



PLUS VITE
Citius



Présentation du thème

Pour cette deuxième rencontre nous proposons de nous interroger sur notre manière de nous **entraîner dans la course de la vie** et comment le **renoncement** et la **persévérance** sont sources d'accomplissement.

Avant de commencer, prenons un temps pour chanter et confier notre rencontre au Seigneur.

- ★ **Esprit de lumière, Esprit créateur**
(page 4)

Faisons le point avec notre équipe...

7 mn

Nous vous invitons pour cette deuxième rencontre à faire un rapide tour de table pour ressaisir en une phrase ce que chacun a gardé de la dernière rencontre. Nous y avons vu comment Paul nous encourage à nous laisser saisir par le Christ.

Les questions à se poser :

- ★ Avec quoi suis-je reparti de la rencontre ?
- ★ Qu'est-ce qui a éventuellement bougé depuis ?



Qu'en dit le sportif ?

5 mn

Pour commencer la rencontre, écoutons ce que nous dit Thierry Mariau du thème d'aujourd'hui

Thierry Mariau



Il est professeur d'EPS en retraite, multiple champion de France scolaire de rugby et ancien joueur et entraîneur de rugby en Fédérale 1.



Où en sommes-nous ?

25 mn

Pour atteindre un objectif chacun a sa méthode et met en place un entraînement ou une démarche pour y arriver. Cela demande certains renoncements et de la persévérance, interrogeons-nous sur cela.

Les questions à se poser :

- ★ Dans ma vie, quels sont les moyens que je mets en place pour atteindre mes objectifs ?
- ★ Quand l'objectif est loin, comment j'arrive à avancer ?
- ★ Si je rencontre des difficultés, comment j'y fais face ?
- ★ Comment mes expériences de la vie me façonnent-elles ?



PLUS VITE

Citius



Qu'en dit le coach saint Paul ? 30 mn

Nous allons maintenant, nous interroger avec saint Paul sur notre vie de foi : a-t-elle également besoin d'entraînement et de renoncement pour se développer ?



Écoutez ce que le **père Eric Morin**, enseignant au Collège des Bernardins, directeur de l'École Cathédrale et du service Biblique Catholique Évangile et Vie, nous explique sur ce que saint Paul écrit dans la première lettre aux Corinthiens puis lisons le texte.

1 Co 9, 24-27

- 24 Vous savez bien que, dans le stade, tous les coureurs participent à la course, mais un seul reçoit le prix. Alors, vous, courez de manière à l'emporter.
- 25 Tous les athlètes à l'entraînement s'imposent une discipline sévère ; ils le font pour recevoir une couronne de laurier qui va se faner, et nous, pour une couronne qui ne se fane pas.
- 26 Moi, si je cours, ce n'est pas sans fixer le but ; si je fais de la lutte, ce n'est pas en frappant dans le vide.
- 27 Mais je traite durement mon corps, j'en fais mon esclave, pour éviter qu'après avoir proclamé l'Évangile à d'autres, je sois moi-même disqualifié.

Les questions à se poser pour le partage en groupe

- ★ Regarder dans le texte ce que s'imposent les athlètes et ce qu'en dit saint Paul ?
- ★ À quoi je renonce pour ma vie avec le Christ ?
- ★ À quoi suis-je prêt à renoncer pour mon frère pour lequel Christ est mort ?

Pour éclairer aujourd'hui notre course

Saint Paul s'intéresse maintenant au « combat de la foi » c'est-à-dire à la manière d'entrer pleinement dans le chemin de la vie spirituelle.

Il rappelle, par l'image du sportif qui s'exerce durement et continuellement, que nous ne pouvons rester passifs dans notre relation à Dieu. Bien sûr, c'est Lui qui nous donne tout et qui nous sauve mais Il requiert notre participation et l'engagement de notre liberté pour choisir de renoncer à ce qui entraverait notre course vers Lui. Il motive la communauté de Corinthe comme nous aujourd'hui pour que nous mobilisions nos énergies et concentrons nos efforts pour apprendre à s'appuyer sur la force que donne le Christ et non pas nos forces limitées et parfois mal orientées.

La discipline demandée consiste alors à reconnaître ses faiblesses pour ajuster sa vie à ce que Dieu veut faire de nous. Elle demande un renoncement et une ascèse pour combattre dans la puissance de la foi au Christ.

Dion Chrysostome – Discours

8,15 L'homme de haut caractère tient ses épreuves pour ses plus grands adversaires, et il combat nuit et jour, non pour gagner un brin de célérité, comme le premier imbécile venu, ni pour un bout d'olivier franc ou de pin*, mais pour gagner le bonheur et la vertu tous les jours de sa vie et pas seulement quand sont faites les proclamations.

* Trophées des jeux grecs de l'Antiquité, équivalents à la couronne de laurier chez les vainqueurs romains



Saint Paul prêchant devant l'aréopage d'Athènes,
© Norblin XIX^e,
Collégiale de Mantes



PLUS VITE
Citius



Où puiser l'énergie ?

5 mn

Regardons quelles ressources nous offre l'Église pour « muscler » notre vie spirituelle, notamment dans les sacrements.

Youcat

203. Quand un entraîneur envoie un footballeur sur le terrain, il pose sa main sur son épaule et lui donne des indications. C'est ainsi que l'on peut comprendre la confirmation : on nous impose les mains, et nous entrons sur le terrain de la vie.



La **confirmation** nous enrichit d'une force spéciale pour persévérer dans notre vie spirituelle : « ... comme le Père m'a envoyé, moi aussi je vous envoie... recevez l'Esprit Saint... »

(Jean 20, 21-22)

Par le baptême, Dieu nous fait chrétiens ; par la confirmation, Il nous enrichit d'une force spéciale de l'Esprit Saint pour être témoins du Christ et membres actifs de l'Église ; c'est pourquoi la célébration de ce sacrement est présidée par l'évêque (ou son représentant), le responsable de tous les catholiques d'un diocèse. Par la confirmation, celui qui tâtonne devient déterminé.

Au cours de la célébration, après avoir écouté la Parole de Dieu, les futurs confirmés répondent à l'appel de leur nom en disant : « Me voici. » Puis, l'évêque appellera l'Esprit Saint par une prière particulière. Enfin, il les marquera du Saint-Chrême (comme au baptême) en disant : « Sois marqué par l'Esprit Saint, le don de Dieu. »

© Le Portable. Prier avec la parole de Dieu et l'Église.
Église Catholique dans les Hauts de Seine.



Témoignage de Manuel :



La préparation à la Confirmation m'a permis de vivre d'une manière plus intense d'autres sacrements, notamment celui de l'Eucharistie... Tout cela s'est produit d'une manière silencieuse dans mon âme. [...] C'est Jésus-Christ qui donne sens à ma vie. C'est Lui le chemin, la vérité et la vie que je cherche. Maintenant je sais où je vais, vers Qui je vais. »



PLUS VITE

Citius



Et maintenant, **entraînons-nous dans la prière...**

15 mn

Pour entrer dans ce temps de prière, faisons un signe de croix, chantons et méditons le Psaume de supplication proposé. Nous pouvons lire chacun un verset à tour de rôle en prenant le refrain au début et à la fin de la lecture.

Refrain

* **Seigneur, entends la prière
qui monte de nos cœurs**

Psaume 142

N'entre pas en jugement avec ton serviteur : aucun vivant n'est juste devant toi.

L'ennemi cherche ma perte, il foule au sol ma vie ; il me fait habiter les ténèbres avec les morts de jadis.

Le souffle en moi s'épuise, mon cœur au fond de moi s'épouvante.

Je me souviens des jours d'autrefois, je me redis toutes tes actions, sur l'œuvre de tes mains je médite.

Je tends les mains vers toi, me voici devant toi comme une terre assoiffée.

Vite, réponds-moi, Seigneur : je suis à bout de souffle ! Ne me cache pas ton visage : je serais de ceux qui tombent dans la fosse.

Fais que j'entende au matin ton amour, car je compte sur toi. Montre-moi le chemin que je dois prendre : vers toi, j'élève mon âme ! Délivre-moi de mes ennemis, Seigneur : j'ai un abri auprès de toi.

Apprends-moi à faire ta volonté, car tu es mon Dieu.

Prenons ensuite un moment de silence avant de lire ensemble la prière de soutien dans le combat spirituel.



Prière de soutien dans le combat spirituel

Notre Père, apprends-nous à puiser notre force dans le Seigneur Jésus et dans sa grande puissance. Délivre-nous de la suffisance et de l'orgueil. Fais-nous prendre conscience de notre besoin de ta grâce et de ton armure dans le combat spirituel. Aide-nous à saisir que les esprits du mal dans le monde céleste sont à la fois dangereux et vaincus par Jésus-Christ. Accorde-nous la vérité pour ceinture, la droiture en guise de cuirasse. Renouvelle notre zèle dans le service de l'Évangile de paix. Fortifie notre foi dans tes promesses, quoi que nous traversions. Que ton Salut soit notre casque, et ta Parole notre épée. Enfin, que l'Esprit nous conduise dans des temps de prière riches et fréquents, notamment en faveur de nos frères et sœurs en Christ. En son nom.

Amen

Chant

Esprit de lumière, Esprit créateur

- Viens Esprit du Dieu vivant,
Renouvelle tes enfants,
Viens, Esprit Saint, nous brûler de ton feu !
Dans nos cœurs, répands tes dons,
Sur nos lèvres inspire un chant,
Viens, Esprit Saint, viens transformer nos vies !

**Esprit de lumière, Esprit Créateur,
Restaure en nous la joie, le feu, l'Espérance.
Affermis nos âmes, ranime nos cœurs,
Pour témoigner de ton amour immense.**

- Fortifie nos corps blessés,
Lave-nous de tout péché,
Viens, Esprit Saint, nous brûler de ton feu !
Fais nous rechercher la paix,
Désirer la sainteté,
Viens, Esprit Saint, viens transformer nos vies !

Pont : **Veni Sancte Spiritus
Veni Sancte Spiritus (bis)**

- Donne-nous la charité
Pour aimer en vérité,
Viens, Esprit Saint, nous brûler de ton feu !
Nous accueillons ta clarté
Pour grandir en liberté,
Viens, Esprit Saint, viens transformer nos vies !