

# Triduum sur le discernement des inspirations de l'Esprit Saint du jeudi 28 au samedi 31 octobre 2020



## *Jour 2 : Que devons-nous faire pour bénéficier des inspirations de l'Esprit Saint?*

### **Enseignement**

Dieu, par son Esprit Saint, accorde à toute personne au moins les inspirations nécessaires pour sa propre sanctification. Tout chrétien doit donc désirer et demander ces grâces d'inspiration. Nous allons donner un certain nombre de conditions qui favorisent leur manifestation en nous.

#### **1- Pratiquer la louange et la gratitude**

Ce qui nous empêche de recevoir des grâces plus abondantes de la part de Dieu, c'est peut-être tout simplement de ne pas suffisamment reconnaître celles qu'il nous a déjà accordées et l'en remercier. Nul doute que si nous disons merci à Dieu de tout notre cœur pour chaque grâce reçue, en particulier pour les inspirations, il nous accordera davantage. Voici ce qu'en dit Sainte Thérèse de Lisieux à sa sœur Céline : « ce qui attire le plus les grâces du bon Dieu, c'est la reconnaissance, car si nous le remercions d'un bienfait, il est touché et s'empresse de nous en faire dix autres et si nous le remercions encore avec la même effusion, quelle multiplication incalculable de grâces ! J'en ai fait l'expérience, essayez et vous verrez. Il ne doit pas s'agir d'un calcul, mais de prendre conscience que notre ingratitude envers Dieu nous replie sur nous-mêmes et nous ferme à sa grâce.

#### **2- Les désirer et demander les inspirations au Seigneur**

Il faut ensuite désirer et demander les inspirations de l'Esprit. Demandez et vous recevrez (Lc11, 9). Nous pouvons prier ainsi : « Inspire moi Seigneur dans toute mes décisions et fais que je ne néglige aucune de tes inspirations ». Nous devons le demander dans toutes les circonstances de notre vie. Dans des moments plus particuliers, face à des choix importants ou quand nous avons l'impression que notre vie avec le Seigneur piétine un peu et doit être revivifiée, il peut être très bon de prendre quelques jours de retraite et de prière plus intense pour demander la lumière de l'Esprit Saint. Il serait bien étonnant que Dieu ne nous réponde pas alors par des inspirations.

#### **3- Se décider à ne rien refuser à Dieu**

Il importe qu'il y ait en nous une forte et constante détermination à obéir à Dieu en toute circonstance, grande ou petite, sans aucune exception. Plus Dieu nous voit dans cette disposition de totale docilité, plus il nous favorise de ses inspirations. Je ne dis pas qu'il faille être effectivement capables d'obéir à Dieu en toute chose, cela est sans doute encore impossible à notre fragilité. Mais il faut y être bien déterminés, et faire en sorte que, par la prière en particulier, nous nous fortifions sans cesse dans la résolution de ne négliger aucune des volontés que Dieu pourrait nous exprimer.

Notons que cette détermination ne doit pas devenir un scrupule, dont le démon pourrait se servir pour nous décourager, une peur de passer à côté de la volonté de Dieu, ou une angoisse de ne pas la comprendre. Dans ce domaine, comme partout, nous devons nous laisser conduire par l'amour et non par la peur, et comme le disait saint François de Sales, nous devons plus « aimer l'obéissance que craindre la désobéissance ». Nous devons nous fortifier sans cesse dans la résolution d'être dociles à Dieu, tout en prenant garde que le démon ne s'en serve jamais pour nous décourager à l'occasion de nos inévitables défaillances.

#### **4- Pratiquer l'abandon**

N'oublions pas enfin la forme d'obéissance peut-être la plus importante et la plus négligée : l'obéissance aux événements. Les événements de la vie sont en fin de compte l'expression la plus sûre de la volonté de Dieu. Si Dieu nous voit docile aux événements, capables de consentir paisiblement et amoureusement à ce que les événements de la vie nous impose, dans un esprit de confiance filiale et d'abandon à sa volonté, nul doute qu'il multipliera pour nous les expressions plus personnelles de sa volonté, à travers l'action de son Esprit qui parle en notre cœur.

Si nous ne cessons de nous rebeller et de nous raidir face aux contrariétés, cette forme de défiance vis-à-vis de Dieu permettra facilement à l'esprit Saint de conduire notre vie. Quand on est souvent confronté à des événements douloureux, si l'on ne se rebelle pas, on les subit de mauvais gré ou on s'y résigne passivement. Mais Dieu nous invite à une attitude bien plus positive et féconde : faire comme la petite Thérèse qui dit : « Je choisis tout », c'est-à-dire, je choisis tout ce que Dieu veut pour moi. Je décide librement de choisir ce que je n'ai pas choisi. Extérieurement, cela ne change rien à la situation, mais intérieurement, cela change tout.

#### **5- Pratiquer le détachement**

Nous ne pouvons accueillir les motions de l'Esprit si nous sommes rigides, attachés à nos biens, nos idées, nos conceptions, etc. Pour nous laisser conduire par l'Esprit de Dieu, il nous faut une grande docilité et de la souplesse qui, s'acquièrent peu à peu à travers la pratique du détachement. Efforçons nous de ne tenir à rien, ni matériellement, ni affectivement, ni même spirituellement. Non pas dans le sens de devenir « je m'enfoutiste » ou d'être indifférent à tout, ni dans celui de pratiquer une ascèse forcée pour nous dépouiller de tout ce qui fait notre vie, ce n'est pas ce que le Seigneur nous demande.

Il faut conserver notre cœur dans une attitude de détachement, garder à l'égard de tout comme une sorte de liberté, de distance, de réserve intérieure, qui fait que si telle chose, telle habitude, telle relation, tel projet personnel nous sont interdits, nous n'en faisons pas un drame. Ce détachement doit être pratique dans tous les aspects de notre vie. L'attachement à notre propre sagesse même quand celle-ci se fixe des buts qui sont excellents en eux-mêmes, est peut-être le pire obstacle à la docilité à L'Esprit Saint, obstacle d'autant plus grave que cet attachement est inconscient. Il n'y aurait jamais une coïncidence parfaite entre la sagesse de Dieu et la nôtre, ce qui signifie qu'à n'importe quelle étape du cheminement spirituel, nous ne serons jamais dispensés de pratiquer le détachement à l'égard de nos conceptions personnelles, aussi bien intentionnées soient-elles.

## **6- Pratiquer le silence et la paix**

L'esprit de Dieu est un Esprit de paix, il parle et agit dans la paix et la douceur, jamais dans le trouble et l'agitation. De plus, les motions de l'Esprit sont souvent des touches délicates, elles ne se manifestent pas à grand fracas, et ne peuvent émerger à notre conscience spirituelle que s'il y a dans celle-ci comme une zone de calme, de silence et de paix. Si notre intérieur est toujours bruyant et agité, la voix douce de l'esprit saint aura beaucoup de mal à se faire entendre. Cela signifie que si nous voulons reconnaître les motions de l'Esprit saint et les suivre, il est de la plus haute importance de chercher en toute circonstance à maintenir notre cœur dans la paix. Cela n'est pas facile, mais à force de pratiquer l'espérance en Dieu, l'abandon, l'humilité, l'acceptation de nos pauvretés grâce à une confiance inébranlable en la miséricorde divine, nous y parviendrons de mieux.

## **7- Persévérer fidèlement dans l'oraison**

Toutes ces attitudes dont nous venons de parler et qui facilitent la manifestation des motions de l'Esprit ne pourront s'acquérir que progressivement, et nécessitent absolument la fidélité à l'oraison. Pour se fortifier dans la détermination à ne rien refuser à Dieu, pour pratiquer le détachement, pour apprendre à aimer le silence et l'intériorité, pour découvrir ce lieu du cœur où l'Esprit nous sollicite doucement, l'oraison est indispensable.

## **8- Examiner les mouvements de notre cœur**

Où naissent ces inspirations de la grâce ? Non pas dans notre imagination ou notre tête, mais elles surgissent du profond de notre cœur. Pour donc les reconnaître, il faut donc être attentifs à ce qui se passe en lui, aux mouvements que nous pouvons y distinguer et savoir discerner quand ces mouvements proviennent de notre nature ; de l'action du démon, ou de l'influence du Saint Esprit. C'est en apprenant à remarquer les divers mouvements de notre âme que nous apprendrons à reconnaître les motions du Saint Esprit. Cela suppose une sorte de vigilance qui nous fait examiner de temps en temps ce qui nous meut, ce qui nous pousse à faire telle chose ou telle autre.

## **9- Pratiquer l'ouverture du cœur envers un accompagnateur spirituelle**

Le discernement de l'action de l'Esprit Saint en nous sera grandement facilité si nous avons la possibilité d'ouvrir notre cœur à une personne qui peut nous conseiller spirituellement. Bien souvent, nous ne sommes pas capables de voir clair en nous-mêmes, en nos motivations etc. et à la lumière nous sera donnée en explicitant par la parole ce que nous vivons, dans une certaine expérience.

### **Méditation**

Repassons en revue les points qui nous ont le plus touché. Quel est le sentiment qui habite notre cœur en ce moment ?

### **Colloque**

De tout ton cœur que veux-tu dire au Seigneur après avoir lui cet enseignement ? Dis- le Lui simplement comme si tu parlais à un ami ou une amie que tu aimes et es prêt à tout pour garder saine et permanente votre relation. Disons par exemple : Seigneur de tout mon cœur, je ressens l'envie de te parler et de te dire...(dis ce qui te monte du cœur).

L'enseignement te rappelle-t-il quelque chose, un évènement actuel et réellement préoccupant, de ta vie qui te manque encore maintenant ? Veux-tu en parler avec le Seigneur ? Parle-lui en!

Si tu ne ressens riens, dis-le lui tout de même et tu restes 15min en présence.

Clôturer la prière par un Notre père et 1 Je vous salue Marie.

### **Engagement**

Que veux-tu faire pour plaire à ton ami le Seigneur, après ce qu'il t'a dit sur toi, sur ta vie, dans l'enseignement que tu viens de lire? Prend l'engagement de le faire à partir de maintenant en comptant non sur tes forces seules, mais sur la force de son esprit.

Kamta Sabang André

Christus Vivit