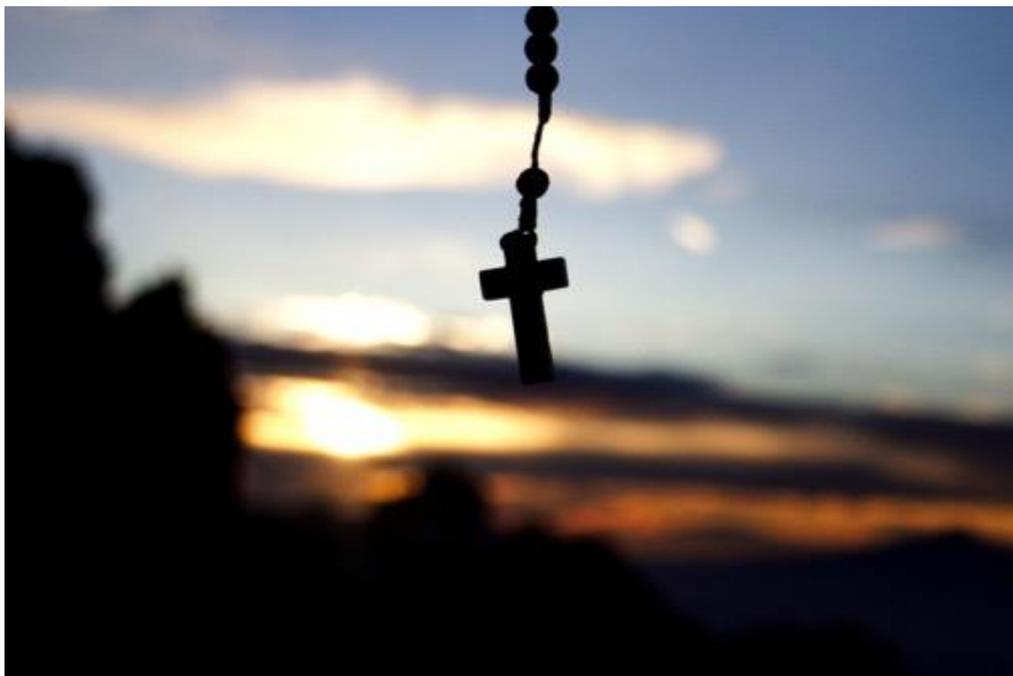


Catéchuménat des adultes

## **Rencontre n°5**

# **Ma vie spirituelle**

12 janvier 2025 – Fribourg



## L'ETRE HUMAIN : UNE PERSONNE EN TROIS DIMENSIONS



"Fine pointe de l'âme"  
Intelligence, volonté, conscience

Emotions, sentiments

Se nourrir, croissance, reproduction

## 5 RÈGLES DE BASE

d'après Simone Pascal - L'évangélisation des profonds



### 1- Le choix de la Vie

"Vois ! Je mets aujourd'hui devant toi ou bien la vie et le bonheur, ou bien la mort et le malheur. Choisis donc la vie !"  
Deutéronome 30, 19

### 2- L'acceptation de sa condition humaine

Ne pas se prendre pour Dieu,  
Cultiver l'humilité - rejeter l'orgueil

### 3- Déployer son identité spécifique

Tu es unique, créé pour toi-même  
La vie chrétienne n'est pas une fusion avec Dieu

## 5 RÈGLES DE BASE

d'après Simone Pascal - L'évangélisation des profonds



### 4- Rechercher l'unité de sa personne

Prendre soin de toutes les dimensions de sa personne, n'en négliger aucune  
Rechercher l'unité - distinguer sans séparer

### 5- Entrer dans la fécondité et don

"L'homme, seule créature sur terre que Dieu a voulue pour elle-même, ne peut pleinement se trouver que par le don désintéressé de lui-même."

Concile Vatican II, GS 24, 3

Faire fructifier ses talents (cf. Mt 25, 14-30)

Ne pas se replier sur soi-même

## DIEU À L'INTIME DE NOUS-MÊMES

"Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole ; mon Père l'aimera, nous viendrons vers lui et, chez lui, nous nous ferons une demeure."

Évangile de Jean 14, 23

"Bien tard, je t'ai aimée, ô beauté si ancienne et si nouvelle, bien tard, je t'ai aimée !  
Et voici que tu étais au-dedans, et moi au-dehors, et c'est là que je te cherchais."

Saint Augustin, Les Confessions 10, 27

## LA DYNAMIQUE DU BAPTÊME

Avec Jésus, passer de la mort à la vie



### 1- Dieu me sauve

Il me libère du péché et de tout ce qui m'éloigne de lui

### 2- Je deviens enfant de Dieu

"En effet, tous ceux qui se laissent conduire par l'Esprit de Dieu, ceux-là sont fils de Dieu. Vous n'avez pas reçu un esprit qui fait de vous des esclaves et vous ramène à la peur ; mais vous avez reçu un Esprit qui fait de vous des fils"

Saint Paul, lettre aux Romains 8, 14-15

## LA DYNAMIQUE DU BAPTÊME

Avec Jésus, passer de la mort à la vie



### 3- Une collaboration à l'oeuvre de Dieu

- C'est d'abord une grâce : un don de Dieu. C'est lui qui agit.
- Il ne nous laisse pas passifs : il nous appelle à agir

### 4- Grandir dans la vie reçue au baptême

- Ce qui est reçu au baptême doit se déployer et grandir
- C'est le combat de tous les jours : se détourner du mal et choisir le bien.

## LE COMBAT SPIRITUEL



"Prenez l'équipement de combat donné par Dieu ; ainsi, vous pourrez résister quand viendra le jour du malheur, et tout mettre en œuvre pour tenir bon. Oui, tenez bon, ayant autour des reins la ceinture de la vérité, portant la cuirasse de la justice, les pieds chaussés de l'ardeur à annoncer l'Évangile de la paix, et ne quittant jamais le bouclier de la foi. Prenez le casque du salut et le glaive de l'Esprit, c'est-à-dire la parole de Dieu.

Lettre aux Ephésiens 6, 13-17

## LES BASES DE LA PRIÈRE



ME VOICI



MERCI



PARDON



S'IL TE PLAÎT



JE T'AIME



## Texte biblique

<sup>13</sup>Prenez l'équipement de combat donné par Dieu ; ainsi, vous pourrez résister quand viendra le jour du malheur, et tout mettre en œuvre pour tenir bon. <sup>14</sup>Oui, tenez bon, ayant autour des reins la ceinture de la vérité, portant la cuirasse de la justice, <sup>15</sup>les pieds chaussés de l'ardeur à annoncer l'Évangile de la paix, <sup>16</sup>et ne quittant jamais le bouclier de la foi. <sup>17</sup>Prenez le casque du salut et le glaive de l'Esprit, c'est-à-dire la parole de Dieu.

Lettre aux Ephésiens 6, 13-17

## Questions pour le partage en groupe

- Qu'est-ce que je retiens ou m'interpelle dans ce qui vient d'être présenté ?
- Est-ce que je reconnais que Dieu est la Source de ma vie, de toute vie ? Si oui, pourquoi ? Si non, pourquoi ?
- Comment je me relie à ce Souffle, cette Source, cette Présence de Dieu en moi ? Prière, méditation, adoration, messe ?
- Nous avons tous une histoire de vie : des idéaux, des blessures, des manques d'amour, des combats intérieurs (sentiment d'infériorité, manque de paix, de confiance, égoïsme, vide intérieur...)  
Est-ce que je demande à Jésus de combattre à mes côtés ?  
Est-ce que je confie au Seigneur mes doutes, mes joies, mes angoisses, mes blessures ?
- Dieu me donne mon identité de fils/fille, qu'est-ce cela veut dire pour moi ?

## Prière à la chapelle

### Psaume 33

<sup>02</sup> Je bénirai le Seigneur en tout temps,  
sa louange sans cesse à mes lèvres.

<sup>03</sup> Je me glorifierai dans le Seigneur :  
que les pauvres m'entendent et soient en fête  
!

<sup>04</sup> Magnifiez avec moi le Seigneur,  
exaltons tous ensemble son nom.

<sup>05</sup> Je cherche le Seigneur, il me répond :  
de toutes mes frayeurs, il me délivre.

<sup>06</sup> Qui regarde vers lui resplendira,  
sans ombre ni trouble au visage.

<sup>07</sup> Un pauvre crie ; le Seigneur entend :  
il le sauve de toutes ses angoisses.

<sup>08</sup> L'ange du Seigneur campe à l'entour  
pour libérer ceux qui le craignent.

<sup>09</sup> Goûtez et voyez : le Seigneur est bon !  
Heureux qui trouve en lui son refuge !

<sup>10</sup> Saints du Seigneur, adorez-le :  
rien ne manque à ceux qui le craignent.

<sup>11</sup> Des riches ont tout perdu, ils ont faim ;  
qui cherche le Seigneur ne manquera d'aucun  
bien.

<sup>12</sup> Venez, mes fils, écoutez-moi,  
que je vous enseigne la crainte du Seigneur.

<sup>13</sup> Qui donc aime la vie  
et désire les jours où il verra le bonheur ?

<sup>14</sup> Garde ta langue du mal  
et tes lèvres des paroles perfides.

<sup>15</sup> Évite le mal, fais ce qui est bien,  
poursuis la paix, recherche-la.

<sup>16</sup> Le Seigneur regarde les justes,  
il écoute, attentif à leurs cris.

<sup>17</sup> Le Seigneur affronte les méchants  
pour effacer de la terre leur mémoire.

<sup>18</sup> Le Seigneur entend ceux qui l'appellent :  
de toutes leurs angoisses, il les délivre.

<sup>19</sup> Il est proche du cœur brisé,  
il sauve l'esprit abattu.

<sup>20</sup> Malheur sur malheur pour le juste,  
mais le Seigneur chaque fois le délivre.

<sup>21</sup> Il veille sur chacun de ses os :  
pas un ne sera brisé.

### Oraison

Seigneur notre Dieu, regarde tes amis; ils s'attachent à ton nom et s'inclinent devant toi:  
aide-les à faire le bien; tiens leur cœur en éveil, pour qu'en gardant mémoire de tes œuvres et  
de tes commandements, ils se hâtent avec joie vers tes propres dons.

Par Jésus, le Christ, notre Seigneur.

R/ Amen

### Bénédictio

Que le Seigneur te bénisse et te garde. Que le Seigneur te découvre sa face et te montre sa  
miséricorde. Qu'il tourne vers toi son visage et te donne la paix.

Et que le Seigneur te bénisse.