

ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS POUR UNE RELECTURE DE VIE PERSONNELLE

Quelques points d'attention pour bien vivre la relecture de vie
« Marie gardait dans son cœur tous ces événements » (Lc 2, 51).

1. Les visées de la relecture de vie

Regarder ma vie à la lumière de la Parole de Dieu et faire grandir ma foi et ma liberté en me laissant guider par l'Esprit Saint pour :

- Reconnaître la présence de Dieu dans ma vie : prendre le temps de repérer les grâces qu'il m'a faites et le remercier pour ses bienfaits ; discerner comment les faire fructifier aujourd'hui dans ma vie quotidienne pour étendre le Règne de Dieu en moi et dans le monde.
- Faire le point sur la place de la foi, l'espérance et la charité dans ma vie passée et présente. Regarder chaque élément avec objectivité pour discerner les orientations de mes pas à venir.
- Observer, dans le concret de ma vie, la progression de ma relation à Dieu, ma conversion de vie, ma vie de prière et liturgique, ma place et mon implication dans la communauté chrétienne. Repérer les avancées et les difficultés pour discerner et choisir le(s) pas à faire demain.



2. La relecture n'est pas ...

- Un exercice de mémoire pour entretenir des rancœurs ou des culpabilités.
- Un tribunal de moi-même, face à moi-même, que ce soit pour me glorifier ou me dénigrer.
- Une évaluation.



3. Les moyens de la relecture

- La relecture est une rencontre avec Dieu ; d'où l'importance de me mettre en sa présence et d'accueillir l'Esprit Saint.
- La relecture prend appui sur la Parole de Dieu pour y puiser des repères ; d'où l'importance de prendre le temps d'écouter sa Parole.
- La relecture est un temps qui se prépare : prévoir un moment, dans un cadre propice ; choisir l'objet de ma relecture ; me mettre au calme, dans le silence pour écouter Dieu, lire et discerner avec Lui.
- La relecture part de faits qui ont eu lieu dans une situation précise ou une période écoulée. Ces faits peuvent être heureux ou non (il est autant constructif de relire une expérience positive ou négative).
- La relecture a besoin de temps...
 - Temps comme durée : demeurer pour porter du fruit.
 - Temps comme régularité : m'exercer régulièrement à la relecture pour développer les aptitudes à la vivre.
 - Temps comme répétition-approfondissement : revisiter certains événements déjà relus pour les recevoir à nouveau.



- La relecture peut se faire seul ou dans le dialogue avec une autre personne ou au sein d'un groupe. Il est alors indispensable de la vivre dans un climat de confiance, de respect et de totale confidentialité.

4. Les fruits de la relecture

- La relecture me permet de prendre davantage conscience de la présence de Dieu dans ma vie et dans le monde. En accueillant ainsi Dieu, il m'est possible de mieux Le connaître et de mieux me connaître.
- La relecture consolide mon dialogue avec Dieu : elle facilite une prière de louange, d'action de grâce, de demande de pardon et d'intercession, à partir de la vie.
- La relecture m'aide à trier ce qui est important et ce qui ne l'est pas. Elle me permet d'être attentif à mes émotions et aux passages de l'Esprit ; d'être attentifs aux autres et au monde pour mieux les recevoir.
- La relecture me permet des prises de conscience pour être davantage acteur de ma vie. Elle m'aide à connaître mes forces et les assumer, à découvrir mes faiblesses et limites et en prendre soin, à reconnaître mes erreurs et chercher comment ne pas les reproduire. Elle m'aide aussi à accueillir les forces, limites et erreurs des autres.
- La relecture m'aide à progresser humainement (tant dans le comportement que dans la vie spirituelle). Elle me permet de tirer parti des expériences passées et de définir des objectifs et orientations pour l'avenir de ma vie (qui pourront être régulièrement réévalués).
- La relecture contribue à l'équilibre et à l'unité de ma vie ; elle m'invite à relier des faits entre eux. Ainsi émergent la cohérence ou l'incohérence, l'ouverture à Dieu ou le repli sur moi ; et le sens s'éclaire. La relecture favorise une meilleure cohérence de vie, sous le regard de Dieu.

*« Il ne Te connaît pas, celui qui ne découvre pas ce que Tu accomplis en lui »
(saint Augustin).*



COMMENT INVITER LA PERSONNE ACCOMPAGNÉE À LA RELECTURE DE VIE PERSONNELLE

Quelques repères pour aider la personne accompagnée à relire son cheminement lors de son initiation chrétienne au catéchuménat, repères qui lui seront utiles pour le reste de sa vie chrétienne...

Objectifs visés :

- Donner à la personne accompagnée le goût de la relecture de vie.
- L'amener à prendre conscience que cette relecture vient nourrir sa vie.
- L'aider à mettre en place progressivement des temps de relecture.

NB : chaque catéchumène ayant sa propre histoire, toutes les questions ne se posent pas forcément pour tous au même moment, ni de la même façon.

1. En début de cheminement,

aider le candidat ou le confirmand à mettre des mots pour dire l'origine de sa démarche.
« Qu'est ce qui m'a conduit ici jusqu'ici ? » : quels événements ou situations, quelles personnes, quelles paroles ?

2. En cours de cheminement,

offrir à la personne accompagnée des occasions pour regarder et mieux saisir ce qui se passe dans sa vie et, tout particulièrement, durant ce chemin catéchuménal.

Des questions peuvent l'aider à exprimer, déjà pour elle-même, ses questions, ses joies, ses difficultés, les rencontres faites, etc. « Comment ça va depuis notre dernière rencontre ? » ; « Que s'est-il passé depuis ? »

L'inviter à revenir sur un fait précis : une rencontre avec quelqu'un, une phrase entendue, une expérience vécue, un verset ou texte biblique, etc. Cela permet à la personne d'approfondir et/ou de partager quelque chose de son histoire, de sa vie personnelle.

À partir de ce qu'elle exprime, l'inviter à percevoir des signes de croissance de sa foi et de conversion de vie.



- Qu'en est-il de sa découverte de Dieu, de l'histoire du salut dans la Bible ?
- Qu'en est-il de sa découverte du Christ ? Qui est-il pour lui / elle ?
- Qu'en est-il de sa découverte de l'Église ?
- Qu'en est-il de ses liens avec la communauté paroissiale ?
- Qu'en est-il de la place de la Parole de Dieu dans sa prière et sa vie ?
- Quelles résonances dans sa vie personnelle, familiale, professionnelle, spirituelle ?



Il est bon de lui permettre d'exprimer aussi bien ses joies et espérances que ses difficultés et doutes. Ainsi progressivement, la personne prend conscience du combat spirituel qui se joue dans la vie à la suite du Christ.

Puis, au moment opportun, l'inviter à vivre des temps de relecture de vie.

3. Lors des étapes décisives,

notamment l'entrée en catéchuménat, l'appel décisif.

Avant ces étapes, inviter la personne accompagnée à relire le chemin effectué jusqu'ici afin qu'elle puisse formuler ce qu'elle a perçu des signes de conversion dans sa vie, et exprimer librement son désir de poursuivre son chemin vers les sacrements de l'initiation chrétienne.



4. Et pour la suite de sa vie chrétienne,

inviter le néophyte à poursuivre cette expérience de relecture, seul ou avec d'autres selon les propositions faites en Église. Par exemple : groupe de partage, accompagnement spirituel, etc.



GUIDER UN TEMPS DE RELECTURE DE VIE

La relecture de vie est une action, une pratique au service de ma vie à la suite du Christ. Ce temps de relecture est d'abord un temps de rencontre avec Dieu, un temps de prière ; c'est un temps pour me tourner vers Dieu, pour adopter son regard sur les événements et rencontres que j'ai vécus, et ainsi discerner avec Lui comment continuer la route.

Au préalable, prendre un temps à l'écoute de la Parole de Dieu
(cf livret bleu)

1. Préparer le temps de relecture

a. Déterminer le lieu favorable

- En fonction du nombre de participants et de l'endroit où vous vous trouvez, choisir une salle ou plusieurs, une église ou oratoire, un cloître ou jardin, etc.
- Prévoir l'aménagement du lieu (fleurs, bougies, sièges, tables, etc.).

b. Déterminer la durée favorable

- Prévoir au minimum 30 mn.
- En fonction des participants (habitude de la relecture) et du temps disponible.

c. Choisir sur quoi portera la relecture

- 1^{ère} possibilité (la plus facile dans une initiation à la relecture) : un thème. Cela peut être, par exemple, de relire la place de la prière dans la semaine passée. Autres thèmes possibles : la place de la Parole de Dieu, du silence, des objets connectés, etc.
- 2^e possibilité : une période écoulée. Cela peut être une journée, une semaine ou un mois, de préférence dans une période assez récente (ex : la dernière semaine).
- 3^e possibilité : un moment ou une situation précise. Cela peut être une discussion, un événement, etc., vécu récemment ou il y a plus longtemps.

d. Prévoir le déroulement

- En fonction, prévoir de donner aux participants une feuille avec le déroulement (adapté à la possibilité choisie).



2. Introduire au temps de relecture

a. Rappeler le temps qui vient d'être vécu ensemble (le temps d'écoute de la Parole de Dieu cf livret bleu)

b. Présenter le temps de la relecture de vie

C'est un temps personnel durant lequel chacun va regarder un moment de sa vie à la lumière de la Parole de Dieu. Il ne s'agit pas de juger, de trier bonnes ou mauvaises réponses ; il s'agit de regarder sa vie telle qu'elle est, sans jugement, pour :

- y reconnaître l'œuvre de Dieu au travers des lieux traversés – lieux de paix ou de perturbations;
- y repérer les joies vécues, les obstacles rencontrés, les combats menés ou refusés ;
- y discerner pour aujourd'hui le pas possible à faire afin de poursuivre sa route à la suite du Christ.

c. Présenter le sujet de la relecture et son déroulement (Indiquer la durée de ce temps, ainsi que les lieux)

3. Faire vivre le temps de relecture

(Proposition de déroulement sur le livret bleu)



Prière d'alliance

Je me mets en présence du Seigneur qui parle et fait alliance avec moi, en m'aidant, par exemple, d'un geste (signe de croix, inclinaison, etc.) ; j'entre dans le silence.

J'exprime au Seigneur mon désir de Le reconnaître à l'œuvre dans ma vie.

A. Qu'est-ce qui s'est passé?

- les faits -

Je fais remonter à ma mémoire les faits tels qu'ils se sont passés : les lieux, les personnes, les paroles échangées, les gestes et actions, etc. Je découvre tout ce que le Seigneur m'a donné à vivre.



B. Qu'est-ce que cela m'a fait?

- les mouvements de la vie -

Je repère ce qui s'est passé en moi et reconnais où cela m'a conduit.

- Je repère les mouvements qui sont de l'ordre de l'ouverture :
 - Qu'est-ce qui a été de l'ordre du bon, du beau, du joyeux ?
 - Qu'est-ce qui a été de l'ordre de davantage de vie ?
 - Ai-je ressenti de la confiance, de la joie, de la paix ?
 - Qu'est-ce qui m'a parlé de Dieu, de son amour, de l'Évangile ?
 - Qu'est-ce qui m'a porté à croire, à espérer, à aimer ?

Pour tout cela, je me tourne intérieurement vers Dieu qui est la source de tout bien, et **je lui dis merci.**

- Je repère les mouvements qui sont de l'ordre de l'enfermement :
 - Qu'est-ce qui a été de l'ordre de l'amertume, du déplaisant, du triste ?
 - Qu'est-ce qui a été de l'ordre du renfermement ?
 - Ai-je ressenti de l'inquiétude, de la tristesse, de la colère ?
 - Quelles paroles, quels gestes m'ont semblé justifiés sur le moment mais me laissent après coup insatisfait(e) ?
 - Qu'est-ce qui m'a porté à me sentir en décalage par rapport à ma foi ?

Pour tout ce qui m'a écarté de Dieu, **je lui demande pardon.**



C. Qu'est-ce que j'en fais ?

- le discernement et les choix -

Je me tourne vers demain :

- Quel(s) point(s) d'attention ai-je envie de garder ?
- Quel(s) choix, quel(s) pas, le Seigneur m'inspire-t-il ?
- Comment, puis-je poser ces choix et les mettre en pratique pour demain ?

Je choisis de repartir vers demain avec le Seigneur (s'il te plaît !). Pour tout ce que j'aurai à vivre, **je lui demande son aide.**

Je termine en unissant ma prière à celle de l'Église ; je peux dire Notre Père...

