeur d'éternité



Prier avec les cinq doigts pour la réconciliation

Je regarde les cinq doigts de ma main.

Quand je prie, **le pouce** est le plus **proche** de mon cœur.

Je prie pour accueillir **la Vérité** : Jésus-Christ

L'index, je le lève quand je veux parler. Je respecte **la justice**.

La Bible me dit que la justice vient de Dieu.

Je prie pour ajuster mon cœur, mon corps, ma pensée, tout mon être à Dieu

Le majeur est le plus long, mais il peut se plier par humilité et par contrition

Je prie **pour demander pardon** pour tout ce qui déplaît à Dieu : mes paroles, mes actes, mes omissions

Le quatrième doigt, **l'annulaire**, est le plus faible des cinq doigts, mais c'est aussi le doigt de l'Alliance

²¹ Inspiré de Joseph Roduit, *Chrétiens jusqu'au bout des doigts. Guide pratique pour la prière et la vie chrétienne*, Editions Saint-Augustin, 2001. Nous avons ajouté les 5 aspects de la réconciliation.

Il m'encourage par **l'accompagnement** à faire grandir en moi la réalité de la vie chrétienne dans et par l'Esprit-Saint, pour être en alliance, en communion avec Dieu-

Je prie pour me laisser conduire par l'Esprit-Saint avec l'aide d'un accompagnateur/trice.

L'auriculaire, le plus petit, me rappelle que je suis petit, mais que Dieu m'accueille tel que je suis (non pas tel que je crois être, ni tel que je voudrais être, ni tel que je pense que je devrais être et encore moins tel que les autres voudrait que je sois).

Je suis petit mais la **miséricorde** (l'amour qui vient à moi) de Dieu est immense et infinie et me grandit

Je prie pour découvrir et expérimenter la miséricorde de Dieu et devenir toujours plus miséricordieux.

Je prie pour être réconcilié avec moi, avec les autres, avec l'univers par la réconciliation avec et en Dieu.²²

La priorité à l'accompagnement : inversion de paradigme

La réconciliation n'est pas d'abord et surtout le sacrement du pardon mais bien au contraire un processus au cœur duquel se trouve l'accompagnement spirituel. La réconciliation comporte quatre dimensions, les quatre relations primordiales de tout homme. Réconciliation avec :

- **Soi-même** : en s'acceptant tel que je suis avec mes qualités, mes compétences, mon passé, mon présent et mon avenir.
Non pas tel que je pense que je devrais, ni tel que je voudrais être, ni tel que je crois devoir être, encore moins tel que les autres voudrait que je sois, mais simplement moi-même.
- **Les autres** en les accueillant, acceptant et les reconnaissant tel qu'ils sont sans chercher à les changer, les améliorer ou les convertir. Impossible d'aimer les autres si on ne s'aime soi-même. Impossible d'accueillir l'autre AUTRE, sans se connaître et s'accepter soi-même²³.
- **L'univers**, le monde, la société d'aujourd'hui en les accueillant. Il n'y qu'un seul monde, qu'un seul univers. Dieu m'a placé là où je suis pour vivre, témoigner et m'engager grâce à son amour et sa miséricorde
- **Avec et par Dieu**. Comme nous sommes créés à son image et sa ressemblance Dieu en Jésus-Christ est la clé de la réconciliation. Il peut nous aider dans ce processus

Plutôt que de se confesser régulièrement (souvent les mêmes péchés) nous devrions nous laisser accompagner par un frère, une sœur dans la foi pour incarner toujours plus profondément notre vie de foi dans le quotidien ordinaire et laisser notre cœur et notre être se transformer, se convertir par l'action de l'Esprit-Saint. C'est une inversion de paradigme, au lieu d'encourager la confession régulière qui risque de devenir une routine et davantage un retour sur soi dans un examen de conscience excessif, mettre l'accent sur

²² Inspiré de Jorge Mario Bergoglio, évêque de Buenos Aires et actuel pape François, qui a écrit une prière qui est devenue très populaire en Argentine, une prière universelle complète et riche.

²³ C'est la cause de la plupart des divorces, la méconnaissance de soi et la projection sur le conjoint d'attente compensatoire qui n'ont pas lieu d'être.

l'accompagnement qui permet une intégration progressive et profonde de la volonté de Dieu dans nos cœurs et notre vie.

Mais plus profondément *le sacrement du pardon* n'est indispensable que pour les *péchés importants* (mortels) qui nous séparent de Dieu. Pour les *péchés ordinaires* la messe avec le Kyrie et sa parole de rémission, l'agneau de Dieu et surtout la communion est amplement *suffisante*.

D'autre part la confession régulière peut cacher un désir de perfection et de pureté très humain, certes avec la grâce du sacrement, mais pas forcément avec les moyens pour se laisser transformer et convertir en profondeur.

L'accompagnement favorise une découverte de la vie spirituelle, la communion avec Dieu dans le quotidien, en se laissant conduire par l'Esprit-Saint et en cherchant à intégrer la volonté de Dieu (ce qui est bien, ce qui lui plaît, ce qui est parfait : Rm 12,2) dans la réalité de notre vie.

Différents types d'accompagnement

Selon les besoins et les périodes de la vie, nous distinguons trois types d'accompagnement :

1° L'accompagnateur/trice

L'accompagnateur est un miroir qui permet à l'accompagné/e de découvrir la présence de Dieu en lui et dans sa vie.

Il *laisse la personne s'exprimer* en lui offrant un cadre de confiance et de secret (ne pas répéter ce qui est dit ailleurs²⁴). C'est d'abord une *écoute attentive et bienveillante*, qui ne juge pas, ne compare pas, n'interrompt pas, mais accueille avec joie, émerveillement et action de grâce ce qui est dit.

L'accompagné/e est invité à exprimer sa relation et ses difficultés de relation avec Dieu, qui n'est pas un concept, ni un esprit, mais une personne avec qui dialoguer.

Il s'agit d'une relecture, où il/elle prend de la distance avec son vécu, pour y apporter la lumière humaine et divine.

Il s'exprime sur sa vie quotidienne en cherchant la présence de Dieu dans sa réalité vécue (aussi bien dans les joies, les succès que dans les échecs, les peines, la souffrance), par une relecture attentive de sa vie. Il peut également exprimer ses difficultés et ses joies, ses échecs et ses réussites, ses combats intérieurs et extérieurs, ses relations, sa sexualité, son corps, ses loisirs et ses passions, ...

Ce n'est pas un interrogatoire, ni une interview, c'est l'accompagné qui parle spontanément. L'accompagnateur peut la/le guider par quelques questions mais non invasives. Il n'a pas besoin de savoir plus que ce que l'accompagné est prêt à raconter, mais il peut l'encourager à parler vraiment de lui-même, d'une manière personnelle. L'accompagnateur/trice soulignera surtout la présence de Dieu à l'œuvre en s'émerveillant et en rendant grâce avec la personne, dans la prière. Il se gardera de donner des conseils et des lignes de conduite.

²⁴ En ce sens il est préférable que l'accompagnatrice/teur ne fasse pas partie du réseau proche, mais soit un frère, ou une sœur dans la foi.

2° Le directeur/trice de conscience

A certaine période de notre vie, nous avons besoin d'être éduqué dans la vie spirituelle et de foi. Pour cela nous pouvons choisir pour un temps (le but étant de devenir autonome et adulte dans la vie spirituelle) un directeur de conscience. Nous choisissons librement (et sans contrainte) de nous laisser éduquer dans la foi, la morale, mais surtout dans la vie spirituelle (relation personnelle avec Dieu, prière, lecture de la Parole, incarnation de la spiritualité dans le quotidien ordinaire, conduite par l'Esprit-Saint), dans la manière de penser et d'agir, pour mieux correspondre à ce que Dieu attend de moi, à travers l'exemple de Jésus, l'Évangile et l'enseignement de l'Église.

Le directeur de conscience, nous donnera des conseils, nous invitera à certains exercices, nous encouragera à un rythme de prière régulier, nous fera découvrir plus profondément notre relation personnelle avec Dieu, par Jésus-Christ dans l'Esprit-Saint.

3° Le père spirituel – la mère spirituelle

Le père spirituel nous accompagne dans une relation fraternelle de confiance, d'abandon, de soumission et de dialogue, afin grandir dans l'abandon à la volonté de Dieu et la communion toujours plus profonde avec Lui.

Tout cela à travers la vie quotidienne inspirée par le souffle de l'Esprit.

Changer d'accompagnement et d'accompagnateur

Il ne faut pas hésiter à changer d'accompagnateur/trice, de directeur, de père spirituel, car les besoins et les relations changent au cours et au fil des années. Ainsi le directeur de conscience, qui a un rôle d'éducateur, doit laisser sa place pour favoriser la liberté intérieure et le passage à l'adulte dans la foi et la spiritualité.

L'accompagnateur – le directeur de conscience – le père spirituel, est à accueillir comme une *grâce du Seigneur*. Il bon est nécessaire de *prier* pour le bon choix, de la personnes adéquate (et formée), qui m'accueillera et me permettra de grandir dans la liberté intérieure.

L'importance de la liberté et de l'indépendance

Attention aux gourous, aux abus de domination et d'obéissance qui n'ont rien à voir avec l'accompagnement.

D'autre part l'Église a toujours distingué clairement le for externe : la relation de travail et d'autorité et le for interne : la vie intérieure et personnelle de la relation à Dieu. Il est donc indispensable que l'accompagnateur n'ait aucune relation d'autorité, de travail ou de dépendance avec l'accompagné.

L'accompagnement ne doit pas instaurer une quelconque dépendance, mais favoriser la liberté, le consentement intérieur et l'autonomie. L'accompagné, doit pouvoir en tout temps et sans devoir se justifier quitter son accompagnateur.

Vers la liberté intérieure

Reprenons en détaillant ce que nous avons dit plus haut de la croissance de la foi à l'âge adulte, dans une perspective plus catholique :

1° Découverte et progression dans la vie de et par l'Esprit

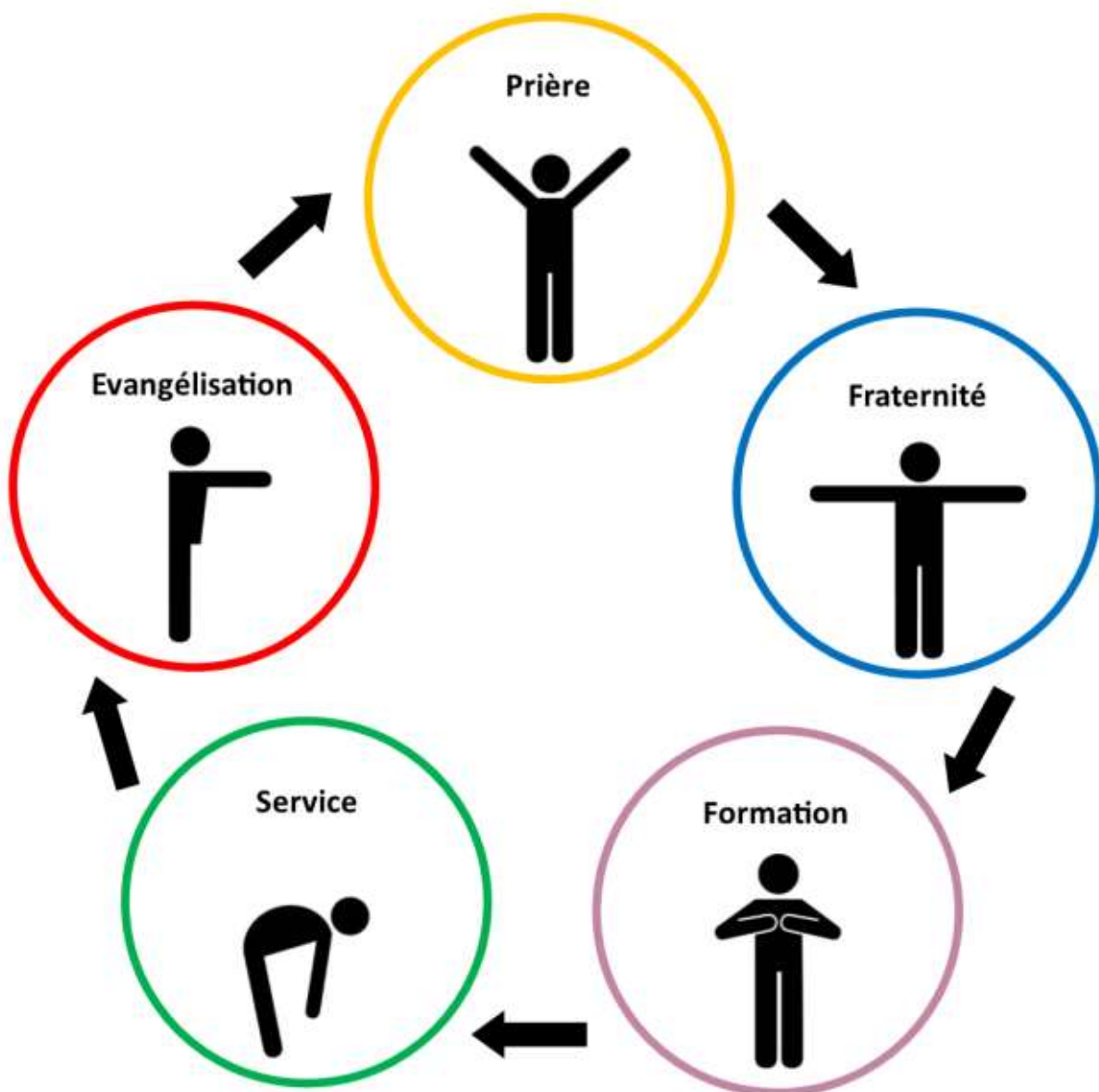
Nous avons déjà parlé de la nouvelle naissance d'en-haut à la vie dans et par l'Esprit. Essayons de préciser les contours de cette vie intérieure.

Se laisser conduire par l'Esprit-Saint est à la fois une grâce et un apprentissage. Tous nous avons reçu l'Esprit-Saint en plénitude à notre baptême, nous avons confirmé cette présence agissante en nous à la confirmation et nous avons choisi d'en devenir témoins. L'évêque, ou par son représentant nous a reconnu membre à part entière de la communauté chrétienne, membre du corps du Christ avec une place unique et inaliénable.

Jésus-Christ et l'Église compte sur notre engagement :

- **Évangélisation** : à témoigner par notre vie (dans le concret de la société, de la famille, du monde).
- **Service** : à nous engager (socialement, politiquement, ecclésialement).
- **Formation** : à grandir dans la foi (par la formation, l'accompagnement, les sacrements).
- **Prière** : à développer notre prière personnelle et communautaire (assemblée de prière, adoration, messe,...)
- **Fraternité** : à développer notre lien avec une paroisse (UP), des frères et sœurs dans la foi.

Il est de notre responsabilité de développer ces 5 essentiels = essence pour le ciel de la pleine communion avec Dieu :



2° Découverte et approfondissement du discernement

L'accompagnement spirituel est intimement et profondément lié à une formation au discernement, par l'expérience spirituelle. Non point une formation théorique, théologique, voire spirituelle, mais une formation par la pratique et les cas concrets de la vie auxquels l'accompagné est confronté.

Bien sur les exercices de St Ignace de Loyola ou d'autres formations ou retraites peuvent y aider, mais elles sont toujours vécues dans et par l'expérience concrète de la vie. C'est à la fois la difficulté du discernement et son immense liberté.

Nous pouvons résumer cette découverte à l'exhortation de St Paul (Rm 12,1-2) : « Je vous exhorte donc, frères, par la tendresse de Dieu, à lui présenter votre corps – **votre personne** tout entière –, en **sacrifice vivant**, saint, capable de **plaire à Dieu** : c'est là, pour vous, la juste manière de lui rendre un culte.

Ne prenez pas pour modèle le monde présent, mais **transformez-vous** en renouvelant votre façon de penser pour **discerner quelle est la volonté de**

Dieu : ce qui est **bon**, ce qui est **capable de lui plaire**, ce qui est **parfait** (selon l'amour). »

Dans ce discernement il y a comme trois étapes :

1° discerner ce qui est bon, pour éliminer ce qui est mauvais, c'est l'étape morale de la distinction entre le bien et le mal, non par nous-même mais par une conscience éclairée par la morale de la société (droits de l'homme), les valeurs chrétiennes et la morale de l'Église.

2° dans ce qui est bon discerner ce qui plaît à Dieu : c'est-à-dire qui *correspond à sa volonté dans les circonstances*, le contexte, la société dans laquelle je me trouve, c'est l'étape spirituelle : sentir de l'intérieur dans quel sens l'Esprit-saint me pousse.

3° ce qui est parfait, c'est-à-dire selon l'amour (non point une perfection humaine, toujours tournée vers soi et sa propre gloire) mais une perfection qui est *ouverture au don de Dieu*, c'est-à-dire accomplir ce qui plaît à Dieu non pas avec mes propres forces et selon ma méthode, mais *en laissant agir Dieu par son Esprit en moi*, en le laissant utiliser mes compétences, mes capacités, mes charismes à sa manière, avec douceur, tendresse, humilité et fermeté.

3° Découverte et application de l'expérience des consolations / désolations

Pour entrer toujours davantage dans cette expérience du sentir spirituel, je découvre les motions intérieures suscitées par l'Esprit-Saint : consolation – désolation.

Le pape François²⁵, en parlant de « consolation », « désolation », de « mouvements de l'esprit » et de « discernement spirituel », emploie un vocabulaire original, même dans l'Église ; un langage dont peut-être non seulement les journalistes, mais un certain nombre d'évêques, et un grand nombre de fidèles ignorent la signification profonde. Pour eux, le terme de « consolation » se réfère sans doute à la piété désuète du 19^e s., ou à l'usage courant, lorsqu'on dit par exemple à quelqu'un : « je suis vraiment désolé ! ». Il est intéressant de voir comment ce pape, jésuite de son état, ne peut interpréter le réel autrement qu'en employant ces catégories de consolation et de désolation. C'est sa spiritualité, c'est-à-dire sa manière croyante de lire le réel et d'y répondre. Quelle force cette spiritualité a-t-elle aujourd'hui dans l'Église pour influencer des réformes ?

Dans l'Ancien Testament, le verbe « consoler » a une dimension de réconfort moral, après une épreuve, qui permet de reprendre souffle et vie, de renaître. Dans le Nouveau, ce thème se déploie dans plusieurs directions, notamment

²⁵ Première session du synode sur la famille, octobre 2015. Le pape conclut cette assemblée par les paroles : « Nous avons eu des moments de consolation et de grâce en écoutant les témoignages des familles [...] Et puisque c'est un chemin d'hommes, avec les consolations il y a eu aussi d'autres moments de désolation, de tensions et de tentations [...] Personnellement j'aurai été très préoccupé et attristé s'il n'y avait pas eu ces tentations et ces discussions animées, ces mouvements de l'esprit, comme les appelait saint Ignace de Loyola, j'aurai été très préoccupé si tous étaient d'accord ou taciturnes dans une fausse et quiétiste paix [...] Nous avons encore un an pour mûrir, avec un vrai discernement spirituel, les idées proposées et trouver des solutions concrètes à tant de difficultés et d'innombrables défis que les familles doivent affronter ». http://www.vatican.va/content/francesco/fr/speeches/2015/october/documents/papa-francesco_20151024_sinodo-conclusioni-lavori.html

chez Jean qui insiste sur le Paraclet, le Défenseur et chez Paul qui montre que le lieu de l'épreuve peut aussi être une communion au mystère pascal, consolante. *La consolation* n'est plus alors seulement réponse ponctuelle de Dieu en faveur de celui qui est dans la détresse, elle est *don définitif et perpétuel* qui invite tout homme à vivre la joie de la foi.

Nicolas Rousselot²⁶ développe ensuite l'expérience personnelle d'Ignace, et comment il en est venu à préciser, dans ses Exercices spirituels, quelques règles pour discerner les esprits : nommer les consolations et les désolations qui nous traversent, repérer d'où elles viennent, et en tirer les conséquences pour la manière de conduire sa vie.

Consoler

Que désigne ce mot de « *consolation* », pour les disciples d'Ignace ? Rien de moins que *les visites de l'Esprit dans l'âme humaine*, le moment où Dieu lui-même vient revivifier le dynamisme intérieur d'une personne. À la fin de sa vie, Ignace confiait à un proche qu'il ne pouvait vivre « sans consolation, c'est-à-dire sans éprouver en son âme quelque chose qui ne venait et ne pouvait venir de lui-même, mais avait sa source en Dieu seul »²⁷.

Et que désigne le mot de « *désolation* » ? L'exact contraire de la consolation : une *lourdeur affective* entraînant une sorte d'*épuisement*, une inquiétude impactant la foi, la recherche de la volonté de Dieu, la rendant plus laborieuse, plus pénible. C'est une gageure que de vouloir saisir ce qui se cache sous le terme de « consolation » et sous celui, contraire, de « désolation ». Ce binôme, en effet, rejoint les expériences spirituelles les plus profondes comme les plus quotidiennes, les plus banales. Mais à chaque fois, il s'agira de rendre compte de quelque chose d'indicible :

« Peu de termes apparaissent plus fréquemment dans les documents initiaux de la Compagnie de Jésus. Pour les jésuites, le mot a pourtant une résonance particulière. [...] Il suggère ce qu'ils ont de plus cher au fond d'eux-mêmes : cette source de « joie intime, une paix dans le jugement, un attrait, une lumière, un élan qui conforte »²⁸.

Une des étymologies du verbe consoler viendrait du latin *consolari*, de *cum* et de *solus*. Il signifie : « ne pas laisser seul », « rendre entier ». Or en français, nous sommes un peu piégés par l'usage courant qui affaiblit le sens, mettant souvent le verbe à la forme pronominale : « se consoler », « se rassurer », c'est-à-dire « compenser un manque »²⁹. La religion comme lieu de la consolation éveille aussitôt le soupçon, elle peut entraîner une fuite du réel, devenant le fameux « opium du peuple » de Marx.

Dans la version dite « autographe » des Exercices spirituels, la définition de la consolation commence ainsi : « J'appelle consolation quand, ... quand, ... quand

²⁶ Nicolas Rousselot, *L'expérience de la résurrection dans la spiritualité jésuite*, Lessius, coll. « Petite bibliothèque jésuite », 2014, 110 p.

²⁷ John W. O'Malley, *Les premiers jésuites (1540-1565)*, Paris, Desclée de Brouwer, coll. Christus, 199 (...)

²⁸ Ibid. La citation est de Jerónimo Nadal (1507-1580), un des premiers compagnons, remarquable diffus (...)

²⁹ L'auteur remarque qu'au xvii^e siècle, on appelle « console » un meuble prenant son appui contre un (...)

»³⁰. Il s'agit d'un temps, et non de l'acquisition d'un bien spirituel. *La consolation est une rencontre entre deux partenaires d'alliance*, et pas de vraie rencontre sans distinction des partenaires, l'un des deux fût-il Dieu lui-même. Dès le début, Ignace mesure le grand risque, pour celui qui est consolé, de confondre ce qu'il ressent dans son intériorité avec l'action de Dieu même (ce qu'il appellera « les fausses consolations »).

Ignace ira plus loin encore. Il ira jusqu'à appeler « consolation » « tout accroissement de foi, d'espérance et de charité, et toute allégresse intérieure qui appelle et attire aux choses célestes ». L'âme n'arrive pas à une étape où, comme de l'extérieur, un bien spirituel lui est donné. Au contraire, *la consolation est un moment et un mouvement où l'âme s'éprouve attirée*. Le « quand » et le « tout » indiquent que la vie de chaque personne, dans toutes ses composantes, peut être l'occasion d'éprouver cette relation singulière qu'elle a nouée avec Dieu. Ce nouveau plaisir a une saveur incomparable. Elle prend conscience qu'elle le reçoit d'un Autre, même si ce plaisir diffère de tous les autres plaisirs, puisqu'il n'exclut pas le déplaisir. Même dans la désolation la plus profonde, elle expérimente que quelqu'un se tient à ses côtés³¹.

Désolation

Ignace n'a pas de difficulté à décrire *la désolation*, en tant qu'elle est l'exact contraire de *la consolation*. Si la consolation spirituelle provoque la quiétude du cœur, la désolation produit quant à elle de l'inquiétude. Si la consolation suscite la joie, la désolation sera synonyme de tristesse, etc. Décrire la désolation à partir de la consolation a une signification profonde. Sans minimiser la dimension parfois dramatique des épreuves et des souffrances d'une vie humaine, Ignace de Loyola prend résolument le parti de l'espérance, sachant que le pouvoir du mal est vaincu et donc limité depuis la résurrection du Christ³². Il sait d'expérience que la consolation peut à nouveau survenir après le temps de la désolation et aussi au cours d'une épreuve. Elle redonne du courage pour la traverser. Parmi toutes les doctrines de sagesse décrivant la manière d'affronter les heures difficiles d'une vie humaine, la manière peu expansive dont Ignace présente la désolation mérite d'être soulignée, même s'il y consacre dix règles de discernement sur quatorze, mettant en garde le retraitant vis-à-vis de ses redoutables pièges.

Nous voici donc devant un paradoxe : la désolation peut se révéler puissante et dangereuse, elle peut anéantir toute consolation. Et pourtant elle se définit

³⁰ Exercices spirituels (désormais ES), Paris, Desclée de Brouwer, coll. « Christus », 1985, n° 316.

³¹ Ignace donne un titre à sa définition de la consolation : « De la consolation spirituelle »¹², soulignant que cette visite de consolation est bien « spirituelle ». L'Esprit du Christ ressuscité est à l'œuvre en toute consolation humaine produisant une véritable allégresse intérieure, c'est-à-dire une sorte de libération intérieure de la personne lui donnant joie et légèreté. Indéniablement, cette compréhension si originale de la consolation s'éloigne en bien des points de celle de l'Imitation et d'auteurs contemporains (comme Jean Gerson et les humanistes). L'emprunt qu'il fait du terme « consolation » à l'ouvrage de l'Imitation, puis la confrontation avec sa propre expérience le conduisent aux sources bibliques du terme. En effet, à travers son expérience, il retrouve les sens paulinien et johannique de la consolation tels que nous les avons décrits précédemment : la consolation est première.

³² Il appelle l'esprit du mal le Satan, « l'ennemi de la nature humaine », pour souligner qu'il n'a au (...)

comme le contraire de la consolation. Elle lui est toute relative, comme dépendante, inférieure. Comme pour la consolation, Ignace ne risque pas une définition, mais plutôt une description des effets produits, sans dire l'origine de ce mouvement qui semble dès lors plus obscur :

Par exemple, obscurité de l'âme, trouble en elle, motion vers les choses basses et terrestres, absence de paix venant de diverses agitations et tentation qui poussent à un manque de confiance ; sans espérance, sans amour, l'âme se trouvant toute paresseuse, tiède, triste et comme séparée de son Créateur et Seigneur (ES 4).

4° Découverte et application du processus ignatien de l'élection

L'élection est un choix important fait avec et sous l'impulsion de l'Esprit-Saint. Il y a des choix irrévocables : d'une part un état de vie : le célibat – le mariage, d'autre part, la vie religieuse, la prêtrise, ...

Et il y a des choix révocables : le choix d'un métier, l'engagement social, politique, l'engagement en paroisse, UP,...

Pour vivre les choix dans le cadre de sa vie spirituelle et ainsi développer la relation personnelle à Dieu, le choix se fait avec et par l'Esprit-Saint.

5° Conformation toujours plus grande au Christ dans tous les mystères : joyeux, lumineux, douloureux, glorieux

6° Compréhension et vécu de la souffrance comme conformation à la passion du Jésus-Christ : de la révolte à l'acceptation, en passant par le choix libre et conscient.

7° La vraie et seule liberté : choisir librement et consciemment ce que je ne peux pas choisir

Annexe 1 : Carré sémiotique de la miséricorde

Le cheminement de Pierre nous révèle le processus de la miséricorde. En effet il n'est humainement pas facile d'emblée d'être miséricordieux. Cela demande la découverte de la miséricorde divine et l'intégration de celle-ci dans notre propre vie, et notre propre être. Pierre a dû expérimenter le pardon et la miséricorde de Dieu avant d'assumer sa mission de chef de l'Église.

« je te suivrai partout où tu iras »	ENGAGEMENT	VÉRITÉ	Renierment : « non je n'en suis pas »
« m'aime-tu plus que ceux-ci ? »	JUSTICE	MISSION	« sois le berger de mon troupeau »
	= MISÉRICORDE		

Bibliographie :

1° Spiritualité :

- Le dictionnaire de la vie spirituelle (Cerf, 1983),
- P. Varillon Joie de croire, joie de vivre,
- P. Rondet Ecouter les mots de Dieu (Bayard 2001)
- Laissez-vous guider par l'Esprit (Bayard 2005)

Des revues spirituelles :

- Christus (Psychologie et vie spirituelle, Hors série n° 210, mai 2006)
- Carmel,
- Esprit et Vie (C. de Foucauld)

Grands auteurs spirituels : = différentes spiritualités

- Saint Augustin (Les Confessions)
- Sainte Thérèse d'Avila (Le château intérieur)
- Saint Jean de la Croix
- Saint Ignace (Le Récit)
- Saint François de Sales, ...
- Saint François d'Assise

2° Croissance spirituelle

3° Accompagnement spirituel :

Ouvrages de références :

André Louf, la grâce peut davantage, DDB, 1992

<https://www.yumpu.com/fr/document/read/16849523/1-laccompagnement-spirituel-selon-le-modele->

© Écrit et mis en forme abbé Bernard Schubiger
Mars 2021.