

Quelle retraite ?

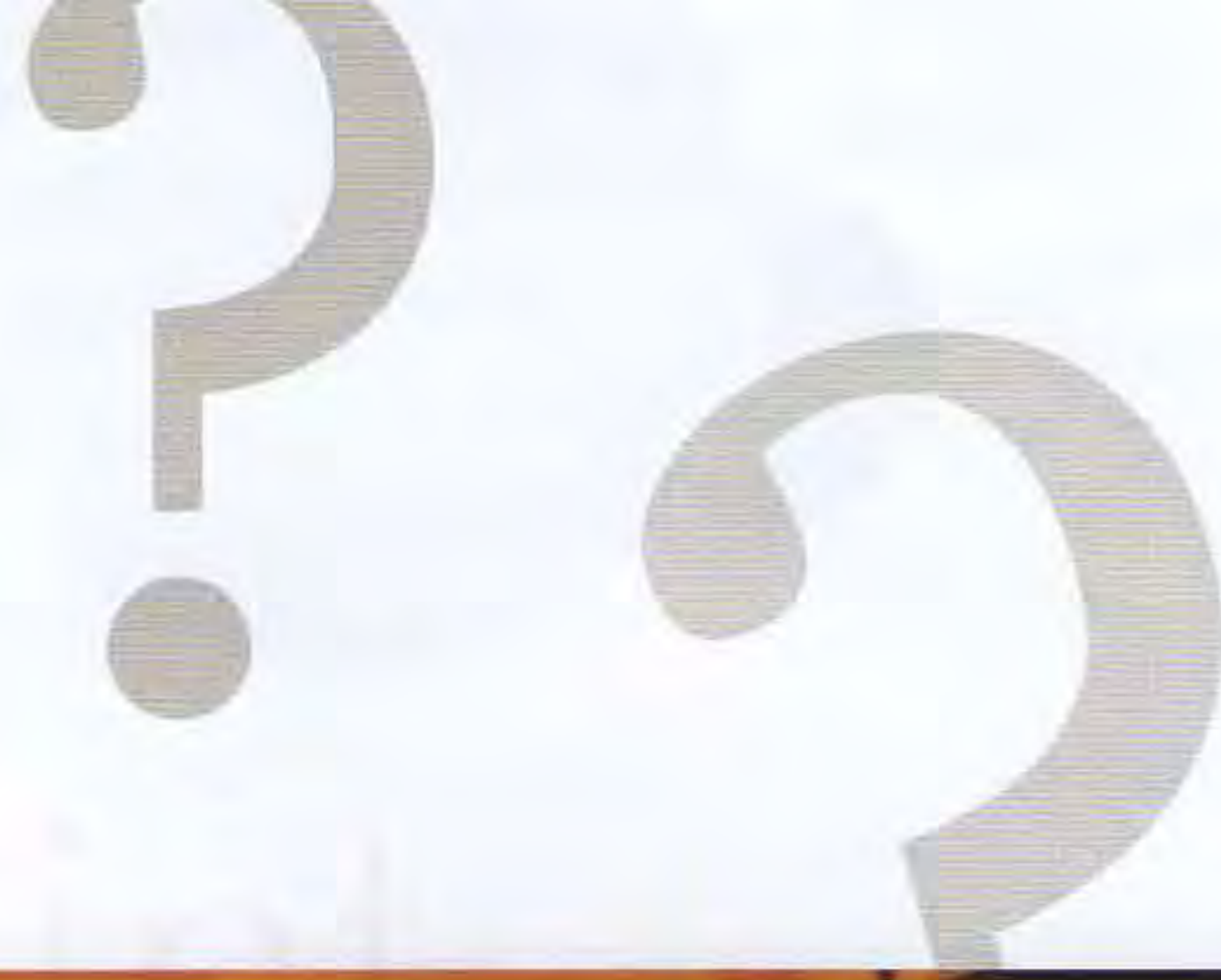


Mercredi 11 août
HALTE SPIRITUELLE
ouverte à tous
Rassemblement à l'église
à 9 h 30
Eucharistie à 16 heures

« Il ne faut jamais rester au seuil de son âme, il faut rentrer à l'intérieur, y descendre, y réfléchir, y méditer, y travailler et s'y laisser travailler... face à face avec Dieu ! »

Marthe Robin

Dans notre monde très dynamique, très vivant, on a parfois besoin de faire une pause spirituelle, pour approfondir sa relation à Dieu ou pour discerner son appel. Différents types de retraite nous sont alors proposés par les communautés religieuses et les diocèses. Comprendre ce qu'on recherche dans cette démarche nous aidera à choisir la retraite qui nous conviendra le mieux.



© P. Razzo / CIRIC

J'aimerais faire une retraite, mais comment bien la choisir ?

Tu as raison de te poser la question, le choix est vaste ! Il convient d'abord de t'interroger sur ton désir de faire une retraite. Qu'en attends-tu ? Que cherches-tu ? La qualité du silence, la communauté qui accueille, l'enseignement proposé, la possibilité d'être accompagné sont autant d'éléments qui peuvent t'aider dans ton choix. Peut-être connais-tu déjà un lieu de retraite, un monastère où tu te sens bien. Il est souvent préférable de ne pas tester une multitude d'endroits. Tu peux demander conseil à ton accompagnateur, un aumônier ou une personne de confiance. Bonne retraite !

Le silence et la solitude permettent la rencontre intime avec le Seigneur. Heureusement, ils n'empêchent pas une vie communautaire riche ! Car la vie fraternelle constitue l'un des piliers de la vie monastique. La charité s'exerce là, bien concrètement, dans le soutien fraternel, les dons partagés, l'amour mutuel. Par ailleurs l'accueil des visiteurs ou des retraitants est souvent très important pour ces monastères. Permettre à d'autres une halte spirituelle, un havre de silence et de repos, n'est-ce pas répondre aux besoins les plus profonds des hommes de notre temps ?

Plus encore, la vie monastique nous apprend que la charité ne se limite pas aux actes, aux gestes. Les moines et moniales, en s'offrant pleinement à l'amour de Dieu et en intercédant pour le monde, se font les témoins de cet amour divin brûlant pour chacun de nous.

Vivre dans le silence, à l'écart, alors que nous sommes invités à annoncer l'Évangile, à témoigner de l'amour de Dieu par nos actes de charité, n'est-ce pas contradictoire ?

Une de mes amies est rentrée chez les cisterciennes, pourquoi ? Je ne comprends pas qu'on puisse ainsi se couper du monde, quitter ses amis, sa famille, vivre enfermé... pour le Seigneur.

Les moines et moniales ont entendu de façon particulière l'appel du Seigneur à tout quitter pour le suivre. Cet appel les a saisis et les a conduits à l'écart du monde pour y demeurer avec le Christ. Là, dans la prière, ils s'offrent à Dieu, le louent et prient pour le monde. Ils manifestent par leur vie de silence que l'on peut vivre totalement tourné vers lui. En quittant amis et famille, ils apprennent petit à petit à se quitter eux-mêmes pour être tout entier au Seigneur. Ils nous rappellent que nous sommes tous des hommes et des femmes de Dieu et que Lui seul peut nous combler.

Geneviève de Saint-Pern
À partir des questions d'Agnès, Jean, Pierre et Sophie, étudiants à l'Université catholique de l'Ouest à Angers.



Parole d'évêque

Vivre une retraite ?

Lorsque l'on veut réfléchir un tant soit peu sérieusement à l'orientation de sa vie et notamment quand on se pose la question d'une vocation particulière, il est indispensable, à un moment ou à un autre, de vivre une retraite spirituelle. Quand décider de la faire et dans quel état d'esprit ?

Pour qu'une retraite soit fructueuse, il faut d'abord la désirer et la choisir librement. On n'y va pas par devoir ni en touriste, simplement parce que cela serait inscrit dans un programme à honorer. C'est une démarche que l'on décide quand on est disposé à répondre généreusement à l'appel du Seigneur.

Il faut ensuite se rendre disponible à la rencontre avec le Dieu vivant et

lui ouvrir son cœur de manière inconditionnelle. Ou, pour dire les choses autrement, il faut consentir à se convertir et à se laisser renouveler intérieurement.

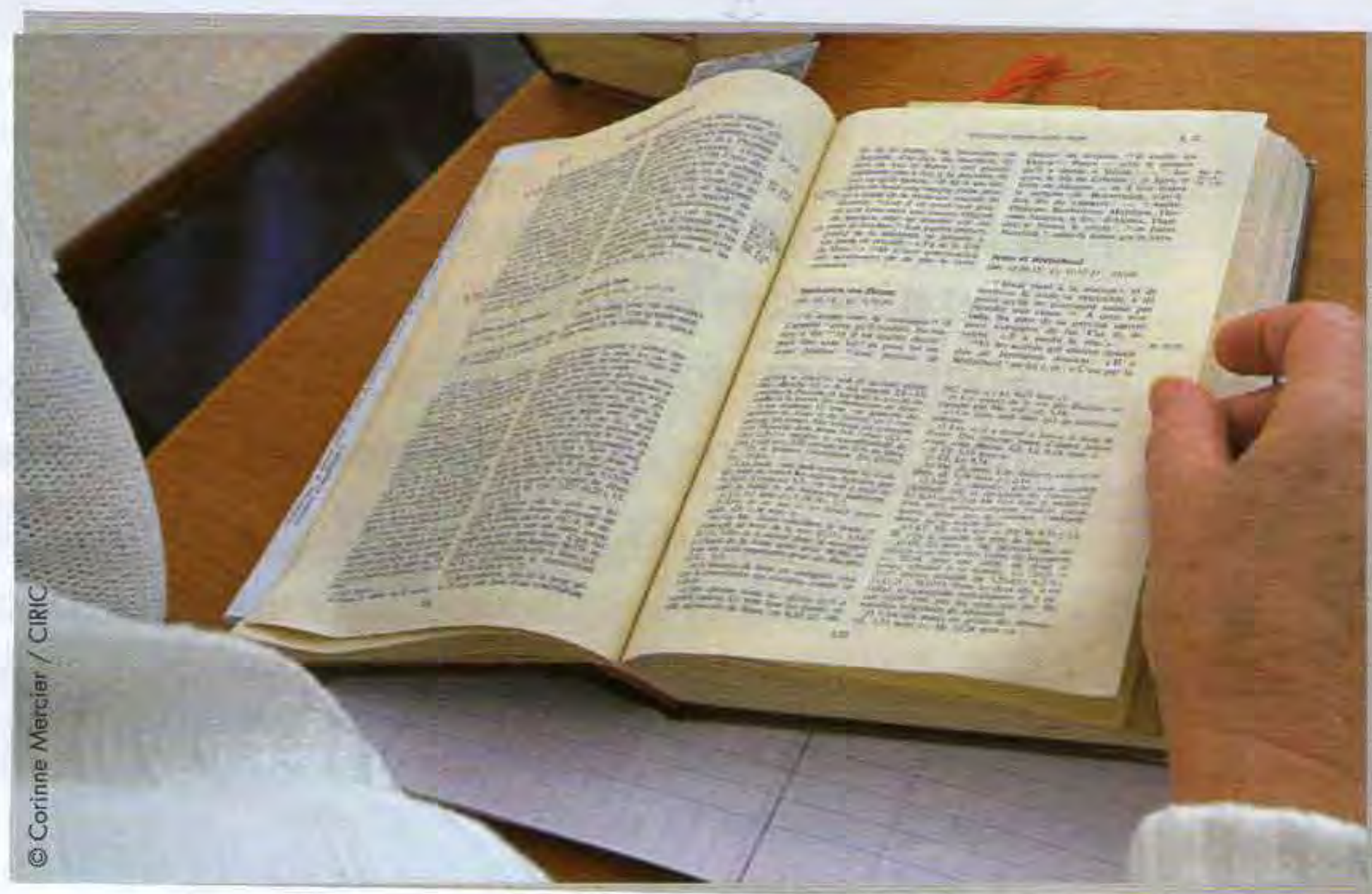
Cette disponibilité intérieure exige d'abandonner tout ce qui peut encombrer l'esprit et paralyser le cœur. Celui qui entend vivre une retraite vient les mains vides, sans téléphone ni ordinateur, et sans autre livre que sa Bible, laissant

chez lui travail, lectures, projets du moment, préoccupations...

Cette disponibilité n'est pas seulement matérielle. Elle s'accompagne du silence intérieur pour accueillir la Parole de Dieu. L'attitude spirituelle à cultiver est celle que le prêtre Éli indique au jeune Samuel : « *Parle, Seigneur, ton serviteur écoute* » (1 Sam 3,9).

Enfin, il faut avoir choisi de se laisser conduire par un frère aîné qui a quelque expérience spirituelle et à qui l'on va faire confiance. On commence par remettre entre ses mains soucis et questions. Puis on écoute avec attention ses instructions, conseils et encouragements et on lui rend compte du chemin accompli dans la retraite.

Faut-il préciser encore qu'on ne vient pas en retraite pour trouver une réponse immédiate à une question précise ? N'oublions jamais que la pratique de Jésus est de déplacer les questions pour nous conduire à l'essentiel !



Pourquoi et quand faire une retraite ?

Pourquoi est-il bon de prendre un temps de retrait de notre monde ? Quand est-il judicieux de le faire ?

Étymologiquement une «retraite» suppose un retrait. Une retraite spirituelle est d'abord un retrait par rapport à notre mode de vie habituel. Par conséquent faire une retraite demeure exceptionnel. Nous ne pouvons pas être en retraite spirituelle en perma-

nence. Dès lors pourquoi et quand faire une retraite ?

Lorsque Dieu transmet ses commandements au peuple de l'Alliance, il commence par l'inviter à l'écoute (cf. Dt 5, 1 ; 6, 4), si bien que celle-ci constitue le premier commandement divin. Or il s'avère que l'homme est blessé par le péché dans sa capacité à écouter la Parole de Dieu et à la recevoir avec confiance. L'œuvre rédemptrice de Jésus est précisément de faire de nous des fils à son image, c'est-à-dire de restaurer notre capacité d'écouter la voix du Père et de la suivre. Une retraite est un moyen d'écouter le Père parlant en son

Fils. Dans un rythme de vie habituel il est difficile d'écouter la Parole divine et de s'y ouvrir profondément. Dans la Tradition de l'Église, la retraite est l'un des tout premiers moyens de se mettre à l'écoute de Dieu par la séparation de tous les éléments du monde qui constituent des obstacles à cette écoute. Il n'est donc pas nécessaire d'avoir une question précise et d'attendre une réponse de Dieu pour faire une retraite. La décision de faire une retraite peut intervenir devant la prise de conscience que notre cœur n'est pas à l'écoute de Dieu ou bien avec le désir qu'il le soit davantage.

Le fruit de notre baptême est d'avoir été constitué fils de Dieu. L'apport d'une retraite est de développer en nous un cœur de fils qui écoute. La parenthèse d'une retraite nous conduit alors à reprendre notre vie ordinaire avec un cœur plus attentif à la voix de Dieu. Bien souvent, éclairés par le Seigneur durant le temps de retraite, nous modifierons quelques axes de notre vie quotidienne, à la marge ou en profondeur.

P. Philippe de Forges

Dix jours de retraite chaque année...

... à quoi ça sert quand on est carmélite 365 jours sur 365 ?

Cette question je me la suis posée quand je suis entrée au Carmel voici bientôt dix ans. Au fil des années, ce temps privilégié de solitude et de prière est devenu un rendez-vous indispensable et attendu, un peu comme des retrouvailles en profondeur avec Celui à qui nous avons donné notre vie. Installée dans un petit ermitage au fond du jardin, chaque sœur organise ses journées autour de

l'Eucharistie, la Liturgie des Heures, de longs temps d'oraison – cœur à cœur avec le Seigneur – et de lecture spirituelle, et d'un peu de travail. Comme chacun, nous avons besoin d'espace et de temps privilégiés pour prendre du recul, revenir à l'essentiel, redire notre Oui à Dieu. Ce retrait au désert nous permet de nous reposer près de Lui, de nous recentrer sur le Christ : dans le silence, Il fait de nous l'amour au cœur de l'Église et du monde.



POUR FAIRE
LE BON CHOIX...

L'Église dans sa richesse propose de nombreuses retraites, avec des spécificités propres aux différentes communautés. Quelques indications pour aider à choisir la plus adaptée à notre besoin.

RETRAITE FONDAMENTALE

Cette retraite de 6 jours peut conduire à prendre des décisions importantes ou peut être simplement un temps de ressourcement. Proposée par les Foyers de Charité, elle comporte des enseignements quotidiens et un accompagnement par un prêtre ou un membre de la communauté.

RETRAITE EN ABBAYE

L'accueil est une mission essentielle des moines et moniales. « Que tous les hôtes soient reçus comme le Christ » (Règle de saint Benoît). Cela explique que la plupart des abbayes et monastères comportent une hôtellerie ouverte à tous ceux qui souhaitent prendre du temps pour Dieu en participant aux offices liturgiques qui jalonnent une journée monastique. Ce rythme de prière communautaire aide à se détacher de soi-même et à s'orienter à tout instant vers Dieu.

EXERCICES SPIRITUELS

Fruit de l'expérience de saint Ignace de Loyola, les exercices spirituels sont une manière particulière de prier avec la parole de Dieu qui ouvre au discernement et aide à rejoindre le désir de Dieu sur nous. Les exercices spirituels s'adressent à toute personne qui a un choix de vie à faire.

Le désert dans l'Écriture

Dans nos vies agitées, la perspective de « faire une journée de désert » est bien séduisante. Enfin, prendre le temps de faire le point, de retrouver le Seigneur seul à seul ! Mais nous avons parfois une vision idéalisée du désert. Dans l'Écriture, le désert est une réalité ambivalente, plus complexe que nous l'imaginons...

Le désert est avant tout un lieu où aucune plante ne pousse. De ce point de vue, il n'est pas béni par Dieu (cf. Is 6,8-11) et il ressemble au chaos primitif. En cette terre infertile, habitent les démons (cf. Lv 16,10) et les bêtes malfaisantes (cf. Is 13,21 ; So 2,13). Le désert s'oppose à la terre habitée comme la malédiction à la bénédiction.

La traversée du désert par le peuple d'Israël

Dieu a voulu faire passer son peuple par cette terre redoutable (cf. Dt 1,19). Le désert n'est pas un lieu où on s'établit mais un lieu qu'il faut traverser pour aller vers la Terre promise, où coulent le lait et le miel. Dès lors le désert prend une autre signification : il est le lieu de naissance du peuple de Dieu. Temps d'épreuve pour le peuple, et même d'apostasie, mais aussi temps de gloire et de victoire pour le Seigneur où son alliance s'accomplit avec les hommes et où il peut livrer ses confidences à ses amis. « J'établirai ma demeure au milieu de vous et je ne vous rejetterai pas. Je vivrai au milieu de vous, je serai pour vous un Dieu et vous serez pour moi un peuple » (Lv 26, 11-12).

Ce chemin d'Alliance est un temps de libération progressive. Les Hébreux sont invités au dépouillement : pas d'eau, pas de viande et une Terre promise qui semble bien lointaine. Ils apprennent dans le désert à tout attendre de Dieu, situation tout à fait inconfortable lorsque l'on a été habitué aux sécurités de la servitude en Égypte... Aussi murmurent-ils contre Dieu.



La Tentation du Christ au désert. Vitrail de la cathédrale de Chartres du XIII^e siècle.



© P. Deliss / GODONG

Le désert révèle le cœur de l'homme

Au peuple qui murmure, Dieu répond en lui donnant eau et nourriture merveilleuses. Le dessein de Dieu bon et libérateur s'accomplira quand même : Josué fera entrer le peuple en Terre promise, miséricordieuse fidélité de Dieu.

Le désert est en effet le lieu par excellence de l'épreuve de la foi et du combat spirituel. Jésus lui-même en sortira victorieux après une confrontation intense avec le démon pendant quarante jours (cf. Lc 4, 1-13). Il assume et domine les tentations qui sont les mêmes que celles connues par Israël au désert : « Ordonne à cette pierre de se changer en pain » fait référence au don de la manne. « Prosterne-toi devant moi » renvoie à l'adoration du veau d'or et « Jette-toi en bas » au miracle accompli aux sources de Massa (cf. Ex 17).

L'appel du désert

Pour Jésus, le désert est aussi un refuge face à la foule (cf. Mt 14,13 ; Mc 1,45 ; 6, 31) où il peut se retirer

pour prier. Car le désert n'est pas qu'aridité, une source y est cachée. On y trouve Dieu dans la simplicité du cœur. « À des amants il faut la solitude, un cœur à cœur qui dure nuit et jour » écrit sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus.

Celui qui cherche Dieu entend l'appel du désert, il sait que pour le trouver il lui faut quitter son quotidien et prendre un temps de solitude et de silence. « C'est après avoir cheminé pendant quarante jours dans le désert que, sur le mont désolé de l'Horeb, Elie perçut le souffle léger qui décelait la présence divine » expliquait le père Marie-Eugène.

Nous aussi, nous avons besoin de temps de désert pour rencontrer Dieu plus profondément, pour l'écouter et pour lui parler. Dieu peut ainsi agir en nous sans interférences. C'est au désert que Dieu a conduit et formé les grands contemplatifs et apôtres.

Étonnant et fascinant désert où dans le rien on trouve Celui qui est le Tout de notre vie...

Marguerite Simunek

RETRAITES POUR DISCERNER SA VOCATION

De nombreuses communautés proposent également des retraites orientées sur le discernement de la vocation. Elles permettent de mieux définir sa vocation personnelle et de découvrir le charisme particulier d'une communauté. C'est le cas également de certains services des vocations présents dans chaque diocèse.

RETRAITE DANS LA VILLE

Pour ceux qui n'ont pas la possibilité de s'éloigner physiquement de leur lieu de vie habituel, les dominicains de Lille proposent un temps de retraite pendant le carême. Cette retraite est prêchée et on peut bénéficier également d'un accompagnement... Mais tout se passe sur internet ! www.retraite dans la ville.org

RETRAITE DE CARÊME, TRIDUUM PASCAL, RETRAITE D'AVENT, RETRAITE DE NOËL

Ces retraites aident à vivre en profondeur le temps liturgique. Centrées sur l'eucharistie, la prière personnelle et les offices liturgiques, elles favorisent la communion avec le Christ dans les mystères de sa naissance, de sa mort et de sa résurrection qui sont au cœur de la vie chrétienne.

JOURNÉE DE DÉSERT

Une journée en solitude dans un lieu propice à la prière. Les journées de désert nécessitent l'habitude du silence et une certaine autonomie. Elles permettent de faire le point et de plonger dans la prière.

Une retraite s'inscrit dans le temps et dans l'espace. Sa fécondité

dépend du retraitant.

Avec saint Ignace de Loyola, quelques conseils sur les attitudes et dispositions à avoir pour faire une bonne retraite.



© P. Razzo / CIRIC

Comment vivre une retraite ?

Quelles sont mes capacités ? Où en suis-je dans la vie avec le Christ ? Suis-je formé aux choses spirituelles ? Lent ou rapide ? Cultivé ou sans culture ? Faible de constitution ou en bonne santé ? Autant de questions à se poser avant une retraite. Saint Ignace de Loyola distingue ceux qui sont lents à trouver ce qu'ils cherchent et d'autres qui sont plus rapides ; ceux qui arrivent à une retraite consolés et pleins de ferveur et ceux qui viennent désolés et sans ferveur ; ceux qui se présentent avec un esprit dégagé de soucis et ceux qui sont occupés par de multiples affaires dont ils ont du mal à se dégager...

Cette connaissance de soi va déterminer le déroulement d'une retraite. Certains auront à prendre des moyens appropriés pour avoir l'esprit libre et disponible. Pour

d'autres, il faudra veiller à ce qu'ils ne pourront porter sans fatigue ou dont ils ne tireront aucun profit : une lecture ou un avis constituera « une matière trop subtile et trop délicate pour qu'ils puissent comprendre » (Exercices Spirituels, n° 9).

Chercher et trouver

« Qui cherche trouve » (Lc 11, 10). Ce qui est affirmé ici de la prière vaut également pour une retraite. Que cherche-t-on ? Qu'espère-t-on trouver ? La quête peut n'être pas claire au début. Elle doit alors le devenir durant la retraite. Elle dépend des désirs, inclinations ou attachements qui habitent notre cœur : pauvreté ou richesse, vie longue ou vie brève, mariage ou vie religieuse, etc.

Le désir lui-même de faire une retraite peut être fort ou faible. Chacun doit demander le désir « d'entrer de grand cœur et avec

générosité envers son Créateur et Seigneur » (ES, n°5) dans une retraite et de lui offrir cette disponibilité qui lui permettra « de se communiquer lui-même à l'âme, l'enveloppant dans son amour et sa louange, et la disposant à entrer dans la voie où elle pourra mieux le servir à l'avenir » (ES, n° 15).

Des moyens appropriés pourront aider à cette ouverture du cœur : se séparer pendant le temps de la retraite « de beaucoup d'amis et connaissances, ainsi que de beaucoup d'affaires » car, en étant ainsi séparé, l'esprit n'est pas partagé entre beaucoup de choses : « Plus notre âme se trouve seule et séparée, plus elle se rend apte à se rapprocher de son Créateur et Seigneur et s'unir à lui » (ES, n° 20).

Le contenu de la retraite

Une retraite est une démarche du corps et de l'esprit. Elle engage toute la personne et sa liberté devant Dieu. Sa fécondité suppose une mise en œuvre précise. Quand faut-il prier ou marcher, se promener, voire courir, si nécessaire ? L'esprit est engagé pour trouver la volonté de Dieu pour soi : la mémoire pour la vie passée et le déroulement de chaque journée de retraite ; l'intelligence pour réfléchir

par une lecture ou une méditation ; la volonté pour éliminer ce qui est superflu et viser le mieux pour mieux faire et trouver ce qu'on désire ; aussi, pour s'adresser avec respect à Dieu et à ses saints.

Cette mobilisation des facultés doit se faire selon un programme déterminé, car « *ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui rassasie et satisfait l'âme mais de sentir et goûter les choses intérieurement* » (ES, n° 2). Le corps ne doit pas être oublié, car il détermine notre liberté et constitue aussi le lieu de l'accueil du don de Dieu. Il en résulte de nouvelles questions. Quand se coucher ? Quelle nourriture ? Faut-il jeûner en retraite ? Quel rapport à la nuit et au jour ? Quelle attention aux autres et à l'espace environnant ? Chacun doit « *sentir* » ce qui lui est approprié.

La garde des pensées et des sens

Durant une retraite, prière, méditations, lectures et déplacements

engendrent des pensées, des désirs, des mouvements intérieurs de joie ou de tristesse. Cela varie d'un retraitant à l'autre : l'un a l'âme agitée ; l'autre, l'âme en paix et en repos. Un autre est tenté, grossièrement ou non. Chacun fait l'expérience de la maîtrise et de la non-maîtrise de ces motions.

Pour saint Ignace, un certain contrôle des pensées est possible et nécessaire. Il est possible d'éviter qu'une pensée mette en mouvement un monde intérieur contraire à ce qu'on cherche durant la retraite ; de même, pour l'imaginaire qui peut être contrôlé. En rapport avec l'environnement et les personnes côtoyées, la garde des sens (vue, écoute, etc.) va aussi permettre de ne pas sortir du but visé dans la retraite : attention à ce qui est vu et à ce que cette vue provoque en soi ; effort pour demeurer dans la solitude et le silence et ne pas entrer plus que nécessaire en contact avec d'autres retraitants, etc.

À travers cette double garde, le retraitant permet à Dieu de le rejoindre et de mieux trouver en retour ce qu'il cherche.

Quelques attitudes pratiques

Pour la prière : ne pas prier selon son goût mais durant un temps défini à l'avance auquel on est fidèle ; pour le coucher et le sommeil : au coucher, repasser brièvement ce qui a été vécu durant la journée et au réveil, orienter ses pensées vers la journée à vivre ; pour le déroulement : éviter l'écueil d'en faire trop et l'autre écueil de n'en faire pas assez ; pour le corps : disposer son corps à entrer dans la prière et ne pas quitter la prière, sans que ce départ aille de pair avec une certaine attitude corporelle.

De manière générale, durant toute la retraite, être toujours à la recherche de ce que l'on veut et viser ce qui sera le mieux pour le profit de la retraite.

P. Nicolas Delafon



silence

Pour une plus grande liberté intérieure

Rencontre avec le père Arnaud de Rolland sj, directeur du Centre Manrèse. Ce centre spirituel jésuite, situé à Clamart (92) en Ile-de-France, abrite notamment les retraites ignatienues dans un cadre paisible en bordure de forêt.

Pouvez-vous nous présenter le Centre Manrèse ?

Le Centre a été fondé en 1876 à la demande de l'archevêque de Paris comme un lieu de retraite pour les prêtres du diocèse. Rapidement, il s'est élargi à d'autres publics. Aujourd'hui, notre communauté de sept jésuites – et la centaine de personnes qui lui vient en aide – accueille environ 3 500 personnes chaque année. Ses activités s'articulent autour de trois axes : les exercices spirituels, proposés sous diverses formes ; la formation d'accompagnateurs spirituels ; et des activités pour couples, avant et après le mariage.

Que faut-il entendre par « retraite ignatienne » ?

La retraite ignatienne est avant tout une démarche personnelle, effectuée dans le silence et la solitude, avec un accompagnement individuel. Parfois ceci se vit à l'intérieur d'un groupe. Elle se caractérise par une mise en œuvre d'« exercices » proposés

par saint Ignace de Loyola. La manière de faire est simple : recevoir un exercice, par exemple prier à partir d'un texte de l'Écriture, le mettre en œuvre ; puis prêter attention à l'effet produit en soi – c'est la relecture – et en parler à son accompagnateur, qui adaptera l'exercice suivant en conséquence. L'accent est mis ainsi sur une expérience à vivre – « *trouver par soi-même* » nous dit saint Ignace –, plutôt que sur un enseignement à recevoir. Pour le fondateur des Jésuites, en effet, « *ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui rassasie et satisfait l'âme, mais de sentir et de goûter les choses intérieurement* ».

Le dialogue avec l'accompagnateur est particulièrement important : il y a un rapport entre notre manière de parler à Dieu et notre manière de parler en vérité à quelqu'un.

Les exercices spirituels sont à la fois une école de prière et une aide à la décision, au discernement. En effet, faire l'expérience de Dieu dans la prière dégage ma liberté de ce qui l'entrave et m'invite à l'engager.

Une retraite ignatienne est-elle toujours une retraite de discernement ?

Si vous parlez de retraite pour un choix de vie ou une décision importante, pas nécessairement. Ce peut être simplement pour le

retraitant l'occasion d'apprendre à prier plus personnellement, sans question particulière à résoudre. La retraite ignatienne est ouverte à tous les âges et toutes les situations de vie : célibataires, mariés, divorcés, religieux, laïcs en mission ecclésiale, personnes en recherche... Elle propose un cadre structuré qui permet au retraitant de faire l'expérience d'une rencontre réelle de Dieu et de se disposer à recevoir la Grâce. À partir de là et à travers des combats spirituels et des grâces reçues, libéré de ses entraves par le Christ, le retraitant peut poser des décisions libres.

Quel conseil donneriez-vous pour choisir une retraite adaptée à son itinéraire ?

Le premier élément de choix d'une retraite est le désir profond de la personne. Pour faire les exercices, il faut en avoir un grand désir, car la méthode proposée par Ignace comporte des exigences, non pas d'ordre intellectuel (les exercices ne sont en aucun cas réservés à une « élite »), mais en terme d'efforts à fournir. Sans une véritable envie de prendre les moyens d'avancer et de grandir, la retraite ne donnera pas grand-chose. « *Demandez et vous recevrez ; cherchez et vous trouverez* » nous dit le Christ.

Autres critères de choix : l'état intérieur de la personne, son état psychologique actuel, les expériences qu'elle a déjà acquises. Une



© Centre de retraite Manrèse

personne qui n'a jamais fait de retraite ne commencera pas par une retraite de trente jours ! Pour une première expérience, par exemple pour apprendre à structurer sa prière, une retraite d'initiation de cinq jours semble raisonnable et cela, avec le double soutien de l'accompagnement individuel et d'un groupe, car le silence et la solitude peuvent être austères pour un début.

Quels fruits peut-on attendre d'une retraite ?

Les résultats d'une retraite s'apprécient au regard du désir initial et sont toujours propres à la personne du retraitant. Il me vient à l'esprit l'exemple très particulier d'une femme qui, après un véritable combat spirituel au cours de sa retraite, avait pris la décision d'acheter une carte d'abonnement à la piscine : elle avait en effet découvert au cours de sa retraite qu'elle entretenait des rapports difficiles avec son corps et qu'il y avait là pour elle un enjeu important. Choisir d'accueillir la vie que Dieu lui donnait passait par une attention très concrète à son propre corps.

Le fruit principal que l'on peut en espérer est une plus grande liberté intérieure, en relation avec le Christ. Ensuite, ce peut être la réponse à la question avec laquelle la personne était venue, par exemple la confirmation d'un appel entendu, une décision librement prise de s'engager dans un état de vie, une profession, etc. D'autres retraitants font la découverte fondatrice que Dieu est quelqu'un pour eux et qu'ils peuvent lui parler en liberté, qu'il les remet debout. D'autres acquièrent une connais-



« Il s'agit avant tout d'une expérience personnelle de Dieu »

sance plus fine de la manière dont l'esprit de Dieu les conduit dans leur vie courante et/ou de la façon dont le tentateur les attaque ou les piège. C'est une véritable occasion de progression spirituelle.

À quelles conditions une retraite ignatienne porte-t-elle des fruits ?

D'un point de vue pratique, il est important d'arriver reposé sur le lieu de la retraite. On prie mal avec un corps fatigué. Ensuite, il faut choisir de vraiment se mettre à l'écart pour se rendre totalement disponible : couper son téléphone, ne pas apporter son courrier en retard et les livres qu'on n'a pas eu le temps de lire...

Un dernier point que vous voulez ajouter ?

Oui, il peut être bon de rappeler que l'accompagnateur propose des exercices en suivant les mouvements spirituels qui habitent le retraitant, sans schéma préétabli, même si le livret des Exercices donne à l'accompagnateur des repères. Il s'agit avant tout d'une expérience personnelle de Dieu par le retraitant, d'un dialogue « de la créature avec son Créateur » que l'accompagnateur a pour mission de favoriser.

Pour en savoir plus :
<http://www.manrese.com>

La sobre ivresse de l'Esprit

Le père Roger Tardy est directeur au Séminaire de Paris. Depuis plusieurs années, il donne les Exercices spirituels à des séminaristes et des laïcs.

« **I**ls sont pleins de vin doux ! » (Ac 2,13)
 Qui n'a tressailli au détour d'une retraite d'une joie vive, proche de l'état amoureux ? Qui n'a pas ressenti aussi le dégrisement amer qui

accompagne parfois le retour sur le chemin caillouteux du quotidien ?

S'exposer à Dieu

Les Exercices spirituels donnent d'y rencontrer Dieu, d'une manière particulièrement réaliste. En énoncer les fruits possibles est difficile, car Dieu est libre et ses dons imprévisibles. S'exposer à Dieu pendant huit ou trente jours, avec tout ce que l'on est, déceptions, lâchetés et beauté comprises, par le biais de l'Écriture... Cela ne laisse pas indemne.

Depuis que je donne les Exercices, j'ai eu la chance de croiser des

retraitants très variés : un père de famille, soucieux de profiter de l'âge de la retraite pour faire un pas assez radical vers le Christ et les pauvres ; des religieux, désirant prendre un nouveau départ ; des jeunes étudiants cherchant à mettre de l'ordre dans leurs aspirations contradictoires ; des séminaristes, etc. Tous n'ont pas un choix à soupeser, mais tous ont un pas à faire.

Recevoir la paix

C'est un vrai bonheur, comme prêtre, d'être le témoin de ce travail conjoint de l'Esprit de Dieu et de la persévérance fragile d'un baptisé. Certes, le retraitant reçoit quelque enseignement de la sagesse de l'Église, mais ce n'est pas d'abord ce nouveau savoir que l'on emporte avec soi. C'est un regard renouvelé, humble et durable. C'est une paix joyeuse et libre : serait-ce là la sobre ivresse de l'Esprit ?

P. Roger Tardy

RETOUR AU FONDEMENT

Après une dizaine d'années de sacerdoce et des ministères variés, j'ai éprouvé la nécessité de refaire cet été trente jours d'Exercices spirituels de saint Ignace.

Je sentais en effet que la richesse du ministère, son rythme, ses joies et ses difficultés pouvaient paradoxalement m'éloigner d'une relation d'union au Christ, vitale pour tout apostolat. Désireux de ne pas courir en vain, je cherchais une clarté dans le discernement des décisions à prendre, clarté qui ne pouvait qu'être le fruit d'un appel renouvelé du Christ auquel j'espérais répondre dans une offrande de moi-même plus entière.

Les trente jours m'ont permis de vivre cela d'une manière évidemment surprenante puisque Dieu était aux commandes : la grâce reçue d'entendre plus profondément l'appel initial m'a confirmé dans mon existence de prêtre et permis d'y répondre avec plus de confiance et de joie. De surcroît, au long des jours d'une solitude durement éprouvée, dans une aridité souvent crucifiante, le Seigneur me travaillait de manière cachée. Plus dépouillé, j'apprenais à peiner avec lui et à me réjouir de sa joie et de celle de l'Église. Je commence seulement à en mesurer les fruits.

P. Antoine Vidalin

