

« RECEVEZ L'ESPRIT SAINT »

Méditations de la 4^e semaine

Les attitudes du coeur pour recevoir les dons de l'Esprit Saint

1^{ERE} MEDITATION : L'HUMILITE

Zacharie 4,6 : « Alors il reprit et me dit : Voici la parole que le Seigneur adresse à Zorobabel : « Ni par la bravoure ni par la force, mais par mon Esprit seulement ! » – déclare le Seigneur de l'univers. »

« C'est par cette puissance de l'Esprit que les enfants de Dieu peuvent porter du fruit. Celui qui nous a greffés sur la vraie Vigne, nous fera porter " le fruit de l'Esprit qui est charité, joie, paix, longanimité, serviabilité, bonté, confiance dans les autres, douceur, maîtrise de soi " (Ga 5, 22-23). " L'Esprit est notre Vie " : plus nous renonçons à nous-mêmes (cf. Mt 16, 24-26), plus " l'Esprit nous fait aussi agir " (Ga 5, 25) » (CEC 736)

Sophonie 2,3 : « Cherchez le Seigneur, vous tous, les humbles du pays, qui accomplissez sa loi. Cherchez la justice, cherchez l'humilité ».

Prière du Père de Grandmaison

Sainte Marie Mère de Dieu,	Faites-moi un coeur doux et humble
Gardez-moi un coeur d'enfant	Aimant sans demander de retour
Pur et transparent comme une source.	Joyeux de s'effacer dans un autre coeur
Obtenez-moi un coeur simple	Devant votre divin Fils,
Qui ne savoure pas les tristesses,	Un coeur grand et indomptable
Un coeur magnifique à se donner,	Qu'aucune ingratitude ne ferme,
Tendre à la compassion,	Qu'aucune indifférence ne lasse,
Un coeur fidèle et généreux	Un coeur tourmenté de la gloire
Qui n'oublie aucun bien	De Jésus-Christ
Et ne tienne rancune d'aucun mal.	Blessé de son amour
	Et dont la plaie ne guérisse qu'au ciel.

2E MEDITATION : LA CONFIANCE

Exhortation apostolique *C'est la confiance* du pape François

« En revanche, sa confiance illimitée encourage ceux qui se sentent fragiles, limités, pécheurs à se laisser conduire et transformer pour atteindre le sommet : « Ah ! Si toutes les âmes faibles et imparfaites sentaient ce que sent la plus petite de toutes les âmes, l'âme de votre petite Thérèse, pas une seule ne désespérerait d'arriver au sommet de la montagne de l'amour, puisque Jésus ne demande pas de grandes actions, mais seulement l'abandon et la reconnaissance ». (N°21)

« La confiance que Thérèse promeut ne doit pas être comprise seulement par rapport à la sanctification et au salut personnels. Elle a un sens intégral qui embrasse la totalité de l'existence concrète et s'applique à toute notre vie où nous sommes souvent envahis par les peurs, par le désir de sécurité humaine, par le besoin de tout contrôler. C'est là qu'apparaît l'invitation à un saint "abandon". » (N°23)

Prière d'abandon de Claude la Colombière

Mon Dieu, je suis si persuadé que tu veilles sur ceux qui espèrent en toi, et qu'on ne peut manquer de rien quand on attend de toi toutes choses, que j'ai résolu de vivre à l'avenir sans aucun souci, et de me décharger sur toi de toutes mes inquiétudes : « Dans la paix, moi aussi, je me couche et je dors, car tu me donnes d'habiter, Seigneur, seul, dans la confiance » (Ps. 4, 9).

Les hommes peuvent me dépouiller et des biens et de l'honneur, les maladies peuvent m'ôter les forces et les moyens de te servir, je puis même perdre ta grâce par le péché ; mais jamais je ne perdrai mon espérance, je la conserverai jusqu'au dernier moment de ma vie, et tous les démons de l'enfer feront à ce moment de vains efforts pour me l'arracher : « Dans la paix, moi aussi, je me couche et je dors ».

Certains peuvent attendre leur bonheur de leurs richesses ou de leurs talents, d'autres s'appuyer sur l'innocence de leur vie, ou sur la rigueur de leurs pénitences, ou sur le nombre de leurs aumônes, ou sur la ferveur de leurs prières. Pour moi, Seigneur, toute ma confiance, c'est ma confiance même ; cette confiance ne trompa jamais personne. Je suis donc assuré que je serai éternellement heureux, parce que j'espère fermement de l'être, et que c'est de toi, ô mon Dieu, que je l'espère.

Amen

3E MEDITATION : LE DESIR

Psaume 41, 2-3 : « Comme un cerf altéré cherche l'eau vive, ainsi mon âme te cherche toi, mon Dieu. Mon âme a soif de Dieu, le Dieu vivant ; quand pourrai-je m'avancer, paraître face à Dieu ? »

Isaïe 54,2 : « *Élargis l'espace de ta tente, déploie sans hésiter la toile de ta demeure, allonge tes cordages, renforce tes piquets !* »

Homélie de saint Augustin sur le désir

Toute la vie du vrai chrétien est un saint désir. Sans doute, ce que tu désires, tu ne le vois pas encore: mais en le désirant tu deviens capable d'être comblé lorsque viendra ce que tu dois voir.

Supposons que tu veuilles remplir une sorte de poche et que tu saches les grandes dimensions de ce qu'on va te donner, tu élargis cette poche, que ce soit un sac, une outre, ou n'importe quoi de ce genre. Tu sais l'importance de ce que tu vas y mettre, et tu vois que la poche est trop resserrée: en l'élargissant, tu augmentes sa capacité. C'est ainsi que Dieu, en faisant attendre, élargit le désir; en faisant désirer, il élargit l'âme ; en l'élargissant, il augmente sa capacité de recevoir. Nous devons donc désirer, mes frères, parce que nous allons être comblés. Voyez saint Paul, élargissant son désir pour être capable de recevoir ce qui doit venir. Il dit en effet : Certes, je ne suis pas encore arrivé, je ne suis pas encore parfait. ~Frères, je ne pense pas avoir déjà saisi le Christ.

Que fais-tu alors en cette vie, si tu ne l'as pas encore saisi? - Une seule chose compte : Oubliant ce qui est en arrière et tendu vers l'avant, je suis mon élan vers le triomphe auquel je suis appelé de là-haut. Il dit qu'il est tendu et qu'il suit son élan. Il se sentait incapable de saisir ce que l'oeil n'a pas vu, ce que l'oreille n'a pas entendu, ce que le coeur de l'homme n'a pu concevoir.

Voilà notre vie: nous exercer en désirant. Le saint désir nous exerce d'autant plus que nous avons détaché nos désirs de l'amour du monde. Nous l'avons déjà dit à l'occasion : vide ce qui doit être rempli. Ce qui doit être rempli par le bien, il faut en vider le mal. Suppose que Dieu veut te remplir de miel: si tu es rempli de vinaigre, où mettras-tu ce miel ? Il faut répandre le contenu du vase il faut nettoyer le vase lui-même il faut le nettoyer à force de travailler, à force de frotter, pour qu'il soit capable de recevoir autre chose.

Parlons de miel, d'or ou de vin : nous pouvons désigner de n'importe quel nom ce qui est indicible, mais son vrai nom est Dieu. Et quand nous disons "Dieu", que disons-nous ? Ce mot désigne tout ce que nous attendons. Tout ce que nous pouvons dire est en dessous de la réalité ; élargissons-nous, en nous portant vers lui, afin qu'il nous comble, quand il viendra.

Dire la prière du Père de Grandmaison

4E MEDITATION : LA GENEROSITE, L'OFFRANDE DE SOI-MEME

En ce temps-là, de grandes foules faisaient route avec Jésus ; il se retourna et leur dit : « Si quelqu'un vient à moi sans me préférer à son père, sa mère, sa femme, ses enfants, ses frères et sœurs, et même à sa propre vie,

il ne peut pas être mon disciple. Celui qui ne porte pas sa croix pour marcher à ma suite ne peut pas être mon disciple.

Quel est celui d'entre vous qui, voulant bâtir une tour, ne commence par s'asseoir pour calculer la dépense et voir s'il a de quoi aller jusqu'au bout ? Car, si jamais il pose les fondations et n'est pas capable d'achever, tous ceux qui le verront vont se moquer de lui : "Voilà un homme qui a commencé à bâtir et n'a pas été capable d'achever !" Et quel est le roi qui, partant en guerre contre un autre roi, ne commence par s'asseoir pour voir s'il peut, avec dix mille hommes, affronter l'autre qui marche contre lui avec vingt mille ? S'il ne le peut pas, il envoie, pendant que l'autre est encore loin, une délégation pour demander les conditions de paix.

Ainsi donc, celui d'entre vous qui ne renonce pas à tout ce qui lui appartient ne peut pas être mon disciple. » (Luc 14, 25-33)

Dans ces paroles que Jésus adresse aux foules qui le suivent, Jésus semble délivrer deux invitations opposées. Au début et à la fin, le disciple semble conduit à un peu de folie : préférer Jésus à ses proches, prendre sa croix, renoncer à tout pour être disciple de Jésus. Au milieu, au contraire, Jésus semble inviter à une sage prudence dans la construction d'une tour ou la conduite d'une opération militaire. Faudrait-il alors choisir entre le grain de folie auquel nous engage l'évangile et la sagesse et la prudence qui doivent faire de nous des hommes et femmes responsables ? Certainement pas. La vraie sagesse et la vraie prudence nous conduisent en réalité à suivre Jésus d'une manière radicale. Ce serait une vraie folie au contraire de retarder notre engagement à la suite de Jésus. Les saints, nous le pressentons bien, sont ceux qui ont fait les bons choix, ceux qui méritent d'être suivis. Laissons-nous avec eux entraîner dans cet engagement total de notre vie à la suite de Jésus. C'est évidemment ce que nous avons de mieux à faire.

(Commentaire par le père Alain de Boudemange, *Prier aujourd'hui*)

« Dieu est Amour » (1 Jn 4, 8) et l'Amour est le premier don, il contient tous les autres. Cet Amour, « Dieu l'a répandu dans nos cœurs par l'Esprit qui nous fut donné » (Rm 5,5). (CEC 733)

Question :

- ai-je le désir d'aimer Dieu de tout mon cœur jusqu'à lui donner tout ?

Dire la prière du Père de Grandmaison

5^E MEDITATION : DESIRER TEMOIGNER DE L'AMOUR DU CHRIST

Homélie de Son Excellence Mgr François G. GNONHOSSOU, évêque du diocèse de Dassa-Zoumé (Bénin)

Témoigner de l'Amour est l'appel fondamental que Jésus adresse à ses disciples : « *A ceci tous vous reconnaîtront pour mes disciples : à l'amour que vous aurez les uns pour les autres* » (Jn 13, 35). Ainsi donc, l'amour, qui révèle la bonté infinie de Dieu, doit être la marque particulière de ses fils et filles que nous sommes.

2. Pour témoigner de l'amour, il faut en avoir fait l'expérience soi-même. Pour nous chrétiens catholiques de ce diocèse et pour tout enfant de l'Eglise notre Mère, il s'agit concrètement de repartir à la source de l'amour qu'est Dieu, savoir le recevoir dans nos cœurs afin d'en vivre au quotidien et en devenir des témoins vivants au milieu de son peuple et du monde entier. Comme le dit le proverbe, « *il n'y a pas d'improvisation sans provision* ». De même, nul ne saurait réellement et effectivement témoigner de l'amour s'il n'a pas fait l'expérience d'être aimé. Les propos de Saint Jean dans sa première épître nous en disent long sur le tandem expérience-témoignage qui doit caractériser la réalité de l'amour : « *Ce qui était dès le commencement, ce que nous avons entendu, ce que nous avons vu de nos yeux, ce que nous avons contemplé et que nos mains ont touché du Verbe de vie – car la vie s'est manifestée, et nous avons vu et nous rendons témoignage et nous vous annonçons la vie éternelle, qui était tournée vers le Père et s'est manifestée à nous-, ce que nous avons vu et entendu, nous vous l'annonçons à vous aussi, afin que vous aussi vous soyez en communion avec nous. Et notre communion est communion avec le Père et avec son Fils Jésus-Christ* » (1Jn1, 1-3).

Le Christ lui-même l'a bien voulu ainsi en choisissant ses disciples ***pour être avec lui et pour les envoyer prêcher*** (Cf. Mc 3, 14). Concrètement, les disciples n'iront enseigner que ce qu'ils auront appris du Maître en étant avec lui. Et c'est ce qui sera le critère fondamental dans le choix du remplaçant de Judas. Celui qui prendra cette place doit avoir été proche de Jésus, il doit être immergé dans son amour, pour pouvoir en témoigner : « *Il y a des hommes, dit Pierre, qui nous ont accompagnés durant tout le temps où le Seigneur Jésus a marché à notre tête (...): il faut que l'un d'entre eux devienne avec nous témoin de sa résurrection* » (Ac. 1, 21.22b). Autrement, pour être témoin de son amour pour l'humanité. Cet amour qui l'a conduit à la croix pour le salut de l'humanité.

3. Comme les Apôtres, nous sommes, nous aussi, bénéficiaires de l'amour incommensurable de Dieu dans ce diocèse, nous qui en faisons l'expérience depuis toujours et de manière particulière depuis maintenant plus de 100 ans

d'évangélisation et 25 ans d'existence canonique. Nous avons donc beaucoup reçu, avec une diversité de talents, par amour du Seigneur. Le moment est donc plus que jamais venu de rendre compte de notre foi. Et le véritable compte que nous puissions rendre aujourd'hui est le témoignage d'amour en signe de reconnaissance au Seigneur qui a fait pour nous des merveilles. Ce chemin de foi désormais centenaire dans notre diocèse, j'ai la joie et la grâce de le parcourir avec vous depuis plus de cinq ans et je peux vous assurer que le Seigneur est vraiment avec nous comme il l'a promis, que son Esprit continue de parler à notre Eglise et que l'avenir reste prometteur. A notre tour, nous devons écouter l'Esprit qui nous rappelle et nous donne la grâce de transmettre par amour et fidèlement les enseignements de Jésus Christ notre Sauveur, aux populations de notre beau, grand et très prometteur diocèse.

Question : ai-je le désir de témoigner de l'amour du Christ ?

Dire la prière du Père de Grandmaison

6E MEDITATION : SE LIVRER A L'ESPRIT SAINT

*D*onnez-vous entièrement à Dieu.

*Il se servira de vous pour faire de grandes choses,
à condition que vous croyiez plus à son amour qu'à votre faiblesse.*

Mère Teresa

Le 26 juin 1864, à Montpellier, sainte Thérèse Couderc a fait une expérience spirituelle dont elle a gardé trace dans un écrit, qui, au-delà des marques du temps est l'expression d'une attitude spirituelle qui est un des fondements de la spiritualité du Cénacle.

Déjà plusieurs fois Notre-Seigneur m'avait fait connaître combien il était utile pour l'avancement d'une âme qui désire sa perfection de se livrer sans réserve à la conduite de l'Esprit Saint. Mais ce matin il a plu à sa divine Bonté de m'en donner encore une vue toute particulière.

Je me disposais à commencer ma méditation lorsque j'ai entendu le son de différentes cloches qui appelaient les fidèles à l'assistance aux divins Mystères. Dans ce moment, j'ai désiré m'unir à toutes les messes qui se disaient et ai pour cela dirigé mon intention afin d'y participer. Alors, j'ai vu d'une vue générale, tout l'univers catholique et une multitude d'autels où s'immolait en même temps l'adorable Victime. Le sang de l'Agneau sans tache coulait en abondance sur chacun de ces autels qui m'apparaissaient environnés d'une fumée fort légère qui s'élevait vers le ciel. Mon âme était saisie et pénétrée d'un sentiment d'amour et de reconnaissance à la vue de cette satisfaction si abondante que Notre-Seigneur

offrait pour nous. Mais j'étais aussi dans un grand étonnement de ce que le monde entier n'en était pas sanctifié. Je demandai comment il se faisait que le sacrifice de la Croix n'ayant été offert qu'une seule fois ait été suffisant pour racheter toutes les âmes, et que, renouvelé tant de fois, il ne suffit pas à les sanctifier toutes.

Voici la réponse que j'ai cru entendre : le sacrifice est sans doute suffisant par lui-même, et le sang de Jésus-Christ plus que suffisant pour la sanctification d'un million de mondes, mais les âmes manquent de correspondance et de générosité. Or, le grand moyen d'entrer dans la voie de la perfection et de la sainteté, c'est de se livrer à notre bon Dieu.

Mais qu'est-ce que "se livrer" ? Je comprends toute l'étendue du sens de ce mot : se livrer, mais je ne puis l'expliquer. Je sais seulement qu'il est très étendu, qu'il embrasse le présent et l'avenir. Se livrer, c'est plus que se dévouer, c'est plus que se donner, c'est même quelque chose de plus que s'abandonner à Dieu.

Se livrer enfin, c'est mourir à tout et à soi-même, ne plus s'occuper du moi que pour le tenir toujours tourné vers Dieu. Se livrer, c'est encore ne plus se chercher en rien, ni pour le spirituel, ni pour le temporel, c'est-à-dire ne plus chercher de satisfaction propre mais uniquement le bon plaisir divin. Il faut ajouter que se livrer, c'est aussi cet esprit de détachement qui ne tient à rien, ni pour les personnes, ni pour les choses, ni pour le temps, ni pour les lieux. C'est adhérer à tout, accepter tout, se soumettre à tout.

Mais on va croire peut-être que cela est bien difficile à faire. Qu'on se détrompe, il n'y a rien de si facile à faire et rien de si doux à pratiquer. Le tout consiste à faire une seule fois un acte généreux, en disant avec toute la sincérité de son âme : « Mon Dieu, je veux être tout à vous, daignez accepter mon offrande ». Et tout est dit. Avoir soin désormais de se tenir dans cette disposition d'âme et ne reculer devant aucun des petits sacrifices qui peuvent servir à notre avancement dans la vertu. Se rappeler que l'on s'est livré.

Je prie Notre-Seigneur de donner l'intelligence de ce mot à toutes les âmes désireuses de lui plaire, et de leur inspirer un moyen de sanctification si facile.

Oh ! si l'on pouvait comprendre à l'avance quelles sont les douceurs et la paix que l'on goûte quand on ne met pas de réserve avec le Bon Dieu ! Comme il se communique à l'âme qui le cherche sincèrement et qui a su se livrer. Que l'on en fasse l'expérience et l'on verra que c'est là où se trouve le vrai bonheur que l'on cherche en vain sans cela.

L'âme livrée a trouvé le paradis sur la terre, puisqu'elle y jouit de cette douce paix qui fait en partie le bonheur des élus.

7E MEDITATION : LAISSEZ-VOUS RECONCILIER AVEC DIEU

Dieu nous a réconciliés avec lui par le Christ, et il nous a donné le ministère de la réconciliation. Car c'est bien Dieu qui, dans le Christ, réconciliait le monde avec lui : il n'a pas tenu compte des fautes, et il a déposé en nous la parole de la réconciliation.

Nous sommes donc les ambassadeurs du Christ, et par nous c'est Dieu lui-même qui lance un appel : nous le demandons au nom du Christ, laissez-vous réconcilier avec Dieu. (2^{ème} lettre aux Corinthiens 5, 18-20)

Par le sacrement de réconciliation nous recevons du Christ le pardon de nos péchés et nous sommes réconciliés avec Dieu.

Quand Dieu a fait alliance avec son peuple, il a donné sa Loi pour qu'il la mette en pratique et ainsi vive en communion avec Dieu. Chacun de nos péchés est une transgression de la Loi d'alliance. Par nos péchés, nous avons donc blessé ou rompu l'alliance avec Dieu.

En reconnaissant nos péchés, nous demandons à Dieu de renouveler l'alliance avec lui. C'est ce que fait le Christ dans le sacrement de réconciliation.

Aussi, demander le sacrement de réconciliation ne consiste pas d'abord à énumérer nos fautes, mais à revenir à Dieu en reconnaissant que, en péchant, nous nous sommes éloignés de Lui. Notre confession n'est pas d'abord morale. Elle ne cherche pas uniquement à nous mettre en règle avec notre conscience en reconnaissant le mal commis. Notre confession est d'abord théologique, en relation avec Dieu : nous avons conscience d'avoir offensés Dieu en désobéissant à sa Parole et nous voulons être réconciliés avec Lui par le Christ.

Seigneur, tu as les Paroles de la vie éternelle ! (Jn 6, 68)

Pour se préparer à célébrer le pardon de Dieu offert par le Christ, nous méditons sa Parole. Nous demandons la grâce de comprendre comment nos péchés ont été des refus de mettre en pratique sa Parole, blessant ou rompant ainsi l'alliance avec Dieu.

Moïse convoqua tout Israël et leur dit : Écoute, Israël, les lois et les coutumes que je prononce aujourd'hui à vos oreilles. Apprenez-les et gardez-les pour les mettre en pratique. Le SEIGNEUR notre Dieu a conclu avec nous une alliance à l'Horeb. (Dt 5, 1-2)

- Quand il a fait alliance avec son peuple, Dieu a donné les 10 paroles (commandements), pour qu'il vive et reste libre. Ai-je gardé les commandements que le Seigneur a donnés ?

Seigneur, tu as dit : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force. »(Dt 6, 5)

- Dieu est-il au centre de ma vie ?

- Ai-je décidé de répondre à son amour de Père par un amour total et une généreuse obéissance ?
- Jésus est-il vraiment mon Maître et mon modèle, celui dont je vis par la foi et les sacrements ?
- Ai-je donné un réel temps à la prière, chaque jour ?
- Ai-je vécu dans la foi ? Me suis-je laissé prendre par des doutes envers Dieu ?
- Ai-je pris le temps de connaître Dieu, en lisant la Bible ou les livres de spiritualité ?
- Ai-je fait preuve d'espérance en Dieu ? ai-je manqué de confiance en la bonté et la providence de Dieu, par découragement ou désespoir, en comptant sur mes propres forces ?

Seigneur, tu as dit : « Tu n'auras pas d'autres dieux que moi. » (Ex 20, 3)

- L'idolâtrie offense Dieu et nous empêche de vivre à l'image de Dieu.
- Ai-je mis ma confiance dans des objets ? Ai-je consacré un temps excessif devant des écrans ? Est-ce que je compte sur des produits (tabac, alcool, drogue ...) ou des comportements (vidéos, jeux, ...) pour me donner la paix, la joie et le bonheur, au lieu de compter sur Dieu lui-même ?
- Ai-je eu recours à des pratiques ésotériques (médium, spiritisme, voyance, tirage de cartes, pendule, coupeurs de feu, Reiki, magnétiseurs, etc.) ?

Seigneur, tu as dit : « Tu te souviendras du jour du sabbat pour le sanctifier. » (Ex 20, 8)

- Ai-je manqué la Messe du dimanche par ma faute ?
- Ai-je consacré le dimanche à Dieu, à ma famille et à mes amis, et à un juste repos ?
- Ai-je fait des travaux et des occupations qui empêchent le culte dû à Dieu, la joie propre au jour du Seigneur, ou la détente convenable de l'esprit et du corps ?

Seigneur Jésus, tu as dit : « Travaillez non pas pour la nourriture qui se perd, mais pour la nourriture qui demeure jusque dans la vie éternelle, celle que vous donnera le Fils de l'homme. » (Jn 6, 27)

- La vie éternelle est-elle le but et l'espérance de ma vie ? Est-ce que je m'y prépare ?
- Ai-je gardé mon corps, temple du Saint-Esprit, et mon esprit purs et chastes en vue de la résurrection et de la gloire du Ciel ?

Seigneur Jésus, tu as dit : « Si quelqu'un veut marcher à ma suite, qu'il renonce à lui-même, qu'il prenne sa croix et qu'il me suive » (Mc 8, 34)

- Comment est-ce que j'aborde les épreuves de la vie ? Dans l'acceptation ou la révolte ?

- Est-ce que j'accepte les souffrances subies pour compléter ce qui manque à la passion du Christ ?

Seigneur Jésus, tu as dit : « Aimez-vous les uns les autres, comme je vous ai aimés ! » (Jn 15, 12)

- Quelle place est-ce que je donne à mon prochain ?
- Est-ce que je lui donne un bon exemple de vie ?
- Est-ce que je respecte sa dignité et sa liberté ?
- Comment est-ce que je traite les plus pauvres et les plus vulnérables ?
- Quelle est ma relation avec mes subordonnés dans les responsabilités que j'exerce ?
- Est-ce que je contribue à la juste mesure au bien commun de la société ?
- Ai-je menti ou calomnié mon prochain ?
- Ai-je attenté à la vie de mon prochain, ou l'ai-je mis en danger ?
- Suis-je fidèle dans mon mariage et ouvert à la vie ?
- Ai-je respecté mes parent ?
- Ai-je aimé et soutenu mes enfants ?
- Ai-je volé ou attenté aux bien de mon prochain ?

Seigneur Jésus, tu as dit : « Donne à quiconque te demande, et à qui prend ton bien, ne le réclame pas. Donnez, et l'on vous donnera. » (Lc 6, 30.38)

- Ai-je fait preuve de générosité ?

Seigneur Jésus, tu as dit : « Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux. Ne jugez pas, et vous ne serez pas jugés ; ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés. Pardonnez, et vous serez pardonnés. » (Lc 6, 36-37)

- Ai-je fait preuve de rancune ? Ai-je accordé mon pardon ?

Seigneur Jésus, tu as dit : « Recevez l'Esprit Saint » (Jn 20, 22)

« voici le fruit de l'Esprit : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, fidélité, douceur et maîtrise de soi. » (Ga 5, 22-23)

- Ai-je vécu des dons du Saint Esprit ?
- Ai-je agi contre ma conscience ? Me suis-je laissé conduire par l'Esprit-Saint ou par mes passions ?
- Ai-je omis de faire le bien qu'il m'était possible d'accomplir ?
- Est-ce que je prends les moyens de lutter contre mes vices : orgueil, avarice, colère, luxure, gourmandise, jalousie, paresse.
- Comment est-ce que j'utilise les talents que Dieu m'a donnés pour le servir, et le temps qu'il m'a donné ?

Seigneur Jésus, tu as dit : Allez dans le monde entier. Proclamez l'Évangile à toute la création. (Mc 16, 15)

- Ai-je contribué à la vie de l'Église ?
- Ai-je contribué à sa mission d'évangélisation ?
- Ai-je mis en œuvre les charismes que Dieu me donne pour évangéliser ?

Célébrer le sacrement de réconciliation

En se préparant à être réconcilié avec Dieu par le sacrement du pardon, le fidèle est conscient d'avoir souvent blessé le cœur de Dieu, en trahissant son Alliance. Il s'engage à prendre tous les moyens pour se convertir et ne plus recommencer à commettre ces péchés. Il sait surtout qu'il peut compter sur la miséricorde de Dieu qui pardonne tous les péchés et donne sa grâce en abondance.

Le jour de la Résurrection Jésus a donné aux apôtres le pouvoir de pardonner les péchés : « *Recevez l'Esprit Saint. Ceux à qui vous remettrez les péchés, ils leur seront remis ; ceux à qui vous les retiendrez, ils leur seront retenus* » (Jn 20, 22-23). Le prêtre a reçu ce pouvoir et donne le pardon des péchés dans le sacrement de pénitence et de réconciliation.

Lors de la confession, le fidèle commence par dire :

Bénissez-moi, Père, parce que j'ai péché.

Il peut alors demander pardon à Dieu de ses péchés, en les nommant devant le prêtre qui représente le Christ. Après avoir reconnu ses fautes, on peut dire l'acte de contrition suivant :

***Père, Dieu de tendresse et de miséricorde,
j'ai péché contre Toi et mes frères.***

***Je ne suis pas digne d'être appelé ton enfant,
mais près de Toi se trouve le pardon. Accueille mon repentir.***

***Que ton Esprit me délivre du mal et me donne la force
de vivre selon ton amour en imitant Celui qui est mort pour nos péchés,
Ton Fils, Jésus-Christ, notre Seigneur. Amen.***

Le prêtre donne alors l'absolution des péchés :

***« Que Dieu notre Père vous montre sa miséricorde !
Par la mort et la Résurrection de son Fils, il a réconcilié le monde avec lui
et il a envoyé l'Esprit Saint pour la rémission des péchés ;
par le ministère de l'Église, qu'il vous donne le pardon et la paix !
Et moi, au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit,
je vous pardonne tous vos péchés. »***

Le prêtre donne alors une pénitence. Le fidèle la fera pour manifester sa conversion et participer à la réparation de ses péchés.

Le fidèle repart tout joyeux d'avoir été réconcilié avec Dieu par le Christ.

ECRIRE LA PRIERE POUR DEMANDER LE SAINT-ESPRIT

Quelques conseils pour écrire la demande d'effusion de l'Esprit Saint :

- prier avant d'écrire sa prière, l'écrire devant le Saint-Sacrement si possible.
- dans la prière, on demande l'Esprit-Saint, ses dons, en s'adressant à lui, à Jésus ou au Père.
- demander un renouvellement de sa vie avec le Christ, vouloir changer sa vie, se donner au Seigneur, exprimer sa disponibilité au Seigneur sur un point précis. Par exemple : désirer retrouver la paix et la joie, désirer parler de sa foi au travail, être missionnaire auprès des jeunes de sa famille, ...
- on ne demande pas une guérison, mais les dons de l'Esprit Saint.
- adresser son désir, avec simplicité, humilité et grande foi. Par exemple : « Seigneur Jésus, je désire connaître ton amour, pour en vivre et en témoigner »
- être en vérité le plus possible.
- prière courte, en quelques phrases.