



# Comment donner du goût à suivre les exercices spirituels ?

# Sommaire

<b>INTRODUCTION .....</b>	<b>4</b>
<b>Au départ, une question.....</b>	<b>4</b>
Nous avons un trésor mais on ne constate aucune ruée vers l'or.....	4
Une écoute en profondeur et une analyse pas à pas .....	4
<b>La première étape nous réservait quelques surprises.....</b>	<b>5</b>
Une identification peu aisée avec Ignace .....	5
Des couples d'opposition.....	5
Le lien entre les exercices et la communauté locale .....	6
<b>Des constats aux hypothèses de travail.....</b>	<b>6</b>
Une seule dynamique, trois attitudes fondatrices .....	6
Des forces en tensions comme clés de compréhension .....	7
Une visualisation sous forme de schéma .....	7
<b>UNE ANALYSE EN TROIS TEMPS.....</b>	<b>8</b>
<b>DISCIPLE / Expérimenter la rencontre avec le Christ à la manière d'Ignace .....</b>	<b>8</b>
La prière .....	9
Une grande variété de manières de prier .....	9
Des difficultés pour être fidèles à ces temps de prière .....	9
Une respiration intérieure, une expérience spirituelle .....	10
L'accompagnement .....	10
La présence d'un tiers pour aider à voir clair en soi et dans la manière dont Dieu me conduit .....	10
Des résistances fortes face à l'accompagnement .....	11
Un moyen privilégié pour approfondir sa relation à Dieu.....	12
Une vie plus unifiée et une paix intérieure .....	12
<b>COMPAGNON / La communauté locale, point d'ancrage de la spiritualité ignacienne .....</b>	<b>13</b>
Le compagnonnage en CL et l'apprentissage de la relecture à travers les échanges .....	13
Des exigences relationnelles .....	14
La communauté locale, un point d'ancrage essentiel .....	15
Avancer toujours « davantage » sur son propre chemin .....	17
<b>SERVITEUR / Être envoyé au service du monde, selon sa vocation particulière .....</b>	<b>17</b>
Être attentif aux appels et savoir discerner où est son chemin .....	18
Les appelés sont souvent freinés par manque de temps ou d'aptitudes.....	18
Il est non moins difficile d'appeler, cela suppose de sortir du cercle étroit.....	19
Appeler, être appelé, quelle chance ! .....	19
Aller de l'avant dans l'abandon et la confiance .....	20
<b>POUR UN AUTRE REGARD .....</b>	<b>21</b>
<b>LES EXERCICES, source de notre spiritualité.....</b>	<b>21</b>
Les exercices, une multiplicité de pratiques mais un consensus sur plusieurs points .....	21
Des freins démultipliés .....	22
Le « tiraillement » de l'être social .....	24

Une retraite marque souvent un « avant » et un « après » .....	25
Une parole vivante pour moi aujourd’hui .....	25
<b>Une pédagogie ignatienne de la liberté intérieure .....</b>	<b>26</b>
La retraite selon les exercices, la pointe de la spiritualité ignacienne .....	26
Les différents moyens de rencontrer le Christ sont déjà donnés .....	27
Un déplacement infime du regard, des implications pratiques conséquentes .....	28
<b>DE NOUVELLES PISTES POUR PRENDRE SOIN .....</b>	<b>28</b>
<b>La CL, le « cœur » et le levier pour agir.....</b>	<b>28</b>
Retrouver le chemin de la source intérieure .....	29
Oser appeler .....	29
Prendre en compte les obstacles.....	29
Se porter mutuellement en CL.....	30
<b>L’ESCR, un lieu ressource pour soutenir .....</b>	<b>30</b>
Informer sur les diverses possibilités offertes .....	30
Proposer .....	31
<b>ANNEXES .....</b>	<b>32</b>
<b>Retour sur la démarche .....</b>	<b>32</b>
<b>Constitution de l’échantillon .....</b>	<b>32</b>
<b>Liste des différents supports de communication déclinés sur la base de l’analyse .....</b>	<b>35</b>
<b>Présentation de l’équipe qui a mené la démarche .....</b>	<b>35</b>

## INTRODUCTION

### Au départ, une question

*Nous avons un trésor mais on ne constate aucune ruée vers l'or*

Dans nos textes fondateurs, en particulier les principes généraux<sup>1</sup>, les Exercices Spirituels de Saint Ignace sont clairement identifiés comme la source spécifique et l'instrument caractéristique de notre spiritualité. Cela nous est fortement rappelé par les points que l'Assemblée de notre Communauté nationale porte à notre attention, pour la « dynamique de croissance » de chacun et celle de notre communauté.

Et pourtant, force est de constater que ce « trésor » de notre spiritualité est relativement délaissé. Est-il méconnu, trop difficile d'accès, réservé à quelques-uns ? Plutôt que d'échafauder des réponses faites de généralités vagues ou de nous contenter d'idées reçues voire de préjugés sur le sujet, nous avons voulu aller interroger directement nos compagnons, ou en tous cas un échantillon représentatif de notre communauté de Haute Bretagne<sup>2</sup>.

### *Une écoute en profondeur et une analyse pas à pas*

Pour mener cette démarche, nous avons choisi d'adopter une qualité d'écoute spécifique, que l'on peut qualifier de sociologique et résumer par deux aspects essentiels. Tout d'abord, donner toute son importance aux paroles recueillies, par une retranscription complète et rigoureuse du verbatim<sup>3</sup>. D'autre part considérer ces paroles, rassemblées en un discours unique, comme éléments de sens sur lesquels se fonde notre raisonnement et non comme de simples illustrations. Ainsi, la mise en évidence d'enchaînements et de régularités nous ont permis de mener une analyse précise qui nous a conduit à prendre du recul par rapport à ce que nous croyions savoir et de redessiner progressivement une nouvelle vision de la représentation et du vécu des exercices par la communauté<sup>4</sup>.

Cette écoute en profondeur ne nous a pas laissé indemnes<sup>5</sup>. Les résultats nous ont étonnés et même déplacés dans nos opinions ou nos certitudes pour nous révéler certaines « évidences » qui restaient jusqu'alors cachées, pour nous. Ainsi, nous avons progressivement été conduits à une sorte de conversion pour « changer de regard ».

La « reformulation » de la question que nous proposons dans la dernière partie de ce document est donc la plus-value apportée par ce parcours. Mais l'intérêt de cette démarche réside surtout dans les pistes d'action qui en découlent, sous la forme de leviers à développer et/ou de freins à lever, pour proposer et de vivre les exercices.

Nous voulons partager largement le résultat de notre cheminement ou plutôt, en faire « retour » auprès des compagnons puisque cette analyse n'aurait tout simplement pas été possible s'ils n'avaient accepté de se prêter à cet exercice<sup>6</sup>. Il est en effet important de rappeler que la validité de cette démarche tient à l'authenticité des paroles recueillies auprès d'un panel représentatif de la diversité de la communauté de Haute Bretagne<sup>7</sup>, soit une vingtaine de compagnons, qui ont osé une parole vraie pour exprimer avec leurs mots quelles étaient leurs réflexions, leurs expériences leurs ressentis, leurs peurs et leurs doutes mais aussi leur confiance et leur espérance vis-à-vis des exercices, ou de retraites selon les exercices, et cela qu'ils en aient l'expérience ou pas.

---

<sup>1</sup> PG5

<sup>2</sup> Cf annexe, présentation de l'échantillon des 20 personnes interviewées

<sup>3</sup> Toutes les phrases en retrait et en italique sont issues des entretiens que nous avons eus avec les compagnons.

<sup>4</sup> Max Weber définit la sociologie comme une démarche méthodique et systématique d'analyse scientifique du social. Son propos n'est pas normatif : il ne s'agit pas de dire ce qui devrait être, mais de décrire et analyser ce qui est en mettant de côté ses jugements de valeur.

<sup>5</sup> Cf en annexe, témoignage d'un des membres du groupe de travail, relisant son cheminement.

<sup>6</sup> Raison pour laquelle, l'ESCR nous a demandé de réfléchir à la manière de présenter cette réflexion à la communauté de Haute Bretagne (assemblée du 5 mai 2019) pour qu'elle s'en saisisse et puisse la décliner en pistes concrètes pour proposer les exercices selon des modalités encore plus ajustées au vécu des compagnons.

<sup>7</sup> S'agissant d'une enquête qualitative, le panel est trop restreint pour être « représentatif » au sens quantitatif du terme, nous avons cependant veillé à ce qu'il reflète le profil de notre communauté de Haute Bretagne (cf. Annexe).

## La première étape nous réservait quelques surprises

La première étape de notre démarche fut celle de la découverte d'un certain nombre de paradoxes, essentiellement sur trois points :

### *Une identification peu aisée avec Ignace*

Ignace de Loyola est le fondateur d'une spiritualité qui nous anime et pourtant, paradoxalement, nous avons du mal à nous identifier à lui comme cela peut être le cas pour d'autres saints comme François d'Assise, Charles de Foucault ou la petite Thérèse dont les vies et les charismes qui leur sont propres, peuvent constituer des modèles pour nous. En effet, « *il n'existe pas d'"ignatianisme" dans notre spiritualité au sens d'un système de pensée théorique qui se voudrait englobant. Ignace n'a jamais eu, pour une telle entreprise, ni le temps, ni les moyens, ni surtout le goût. Mais il a eu le souci de revenir sur ses expériences, de s'efforcer d'en rendre compte à lui-même et aux autres* ». J Thomas sj.

**Cette difficulté d'accès à Ignace peut être ressenties douloureusement pour certains** ou en tous cas représenter une certaine difficulté.

- *L'humanité de Saint Ignace, je n'y ai pas eu accès. J'aurais aimé une forme d'identification à lui et là je n'ai pas pu. La possibilité de s'identifier à Saint Ignace ce n'était pas possible.*
- *Quand je lisais ces textes, je ne comprenais rien, ça ne me touche pas, ça ne me parle pas.*

**L'important, c'est le chemin qu'il trace**, étrangement la véritable question paraît se situer ailleurs, il semble en effet qu'il s'agisse moins de parler de la vie d'Ignace que des pistes qu'il ouvre pour chacun.

- *Je n'ai pas lu grand-chose sur Ignace : j'ai lu par petits bouts des éléments qui étaient fournis par la communauté...*
- *C'est assez étonnant : je cherche peu à aller vérifier si l'enseignement d'Ignace j'y suis ou pas. J'ai la CL qui me permet de le vérifier de manière très régulière, toutes les trois semaines, et ça c'est déjà important. Ça se vérifie au fil de l'eau...*
- *Pour qu'Ignace m'aide à faire le chemin... pas le même chemin (i.e. que lui), un chemin comme lui qui a été un chemin... d'honnêteté ... et puis de vérifications de la justesse de ses engagements et puis d'avancer dans sa vie, quoi... Parce qu'Ignace, je trouve que c'est extraordinaire le fait de là où il est parti, avec ses blessures... et d'arriver à l'homme humble mais profondément aidant pour les autres, ça je trouve que c'est un très beau chemin qu'il a réussi à faire... Il n'a jamais recherché le pouvoir mais il était dans l'aide aux gens de pouvoir, il a toujours dit que son ordre serait un ordre de serviteurs par rapport à L'Eglise... je pense qu'il avait obtenu une profonde humilité en lui, enfin abandon, humilité.*

### *Des couples d'opposition*

Enfin, troisième étonnement initial, en rapprochant et recoupant les paroles recueillies dans les interviews, nous remarquons que sur pratiquement chaque question, des oppositions apparaissent, non seulement entre les personnes qui s'expriment mais également dans un même discours. Tout se passe comme si, sur chaque thématique, une chose et son contraire étaient également vraies, ou plutôt des difficultés et en même temps des ouvertures étaient suggérées par les compagnons.

- *Le silence ne me fait pas peur, le côté me mettre à l'écart n'est pas inquiétant, c'est même plutôt apaisant....*
- *J'étais effrayée par le silence en me demandant si je pourrais le supporter*

### *Le lien entre les exercices et la communauté locale*

Nous avons par ailleurs été surpris de constater que les compagnons interrogés sur les exercices nous parlaient spontanément de leur communauté locale (CL)<sup>8</sup>.

**La spiritualité ignacienne appréhendée comme un « tout ».** Les compagnons évoquent d'embrée les relations qu'ils voient entre croissance spirituelle en retraite et dans leur communauté locale. La vie communautaire qu'ils expérimentent de réunions en réunions, représente pour eux une école de prière, de discernement et un lieu où une relation avec Dieu va leur être progressivement révélée.

- *Je n'ai pas fait de retraite, ni de halte spirituelle mais pour moi les exercices spirituels évoquent la relecture, la prière d'alliance et les rencontres de CL.*
- *Les exercices c'est aussi ce que l'on fait chaque fois entre deux réunions : la relecture quotidienne avec le texte d'Evangile ou avec ma vie. Elle reste difficile pour moi ...*
- *Pour moi les exercices ont été vécus en profondeur pendant les retraites de Saint Hugues de Biviers mais se préparer à la réunion d'équipe locale, cela fait partie aussi des exercices.*
- *Mon expérience d'exercices spirituels pour moi, c'est un tout : les outils ignaciens, les temps de retraite, les temps vécus en CL, un tout pour approfondir ma foi, la nourrir. Un tout qui irrigue l'ensemble de mon quotidien. J'ai besoin d'être nourri pour l'ensemble de mon quotidien (maison, travail...).*
- *J'ai été séduit par la méthodologie de la CVX qui est bien structurée avec une impression d'ensemble.*

**Paradoxalement, un décalage entre l'expérience en CL et les exercices** est exprimé dans le même temps par les compagnons, comme s'ils avaient conscience, en même temps, que le rapprochement qu'ils font entre ces deux réalités n'était pas reçu comme totalement légitime (dans la perception commune).

- *J'ai pas vraiment pratiqué (i.e. les exercices) à part la prière d'alliance ; par contre les relectures qu'on fait en réunion, c'est important... et puis tout le déroulé de la réunion, je trouve que c'est vraiment une merveille en tant que tel...*
- *Mais c'est vrai que je n'ai jamais vécu les exercices, je veux dire 4 semaines, mais je comprends le cheminement qui passe du merci au pardon, avec très fortement aussi cette dimension de vérité ... et puis se sentir pécheur pardonné et accepter là où on en est ... et puis après de choisir, s'engager quoi... Je retrouve dans la prière d'alliance : merci, pardon, demain, le côté : remercier, s'émerveiller pour ce que l'on a reçu et après, et toi que vas-tu faire, le colloque. Quand même, la question de l'accompagnement personnel, et puis du temps de prière où on se sent vraiment rejoint, la parole est vraiment vivante pour toi aujourd'hui, oui c'est vrai j'ai conscience que ça apporte plus un vrai temps de retraite. Il y a à la fois l'exigence mais en même temps une certitude...*

### **Des constats aux hypothèses de travail**

Fidèles à la volonté de « prendre au sérieux » les paroles recueillies, nous choisissons de partir de ces premiers constats et étonnements pour fonder nos hypothèses de travail qui sont en quelques sortes les fils directeurs ou les guides que nous nous donnons pour entamer notre exploration.

### *Une seule dynamique, trois attitudes fondatrices*

Si nous avons bien entendu nos compagnons, la spiritualité ignacienne constitue un seul et même sujet. Nous renonçons donc, comme le sens commun nous y aurait engagé, à opérer un découpage entre ce qui se passe dans la CL ou lors de retraites pour appréhender conjointement ces situations. Cependant, pour être en mesure d'appréhender la somme importante des paroles recueillies auprès de nos compagnons, nous proposons une décomposition selon les trois attitudes, que nous propose la CVX : « Disciple, compagnons, serviteur » qui fonde la dynamique à laquelle la Communauté nous appelle et qui parle à beaucoup d'entre nous. « *Cette dynamique*

<sup>8</sup> Rappelons qu'il s'agissait d'entretiens non-directifs et donc, par définition, très ouverts laissant une grande latitude aux personnes interviewées de construire leurs discours selon leurs propres associations de pensées à partir d'une question de départ très ouverte et de questions de relance les moins directives possible.

s'appuie sur trois attitudes fondatrices de l'être chrétien : disciple, compagnon, serviteur, déployées à la manière de CVX »<sup>9</sup>.

- *Être à la fois disciple/compagnon/serviteur... C'est vrai que c'est bien de nous faire travailler tout le temps sur ces mots-là. Moi j'aime bien les choses simples comme ça qui peuvent te questionner pendant une année, deux années...*

### *Des forces en tensions comme clés de compréhension*

Les trois dimensions de disciples, compagnon, serviteur, proposées par notre spiritualité ignacienne, seront abordées selon une même logique de questionnement. En premier lieu, celle-ci s'articule sur les couples d'opposition repérés en très grand nombre dans le verbatim recueilli auprès des compagnon. Nous faisons l'hypothèse que c'est en prenant à bras le corps en même temps ces deux versants en tension, que nous trouverons des clés de compréhension et découvrirons une nouvelle façon de voir, qui nous échappait pour partie.

### *Une visualisation sous forme de schéma*

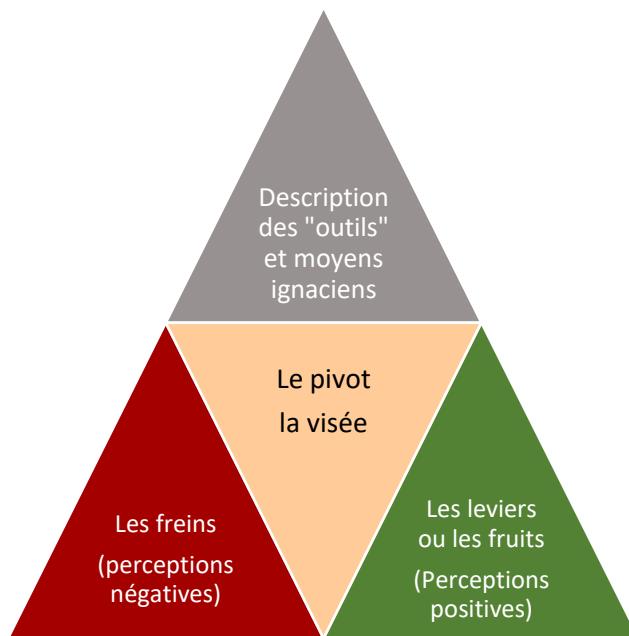
Nous avons opté pour une visualisation sous la forme d'un schéma (Cf. ci-dessous). Celui-ci nous a aidé dans notre cheminement et guidé dans nos questionnements, pour vérifier la cohérence du raisonnement. En effet, s'il n'y a qu'un seul et même sujet, un seul et même schéma devrait pouvoir être adapté à chacune des attitudes successivement analysées. Il n'en reste pas moins que celui-ci est nécessairement réducteur, il ne faut donc pas lui attribuer plus d'importance qu'il n'en a mais le relativiser comme un simple support, susceptible d'apporter une aide à certains (les visuels).

L'assemblage de triangles qui sera reproduit respectivement pour chacune des parties de l'analyse proposée (Disciple/Compagnon/Serviteur), se décompose de la manière suivante :

- **En gris** (au sommet) : la description des éléments proposés par notre spiritualité ignacienne en termes d'outils ou de moyens.
- **En vert et rouge** (à la base de part et d'autre) : les oppositions entre perceptions positives et perceptions négatives, pouvant aussi être lues comme une dynamique en tension sur les mêmes thématiques, c'est-à-dire comme freins et/ou leviers.
- **En orangé** (au centre) : comme en déduction des trois précédents éléments, le triangle central jouerait en quelque sorte le rôle de pivot autour duquel peut s'articuler le changement de regard pour donner sens à ces tensions et dessiner une piste ou la visée qui nous est proposée par la spiritualité ignacienne pour dépasser l'opposition entre freins et leviers.

---

<sup>9</sup> Dynamique de croissance – Vers une vie de discernement apostolique au quotidien. Mai 2017.



## UNE ANALYSE EN TROIS TEMPS

Après les inévitables tâtonnements du début, une première classification thématique nous a révélé les paradoxes dont nous avons fait état. Le cheminement de notre réflexion a ensuite été guidé par nos hypothèses, illustrées dans le schéma que nous venons de commenter. C'est munis de cette grille d'interprétation que nous avons abordé le verbatim qui figurent en retrait et en italique<sup>10</sup>, respectivement pour chacune des trois attitudes de disciple, compagnon et serviteur.

En une première étape, l'analyse passe par ce que nous proposons d'appeler une « déconstruction »<sup>11</sup> des notions de sens commun, voire des préjugés (ce que l'on dit généralement sur tel ou tel sujet). Nous le ferons en restant au plus près de ce qui nous a été dit et en le confrontant à cette même grille d'interprétation pour tenter de lui donner sens.

Les trois sections présentées dans ce chapitre passent par une description des « outils » ou des moyens proposés par la CVX, puis des « freins » et des « leviers » ou les fruits mentionnés par les compagnons pour proposer la visée à laquelle ils sont ordonnés, c'est-à-dire comment nous sommes appelés à être disciple, compagnon, serviteur, « à la manière d'Ignace ». Pour faciliter la lecture de certains (les visuels) sans pour autant gêner le fil du raisonnement, nous avons utilisé le code couleur dans les sous-titres du texte ci-dessous.

### DISCIPLE / Expérimenter la rencontre avec le Christ à la manière d'Ignace

« Disciple de Jésus selon la spiritualité ignaciennes qui a sa source dans l'écoute de la Parole, les Exercices spirituels et la vie de Saint Ignace »<sup>12</sup>

<sup>10</sup> Nous avons essayé de « coller » au plus près des paroles recueillies. Il reste que nous avons dû faire des choix vu l'abondance du verbatim dont nous disposions. Nous l'avons fait en retenant les paroles qui nous paraissaient les plus représentatives des points de vue exprimés et à la fois les plus illustratives pour « donner chair » aux propos.

<sup>11</sup> Terme emprunté à P Bourdieu : « La sociologie refuse les certitudes de l'acquis définitif, elle ne peut progresser qu'en remettant perpétuellement en cause les principes mêmes de ses propres constructions. [...] Elle doit transmettre à la fois des instruments de construction de la réalité, problématiques, concepts, techniques, méthodes, et une formidable disposition critique, une inclination à mettre en question ces instruments... ». P Bourdieu

<sup>12</sup> Ibidem. Dynamique de croissance

Pour être disciple à la manière d'Ignace, plusieurs moyens nous sont proposés. Au risque d'être réducteur, nous les résumons dans une première approche à la prière ou la rencontre du Seigneur dans sa Parole et d'autre part, l'accompagnement individuel. Il faudrait bien sûr mentionner aussi les exercices (cf. citation ci-dessus issue de la dynamique de croissance), que nous laissons cependant volontairement en réserve à ce stade de notre réflexion pour les aborder dans la seconde partie, lorsque nous serons dotés d'un nouveau regard.

## *La prière*

### Une grande variété de manières de prier

La prière peut prendre une grande variété de formes dont certaines sont spécifiques à la CVX tel que le dialogue contemplatif ou la prière avec les cinq sens avec en outre l'aide de différents supports ou média qui peuvent les faciliter. La prière d'alliance semble avoir une place centrale dans le vécu et l'expérience de nos compagnons pour rendre la Parole vivante pour soi-même, aujourd'hui.

- *Un type de prière que j'aime beaucoup c'est le dialogue contemplatif avec le deuxième tour nourri par ce que disent les compagnons.*
- *Cela m'a permis d'approfondir la prière d'oraison et m'a montré que l'Évangile avait à voir avec ma vie d'aujourd'hui.*
- *Un cadre qui nous permet d'entendre notre moi intérieur expérimenté à travers nos cinq sens et c'est là que j'ai entendu parler pour la première fois de la CVX.*
- *Je ne multiplie pas les propositions, ce qui compte pour moi est la fidélité aux rendez-vous que je me suis fixée. Je suis abonnée au site AELF.org<sup>13</sup> pour la Parole liturgique du jour : le matin je commence ma journée de travail avec les textes du jour, j'y passe entre 5 et 10 minutes.*
- *Le blog du jardinier de Dieu<sup>14</sup> s'affiche le soir sur mon ordinateur personnel à la maison.*
- *Le soir un temps de prière quotidienne avec la revue Magnificat et je note sur un carnet personnel, la parole qui m'a touchée. Une parole par jour que j'essaie de la « manger ».*
- *Un type de prière que j'aime énormément c'est la prière d'alliance.*
- *L'apprentissage de la relecture et de son bien-fondé pour sa vie ; le fait que c'était important plus que tout le reste.*
- *C'est déjà les trois mots de la prière d'alliance : merci, pardon, s'il te plaît... enfin, moi je simplifie... et je dirai spontanément : désolation/consolation, mais ça, c'est plus la démarche d'Ignace pour suivre ses mouvements intérieurs.*
- *Je retrouve dans la prière d'alliance : merci, pardon, demain ; le côté : remercier, s'émerveiller pour ce que l'on a reçu et après « et toi que vas-tu faire ? », le colloque.*
- *Je dirai d'abord gratitude de se sentir accueilli... oui gratitude, pardon, après il y a la question de choix, de liberté... et puis engagement.*
- *La relecture quotidienne reste l'exercice favori... Parce que c'est effectivement ce temps de relecture, ce temps de mise en présence du Christ qui reste pour moi l'exercice le plus familier mais aussi le plus porteur.*

### Des difficultés pour être fidèles à ces temps de prière

**La persévérence et de l'attachement dans la durée.** L'une des caractéristiques communes à ces formes de prière est celle de la constance dans les rendez-vous quotidiens. Cela peut néanmoins, receler bien des difficultés, ne serait-ce que celle de la fatigue du jour qui constitue l'expérience la plus commune.

- *Les rendez-vous quotidiens : se donner un rendez-vous avec le Seigneur, dans l'obéissance de la foi. C'est important pour moi et pour moi c'est un exercice.*
- *J'ai le temps tous les jours pour faire ma prière quotidienne ; cela me permet de bien commencer ma journée et de regarder ce que je vis.*

---

<sup>13</sup> Association Épiscopale Liturgique pour les pays Francophones.

<sup>14</sup> Textes de l'assistant national Jean-Luc Fabre.

- *C'est un lieu que je tiens, que je lâche, que je reprends, où je m'installe et où je reviens ; ce n'est pas là une fois pour toutes...*
- *La prière d'alliance c'est la relecture plutôt quotidienne, la prière le soir, de façon irrégulière.*
- *Par contre la pratique quotidienne de la relecture, ce n'est pas tous les jours.*
- *Le soir, c'est plus difficile pour moi de prier ... Je suis épuisée, bouleversée par le vécu des gens rencontrés dans la journée. Quand je rentre le soir ma prière c'est très court ... je confie et j'ai plus envie de prendre le bouquin, pas envie de prier car dans la prière je ressasse.*

**La « sécheresse » ressentie** peut être déconcertante ou parfois rude à éprouver même si l'on se situe dans une relation de confiance.

- *Je sais bien que par rapport à la prière il y a ce côté gratuit mais ça peut être sec et puis à d'autres moments, c'est donné ... Ce n'est pas un libre-service ou je prends ce que je veux.*

**L'exigence de la relecture** peut s'avérer beaucoup plus difficile qu'on ne l'imaginait à première vue car elle demande une lucidité pour observer son vécu et en même temps une confiance pour aller de l'avant.

- *Je ne me rendais pas compte, je pensais que c'était une prière toute simple la prière d'alliance. C'est vrai qu'on peut la faire quel que soit l'âge de notre foi puisqu'on peut la faire faire à des enfants qui sont tout petits. Mais je me rends compte : la prière d'alliance, aussi simple soit-elle dans sa formulation, combien elle est complexe... Combien à certains moments, on n'a pas envie.*
- *On n'arrive pas à dire ses désirs, parce qu'on n'est pas au clair, ou on n'arrive pas à regarder ses fautes... ou ... Voilà Je me suis rendu compte que j'avais certainement des blocages par rapport au désir : je n'osais pas demander, ou je ne croyais pas que Dieu me donnerait, en fait, je ne croyais pas ... que Dieu peut combler mon désir... C'est fou, hein !*

#### Une respiration intérieure, une expérience spirituelle

Mais les bienfaits sont tangibles et les compagnons témoignent de leur attachement à la prière qui leur permet de goûter comme une respiration intérieure dans leur vie quotidienne et apporte une « coloration » particulière à leurs journées. Une « Présence » en nous qui nous rend libre à la mesure de l'accueil que nous lui réservons et qui nourrit le cœur « comme une mélodie qui chante en nous un bonheur discret. Méditer donne du fruit et éveille un goût qui pénètre, apaise et dure en nous. Quelque chose se découvre, qui nous habite intérieurement, au point de nous porter tout le jour dans un dynamisme, détendu et attentif »<sup>15</sup>.

- *Cela m'apporte beaucoup de sagesse et de sécurité dans le métier que je fais ; du coup je me mets sous la protection du Seigneur et j'ai fait l'expérience que lui avoir confié ma journée l'avait changée.*
- *Je ponctue mes RDV dans les différents moments de ma journée et cela est une manière de colorer ma journée.*

#### *L'accompagnement*

##### La présence d'un tiers pour aider à voir clair en soi et dans la manière dont Dieu me conduit

**L'accompagnateur : un frère, un compagnon, un serviteur**, telle est la vision et l'expérience de ceux qui se sont engagés dans une démarche d'accompagnement ou en ont fait l'expérience. L'accompagnateur est présent pour témoigner de l'Esprit qui éclaire la relecture. Dans cette rencontre individuelle il s'agit d'offrir un espace où les personnes se sentent en confiance pour parler et « faire mémoire » selon des formes souples et adaptées à chacun.

- *L'accompagnement c'est la relecture de vie ; tu prépares et tu arrives avec ta relecture.*
- *Il (i.e. l'accompagnateur) fait une partie du travail mais ce n'est pas lui qui fait l'essentiel mais toi et lui qui t'aide à le faire et qui balise un peu le chemin.*

---

<sup>15</sup> Rémi de Maindreville. Une rencontre intérieure. Christus N°256. Octobre 2017.

- *Ça permet de prendre du recul et d'arriver avec un ou deux points sur lesquels tu es coincé et de l'exposer devant un regard bienveillant ; en CL ce n'est pas tout à fait pareil.*
- *Mon accompagnateur allait à mon rythme « Dieu va au pas des hommes ».*
- *L'accompagnement ce sont des rencontres qui peuvent être plus ou moins faciles ou confortables ; pour ma part, je me suis toujours senti dans quelque chose de l'ordre du « compagnonnage » et la grâce est toujours donnée dans cette relation-là, comme quelqu'un qui marche humblement avec moi, en étant témoin de mon chemin.*
- *Je me sens, pendant ce temps-là comme entourée d'une grâce spéciale, la tendresse de Dieu manifestée par la présence et l'attention de l'accompagnateur (-trice) ; je me sens conduite dans le vaste plan du salut proposé par Dieu, manifesté en Jésus-Christ, presque comme embarquée et mon histoire devient une histoire « sainte »*

#### **Des résistances fortes face à l'accompagnement**

L'accompagnement est un outil privilégié de la CVX et s'il fait partie intégrante de la retraite ignacienne, nous sommes aussi invités à avoir un accompagnement personnel à certains moments de la vie. Mais, à notre surprise, nous avons pu constater combien il suscitait de résistances. L'ensemble des expressions recueillies auprès de nos compagnons permettent d'aller au-delà de ce constat général pour regarder plus finement où se logent ces appréhensions et ainsi mieux les comprendre.

**Une démarche qui reste relativement méconnue** et, à la différence de la relecture dans la prière d'alliance, semble peu pratiquée<sup>16</sup>. Cela peut être en partie dû au fait que l'on ne se représente pas bien en quoi cela consiste.

- *On a une personne dans notre équipe qui a un accompagnateur qu'elle ne voyait pas forcément souvent ; dans notre équipe c'est une minorité mais on sait que c'est possible.*
- *Il faudrait l'expliquer simplement ; dire que c'est une rencontre avec quelqu'un qui a un regard bienveillant.*

**Cette réticence peut être liée à un manque de désir**, ce qui explique la réticence à s'engager dans une démarche exigeante, notamment en termes de temps, alors que l'on n'en ressent pas le besoin.

- *Ça demande de l'énergie pour oser y aller et ensuite pour s'y astreindre dans la durée, surtout s'il n'y a pas le désir.*
- *J'analyse beaucoup les choses soit je ne sais pas y répondre (i.e. aux questions que me pose l'accompagnateur) soit je me suis déjà posée la question.*
- *C'est un certain engagement et ça peut faire peur et par ailleurs, il faut en avoir besoin.*

**La qualité de l'interlocuteur peut intervenir.** En effet, s'agissant de relations humaines, le risque demeure que l'accompagnateur ne corresponde pas à l'attente du compagnon. A cela vient parfois s'ajouter l'image de quelqu'un qui a la charge de diriger les choses et cela, malgré la bienveillance qu'il peut avoir.

- *Un accompagnateur il faut le choisir quand même. Si je fais l'analogie avec un psy, il est conseillé de ne pas se mettre dans les pattes de n'importe qui, surtout un incompétent.*
- *L'accompagnement : pendant toute mon adolescence j'ai eu un « directeur spirituel » et je n'ai pas envie de recommencer ; c'était pas mal mais c'est une étape. Je ne dis pas que ça ne vaut pas le coup ; c'est un regret mais c'est plus du domaine de l'incompatibilité.*

**L'accompagnement peut être perçu comme intrusif** avec un risque de dépendance, celui de s'en remettre à quelqu'un dans une relation qui touche à notre intimité avec en outre, dans certains cas, des résistances qui renvoient à notre histoire personnelle. Ce face à face est perçu comme beaucoup plus engageant que la relation plus large qui peut se vivre en CL par exemple.

- *L'accompagnement, ça a l'air d'être la pierre angulaire de la CVX, en tous cas c'est ce que j'en comprends et en même temps je ne suis absolument pas mûr pour donner les clés de mon intérriorité à un individu.*

---

<sup>16</sup> Cette assertion ne s'appuie que sur les paroles recueillies et en rien sur des données statistiques qui émaneraient d'une enquête quantitative auprès de la communauté.

- *Il faut franchir le pas en se disant qu'il faut se dévoiler mais avec toujours une écoute bienveillante ; je comprends qu'on y aille avec un peu d'appréhension.*
- *C'est une démarche que je ne me sens pas trop disposé à faire même avec un excellent interlocuteur (accompagnateur).*
- *Cette démarche, je suis disposé à la faire par petits bouts, dans une équipe.*
- *Dans une équipe, c'est différent, je me sens en sécurité avec des gens respectueux, entre pairs, je fais plus confiance (sous-entendu qu'avec un accompagnateur).*
- *Il faut franchir le pas en se disant qu'il faut se dévoiler mais avec toujours une écoute bienveillante ; je comprends qu'on y aille avec un peu d'appréhension. Dans une équipe, on ne se dévoile pas autant ; on partage sur des faits précis et on choisit là où on met la borne.*
- *C'est également plus exigeant que la relecture en CL où tu choisis ce que tu vas partager alors que l'accompagnement suppose un plus grand dévoilement de sa vie.*

**Un plongeon dans l'inconnu.** En effet, l'accompagnement suppose une confiance en un interlocuteur humain mais surtout le consentement à un abandon plus profond et une audace qui peut faire peur, comme si une voix nous murmurait à l'oreille : « si j'y vais qu'est-ce que le Seigneur va me demander ? ».

- *Pour moi dans ce genre d'exercice, il y a quelque chose de l'ordre du plongeon et je ne suis pas disposé à sauter du plongeoir.*

#### Un moyen privilégié pour approfondir sa relation à Dieu

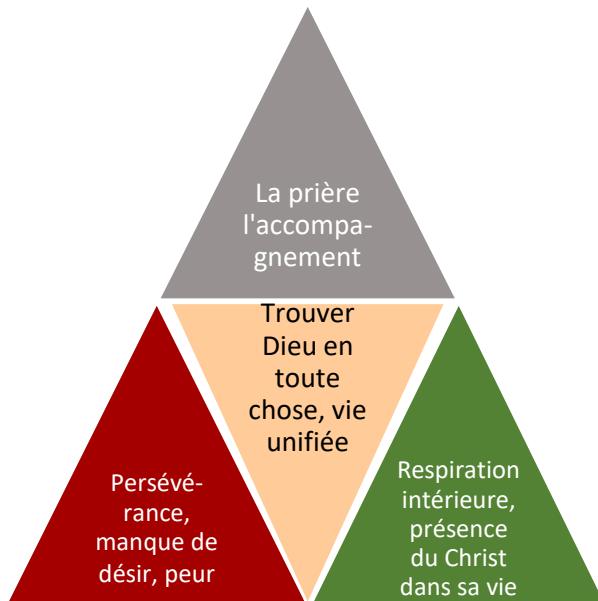
Et cependant, de manière concrète ou imagée, les compagnons qui ont expérimenté cette rencontre humaine, en face à face, nous disent qu'à travers elle peuvent se jouer des choses fondamentales. Ils témoignent souvent de son côté « réparateur » ou consolateur au sens ignatien du terme mais ils font surtout état d'un étonnement à l'égard des bienfaits procurés par cette démarche, en particulier pour la progression de leur vie spirituelle, les amenant à une véritable rencontre avec le Christ dans sa propre humanité.

- *Une fois j'ai eu une accompagnatrice religieuse d'une finesse de discernement qui m'a bluffé, incroyable ; avec une exigence forte ; je me suis dit que c'était vraiment un métier ; j'avais un peu trainé pour y aller ;*
- *Je crois qu'il faut vraiment un accompagnement pour tout le monde car à la lumière de ce que je pratique, je vois que ça fait vraiment partie du cheminement.*
- *Le fait de reporter sous un autre regard, ça remet les choses dans l'axe ; c'est comme aller chez un ostéopathe.*
- *Cela permet quelque fois de « déposer » des choses lourdes que l'on vit mais cela aide surtout à repérer les mouvements de ce qui s'est passé pendant la prière ; quelqu'un d'extérieur à soi-même qui sait le faire est une aide à « se laisser rencontrer par le Christ » de façon très humaine.*
- *L'accompagnement est un lieu qui permet d'aller faire la vérité avec soi-même, avec les autres et avec le Seigneur. Pour arriver à ce parcours de vérité, il y a plusieurs moyens et le plus dense ou le plus profond est de faire rejoindre sa propre humanité et non pas un idéal de merveilles évangéliques faits de mots désincarnés ou de valeurs extérieures. Il faut pouvoir rejoindre ton humanité d'aujourd'hui, ta vie qui rejoint l'Evangile et non l'Evangile qui rejoint ta vie car le Seigneur il est au fond de toi.*
- *Cet accompagnement se cantonne à me dire « écoutes » et très peu de poids donné au cadre d'interrogation, moins axé sur la raison mais me parle simplement d'écouter et là c'est infini comme profondeur. Le trésor est là dans ce fond et peut être pas dans la forme. Mais sans doute chacun fait ce qu'il peut avec ce qu'il est et comme il a été formé.*

#### Une vie plus unifiée et une paix intérieure

La prière d'alliance, la contemplation de la Parole et l'accompagnement convergent vers une seule et même visée qui, au-delà des difficultés parfois ressenties, apparaît à travers les fruits recueillis. Il s'agit de la recherche d'un sens, d'une cohérence qui oriente les choix de vie. C'est ce désir de suivre le Christ qui est au cœur de ce cheminement, une invitation, quelle que soit la personne et son itinéraire, à trouver Dieu en toutes choses.

- *Je pourrai témoigner du goût que la CVX et les moyens ignaciens m'ont donné : une colonne vertébrale, quelque chose qui me construit et qui est là, quoi ; Et c'est un chemin humain qui permet de donner un sens.*
- *J'ai envie de reprendre la phrase de Chancel : et Dieu là-dedans ?... Je crois que c'est ça : qu'est-ce qu'il me dit de ce que je fais ou des choix que je fais. J'ai besoin d'entendre ce qu'il souhaite que je fasse, dans mes engagements. ... Et je suis appelé à regarder ça tout le temps, à tout moment... Les choix que je fais, la manière dont je les fais, est-ce que ça va dans le sens de Dieu ? Est-ce ce que je dis et ce que je fais correspond ... Et ça, ça dure toute la vie quoi et c'est une vraie force ; je trouve que ça nous donne une force personnelle d'avoir cette interrogation-là. C'est une sacrée force, je trouve.*



## COMPAGNON / La communauté locale, point d'ancrage de la spiritualité ignacienne

« *La vie en communauté locale reste le cœur de la vie du membre dans la CVX [...] Compagnon dans la Communauté vie Chrétienne où s'exerce la foi que Dieu parle à chacun, à travers les paroles échangées* »<sup>17</sup>.

L'appartenance à une communauté locale (CL) est une expérience commune à tous les membres de la CVX. Cette équipe est le lieu où s'expérimente le « compagnonnage », forme de fraternité vécue pour que chacun puisse faire son chemin, soutenu par des personnes avec lesquelles s'est établie une confiance suffisante pour une expression en profondeur. Cela se vit notamment dans le 2<sup>ème</sup> tour, à travers une « interpellation » fraternelle, moment où nous nous accompagnons les uns les autres dans notre vie, pour l'unifier et mieux suivre le Christ.

### Le compagnonnage en CL et l'apprentissage de la relecture à travers les échanges

La communauté locale est « *le corps apostolique, dans lequel le compagnon se sent appelé à vivre* »<sup>18</sup>. Cela passe essentiellement par la relecture qui constitue la toile de fond des échanges et les nourrit à travers les partages de chacun des compagnons. En effet, toutes les réunions de CL, y compris celles qui sont centrées sur un thème défini, consistent en une relecture. L'interpellation qui sous-tend le second tour, constitue un moyen plus précis pour prendre du recul sur sa vie, à la lumière de la Parole de Dieu.

- *Ce qu'elle m'apporte (i.e. la réunion de CL) : une relecture mensuelle extrêmement précieuse, un temps de recul, un temps de pause très relié à ton quotidien.*

<sup>17</sup> Ibidem. Dynamique de croissance

<sup>18</sup> Cf Dynamique de croissance.

- *Je pratique la relecture personnelle de façon ponctuelle mais régulièrement. La relecture me permet d'avoir un œil différent sur ma vie, me permet de prendre du recul avec ce que je vis. La relecture, c'est important pour moi.*
- *Mais aussi pouvoir noter sur un cahier, relire, finalement il y a aussi tout un cheminement qui permet de se dire : « ben oui, ça c'est important... »*
- *La réunion en CL me permet aussi la relecture du mois écoulé. (Ça dépend des thèmes de réunion).*
- *La réunion en CL, c'est un lieu pour discerner.*
- *Dans l'apprentissage c'est essentiel le discernement « pour ou contre » avant même que ce soit dans une dimension spirituelle et puis aller ensuite vers là où on a du goût et pas du plaisir, ce qui n'est pas exactement la même chose.*

**La présence d'un accompagnateur** caractérise également la vie d'une CL et les compagnons en soulignent l'importance pour aider à repérer le travail de l'Esprit-Saint en chacun et pour la communauté toute entière.

- *Avant il n'y avait pas d'accompagnateur ; sans accompagnateur c'est très difficile ; c'est pour ça que l'accompagnateur est très important, voire indispensable au moins pour une équipe en train de se construire. Sa présence et sa relecture de ce qu'elle a entendu sont très pertinents ; elle a un grand bagage intellectuel mais elle a apporté plus de légèreté, le rire ; pour moi l'accompagnateur c'est la sève de la vigne.*
- *Le 2<sup>ème</sup> tour qu'on apprécie et qu'on découvre de plus en plus et on a la chance d'avoir une accompagnatrice qui a permis à l'équipe de ne pas « sombrer » mais d'affirmer le 2<sup>ème</sup> tour et l'équipe grandit, forte de tout son potentiel.*

#### Des exigences relationnelles

Les relations de compagnonnage ne sont pas exemptes d'inévitables défis relationnels, inhérents à toute vie de groupe, d'autant plus que les sujets abordés sont personnels. Le second tour, en particulier est très subtil, à la hauteur de sa visée, celle de repérer la présence de Dieu dans ce qui est dit et vécu. Aussi, cet exercice d'interpellation, éminemment délicat, peut-il être mal ressenti par certains. Ces difficultés rencontrées peuvent être énoncées sous la forme de conditions à remplir pour que la CL contribue à la croissance spirituelle de chacun et celle de la CL.

**Une exigence d'authenticité et de respect mutuel dans les échanges** car arriver à une entraide spirituelle nécessite de parler en vérité. Mais cheminer ensemble et s'ajuster aux personnes ne peut se faire spontanément, cela demande au contraire une certaine permanence dans la durée pour que s'établissent la confiance.

- *J'espère avoir une équipe où je n'aurais pas de jugement de valeur mais une grande tolérance ; je n'ai pas envie que des couples me disent : tes enfants ne viennent pas à la messe ; Ça me ferait terriblement mal.*
- *Le 2<sup>ème</sup> tour, on commence à y arriver en connaissant les compagnons, le temps m'a appris à appeler un chat un chat.*
- *Bon la CL n'est pas tout à fait celle-ci, il y a eu des changements de membres, des départs qui ont été douloureux parce qu'ils n'ont pas été assez exprimés, quoi, motivés. Il y en a eu, ils n'y trouvaient pas leur compte et je pense que notre CL n'avait peut-être pas non plus assez mûrie dans l'écoute mutuelle.*
- *En CVX on partage un peu de sa vie, parfois on est un peu en retrait voire on peut se regarder avec complaisance.*
- *La confiance s'établie peu à peu à l'occasion du 2<sup>ème</sup> tour ; cette méthode c'est très fort ; j'avais pratiqué ça ailleurs comme consultant et je n'ai pas été étonné qu'à la CVX ça marche au quart de tour car si les gens ne parlent pas personnellement, ils ne disent rien.*

**Un cadre ressenti comme dogmatique ou trop « intello ».** Cela peut parfois tenir aux termes employés s'ils ne se réfèrent pas à des réalités concrètes, ils peuvent alors être ressentis comme renvoyant à un cadre rigide et sans fondement. Il peut en découler une impression de gravité, voire d'austérité des réunions.

- *J'ai été dans des équipes très difficiles avec certaines personnes que je sentais d'une très grande pratique spirituelle et avec un désir profond mais je n'entendais jamais de situation concrète.*
- *Parmi mes compagnons d'équipe je sentais certains bien à l'aise dans un cadre plus intellectuel ...*
- *Ils sont tellement loin devant moi sur le plan spirituel, pour eux c'est « formidable ».*
- *Pour moi au début c'était très difficile, rigide, incompréhensible, j'ai peur de ce qui fait trop institutionnel, cadre trop rigide.*
- *On ne se trouvait pas bien dans notre équipe ; il y avait des personnes très bien mais un peu inconditionnelles, un peu ayatollah par rapport à la CVX dans les règles ; je pouvais les admirer mais discuter avec eux c'était impossible ; certains ont peur qu'on ne suive pas exactement la « ligne du parti ».*
- *Ce qui me dérange beaucoup c'est le dogme.*
- *Toutes nos réunions sont un peu graves, austères.*

#### La communauté locale, un point d'ancrage essentiel

Mais lorsque les conditions sont remplies, les réunions de CL se caractérisent surtout par la force qu'elles apportent à chacun de ses membres. Cette forme de relations humaines, basées sur une écoute bienveillante, au-delà de la diversité des personnes, est suffisamment rare pour susciter l'émerveillement des compagnons et être considérée par eux comme un « trésor ». L'amitié n'est pas l'essentiel, même si elle peut être donnée comme un « plus ». Il n'est donc pas étonnant de constater l'attachement dont témoignent les compagnons à l'égard de leur CL.

- *L'idée du compagnonnage, on n'est pas tout seul ; on s'entraide les uns les autres et on fait raisonner notre parole avec la Parole de Dieu.*
- *Comment ne pas rendre grâce quand les compagnons apportent ce cadeau qu'on se fait les uns aux autres ; il y a des silences pleins.*
- *Pour moi le point d'ancrage est la CL et ce qui se vit en réunion de CL.*
- *On a été accueillis dans une autre équipe qui est vraiment très bien car il y a des gens de tous les âges et pour nous c'est d'une grande richesse.*
- *Quand tu vois comment les gens, très facilement disent des choses très personnelles et humaines, je me suis dit qu'il y avait des gens super et cela m'a renforcée dans mon adhésion à CVX.*
- *On s'entend bien, on est devenu des amis on forme une super équipe, il n'y a pas de non-dit ; on est tous convaincus qu'on a un bol terrible.*
- *On est compagnons dans le Seigneur mais aussi dans la vie ; un peu les deux pour que nous vivions le compagnonnage ; on a besoin des deux ; ça va de pair ; on sait passer un petit coup de fil quand quelqu'un est malade ; on a mis en place un WhatsApp et en même temps on sait garder la juste distance.*
- *On se parle sans tabou, à un moment on a dû réajuster le timing pour terminer moins tard, les gens sont fatigués : on a fixé une durée maximale par personne.*
- *Sur des sujets où on n'est pas tous d'accord (l'Eglise par exemple) je dis ce que je pense et il peut y avoir des grincements mais je crois qu'ils me situent bien là où je suis. Accepter tout le monde là où il en est ; Là on est bien dans le cadre de la spiritualité ignacienne ; cette spiritualité est un trésor.*
- *Je tiens à la communauté CVX par rapport à ma communauté locale.*

**La CL vécue comme une appartenance à l'Eglise.** L'existence de relations riches au sein des CL, permet dans un premier temps d'éviter la solitude de la vie de foi mais cela apporte aussi un élargissement de la conscience de nos liens à différents niveaux, en particulier avec l'Eglise.

- *Quand tu as goûté à une vie de communauté forte, je me disais « je ne retrouverais pas ça en paroisse », c'est aussi que je ne me suis pas investie non plus, bon.*
- *Je me sentais bien seule, je n'ai pas du tout d'amis qui partage ma foi et ma sœur qui appartient à la CVX m'a parlé de ce mouvement et j'y suis entrée pour combler une sorte de solitude dans ma vie de foi ; j'avais l'impression d'être catho une heure /semaine (à la messe du dimanche).*
- *Je n'arrive pas à m'imaginer faire ça toute seule...*
- *CVX, j'y tiens car c'est mon seul lien à l'Eglise.*

**Un soutien pour rester fidèle dans ses choix.** La communauté locale agit comme une sorte de guide, exigeant et bienveillant, qui permet de mieux affronter les résistances de toutes natures rencontrées. Cela passe par les témoignages des autres, porteurs pour un retour sur soi-même. Car être relié à d'autres est ressenti comme un moyen efficace pour s'encourager mutuellement à rester fidèle dans ses choix ou en poser de nouveaux, notamment celui de rester constant dans la prière, décider d'aller à une rencontre régionale ou suivre une retraite.

- *Moi je suis vraiment portée par la parole des autres.*
- *Je suis portée dans ma CL par la parole et le vécu des autres... et le témoignage, de chacun tel qu'il est.*
- *Dans l'équipe, les témoignages reçus, à chaque fois ça m'a donné envie car on sentait que ça avait débloqué quelque chose (re)trouvé comme une source ou des choses douloureuses pas forcément transformées mais un chemin trouvé.*
- *J'aurais pas ça, je lâcherais car j'ai un emploi du temps débordé ; c'est complexe d'avoir du temps ;*
- *Le fait d'avoir des compagnons nous entraîne à prier (le soir) ; le fait d'avoir des réunions ça me force à les préparer ; pour moi c'est un peu une « bouée » qui me force ;*
- *Le premier déclencheur ça été l'accompagnatrice de l'équipe qui nous a beaucoup parlé et puis une amie de l'équipe avec qui je m'entends bien qui y allait (i.e. à une halte spirituelle).*
- *Les rendez-vous régionaux par exemple et cela permet de se motiver pour y aller à plusieurs. C'est important de se motiver en CL.*
- *Il y en a plusieurs dans l'équipe qui ont fait des retraites, par exemple dans la vie, et qui nous ont tenu au courant, ou des retraites de 5 ou 8 jours c'est porté dans notre prière ; ces partages, je pense que ça participe au fait que celles (Il n'y a que des femmes) qui n'y avait jamais été y ont été plus facilement ensuite.*
- *Dans notre équipe deux personnes ont fait les exercices et ils en parlent ; ça donne envie.*
- *Partir à plusieurs ... à plusieurs, on fait corps, on peut échanger, cela donne lieu à des partages fraternels, on rend ses compagnons témoins de ce qu'on a vécu.*

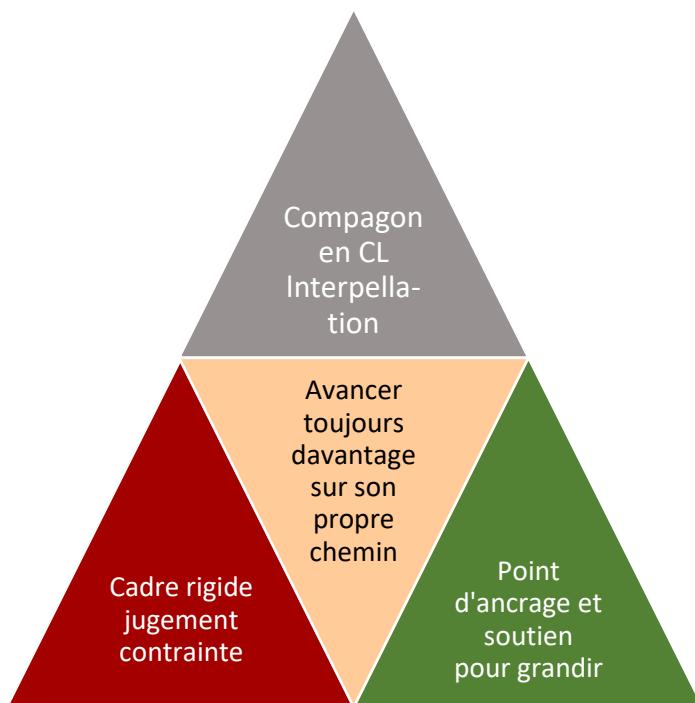
**La CL, une ressource pour grandir** à travers les échanges en profondeur qui ouvrent à l'altérité et à la réflexion. Pouvoir exprimer son cheminement sous le regard bienveillant des compagnons constitue une aide irremplaçable pour mieux se connaître, mettre des mots sur des ressentis et discerner les choix à faire. L'autre, le compagnon me permet d'aller plus loin. Pour beaucoup, l'interpellation est une richesse à laquelle ils sont très attachés et qu'ils essayent de faire vivre en osant dire une parole au frère pour le confirmer, l'inviter à visiter quelque chose ou encore, donner un élément pour nommer. C'est en cela que la CL est l'un des moyens de rencontrer le Christ dans nos vies.

- *Une meilleure connaissance de moi, de ce qui est important pour moi sur le plan spirituel.*
- *La CL, c'est un endroit où on creuse bien ; ce ne sont pas des gens qui bavardent ; je me sens-là vraiment dans un compagnonnage ; j'ai l'impression que je reçois autant que je leur apporte.*
- *Un autre regard/retour des autres : ils m'apprennent sur moi.*
- *La rencontre de CL, c'est un exercice spirituel qui me nourrit, densifie, incarne.*
- *Le temps de réunion en CL est un temps important, la partie qu'on peut se donner, je dirai, de travail spirituel qui est, bien sûr la prière, mais surtout le temps de ré-interpellation : quelle interpellation on se donne les uns aux autres ? Et ça j'ai beaucoup investi sans jamais y arriver, et là, il se trouve que la CL dans laquelle on est ... ce temps devient très fort et prend même le temps sur ce que chacun peut apporter... C'est vraiment ancré sur ce que l'on a ressenti de ce que l'autre a pu dire au point même qu'on a chronométré le temps de parole du 1<sup>er</sup> temps de partage à 5 minutes avec un chronomètre. Ce qui a pour effet de laisser du temps pour après, pour l'interpellation... Pour éviter aussi les bavardages... Et ça c'est vraiment un exercice sublime... Moi c'est celui qui me guide le plus... avec le regard des compagnons qui est un peu un jeu de miroir, qui à ce moment-là permet d'ajuster, de ne pas être tout seul dans sa tête.*
- *S'arrêter... relire... l'évaluation avec d'autres ou avec l'accompagnateur... oui se voir confirmer ce vers quoi il faut que j'aille ... ou la communauté. Ça me paraît vraiment être le chemin, la force de la communauté.*

#### Avancer toujours « davantage » sur son propre chemin

L'interpellation fraternelle du deuxième tour de nos rencontres en communauté locale n'a de sens en CVX que si elle s'appuie sur notre relation au Seigneur. Elle est donc loin du sens usuel du mot qui comporte une connotation plutôt désagréable. Le cadre (du déroulement de la réunion) n'est donc qu'un support pour mener chacun vers l'engagement qui lui est propre et le conduire à la paix intérieure, celle d'avancer dans sa propre voie. La spiritualité ignacienne nous invite à sentir avec le Christ pour « l'aimer et le suivre davantage ». « *C'est le propre du bon esprit de leur donner du courage et des forces, de les consoler, de leur faire répandre des larmes, de leur envoyer de bonnes inspirations, et de les établir dans le calme, leur facilitant la voie et levant devant elles tous les obstacles, afin qu'elles avancent de plus en plus dans le bien [Ex Spi 315]* ». Le signe de confirmation de ces bienfaits serait la légèreté et le rire, à contrario du caractère grave et austère des réunions guidées par la seule observance d'un « dogme ».

- *J'arrive en CVX depuis le mois de septembre. J'ai fait pas mal de découvertes, mais toujours d'une façon positive... Je suis en pleine progression ; j'aime bien. Aller pas à pas : c'est ce qui donne du goût.*
- *Si je suis à CVX c'est que j'y trouve mon compte depuis 8 ans et que ça dure ; c'est génial.*
- *Je crois que si je suis resté 30 ans en CVX, c'est vraiment pour ça, parce que ce que propose la communauté et ce que propose la spiritualité ignacienne, ce n'est pas quelque chose d'acquis, mais c'est quelque chose de permanent, à tout moment de la vie, avec ce qui nous arrive, avec ce qu'on a envie de faire... ça reste une interrogation permanente...*
- *Et puis un engagement... Et maintenant : je dirai : vérité, libération, prière, sourire aussi... et puis... même un divertissement... Parce que c'est joyeux ce qui est en train de se passer.... Quand j'y vais, je suis heureuse d'aller à une réunion CVX...*



#### **SERVITEUR / Être envoyé au service du monde, selon sa vocation particulière**

« *Serviteur du projet de Dieu pour l'humanité, dans les lieux où avec l'aide de ses compagnons, il discerne être appelé par le Seigneur. Envoyé par eux, soutenu par eux, il est prêt à évaluer régulièrement avec eux* »<sup>19</sup>

Être serviteur, à la manière d'Ignace : humble et pauvre, enfant de Dieu peut se faire en étant attentif aux appels intérieurs reçus et aux appels concrets qui nous sollicitent. « *Nous avons reçu du Christ la mission d'être ses*

<sup>19</sup> Ibidem. Dynamique de croissance

témoins devant tous les hommes, par nos attitudes, nos paroles et nos actions, en nous identifiant à sa mission de porter la bonne nouvelle aux pauvres, annoncer aux captifs la délivrance et aux aveugles le retour à la vue, libérer les opprimés et proclamer une année de grâce du Seigneur ». [PG 8].

#### Être attentif aux appels et savoir discerner où est son chemin

Ces appels peuvent émaner de la communauté dans la mesure où cette modalité fait partie intégrante de la façon de procéder de la CVX, mais aussi de notre environnement et de ceux que nous côtoyons<sup>20</sup>. En effet, l'expérience spirituelle rejoue souvent sur un élargissement de la prière personnelle au souci des autres, c'est-à-dire la manière d'entrer en relation ou d'être affecté par ceux qui nous sommes proches et plus largement sur une attention au monde. Mais, tous les appels ne sont pas nécessairement en cohérence avec son propre chemin. En effet, le service n'est pas forcément dans le « plus », être au service de ses parents âgés ou s'occuper de sa famille a peut-être autant de poids que de répondre à un appel de la communauté. Cela soulève alors la question du discernement pour savoir où est sa place et entre quels biens choisir. Cette démarche de « discernement » peut se faire au niveau individuel ou élargi à la CL, même si cette forme de compagnonnage reste cependant délicate et plus rarement mise en œuvre<sup>21</sup>.

- *Le soir un temps de prière quotidienne avec la revue Magnificat et je note sur un carnet personnel, la parole qui m'a touchée. Une parole par jour que j'essaie de « manger ». La Parole m'est donnée. Qu'est-ce qui m'est dit aujourd'hui dans la Parole ? Mais cette Parole n'est pas que pour moi.*
- *Si on n'a le temps de rien faire d'autre ne pas oublier la relecture ; c'est un point essentiel et pas trop compliqué ; on n'est pas obligé d'y passer beaucoup de temps et pas non plus de le faire tous les jours ; là aussi j'aime bien ce que propose MC Berthelin<sup>22</sup> : moi et mes proches ; moi et le monde (pour ne pas rester étriqué sur son petit monde) ; Dieu et moi.*
- *En réunion de CL l'accompagnateur nous a parlé de DESE (discerner, évaluer, soutenir, envoyer). Je l'associe à l'aide au discernement qui avait été proposé à certains membres de la CL mais cet exercice ne s'est pas réalisé.*
- *Le discernement en équipe : c'est difficile pour moi, voire impossible de penser mettre sous le regard de l'équipe un choix d'orientation pour ma vie future. Je le ferais plus facilement en retraite avec un accompagnateur qu'à l'équipe CVX car on ne se connaît pas assez.*

#### Les appelés sont souvent freinés par manque de temps ou d'aptitudes

Face aux appels reçus, les difficultés ne manquent pas, bien qu'elles soient de natures différentes. Au premier rang des freins, les compagnons évoquent le temps disponible, qui s'avère de plus en plus rare ou nécessite en tous cas des renoncements à d'autres activités pour prendre en charge une responsabilité. Mais plus profondément, répondre à un appel implique des compétences ou des aptitudes dont on peut se sentir dépourvu avec la culpabilité qui peut en découler, soit celle de ne pas sentir « capable », soit celle de ne pas répondre à un appel.

- *J'aurais bien continué mais ça me prenait beaucoup, surtout le soir.*
- *Mes freins c'est l'agenda ... Se rendre disponible.*
- *J'ai 4 enfants de 11 ans à 4 ans ; j'ai donc un temps très contraint ; du coup, prendre une journée c'est difficile ; les réunions le soir, en CL quand c'est une fois par mois on peut prendre le temps.*
- *Pour être très claire, il y a un an j'avais commencé à dire c'est lourd mais à l'époque comme on annonçait le changement d'équipe et qu'on venait de changer d'accompagnatrice, ce n'était pas opportun de*

<sup>20</sup> Dans les paroles recueillies, il est surtout question des appels issus de la CVX, ce qui n'est guère surprenant dans la mesure où la question de départ était centrée sur les exercices. On peut également ajouter que les entretiens ont eu lieu en 2016. Depuis lors, l'accent a été mis fortement dans notre région sur les « lieux de présence » de chacun. (Cf. journée régionale du 18 février 2018). Il est probable que si les interviews se refaisaient aujourd'hui, nous recueillerions des paroles plus diversifiées ou plus ouvertes sur l'acception du terme « serviteur ».

<sup>21</sup> La démarche : Discerner, Envoyer, Soutenir, Evaluer en communauté locale (DESE) est spécifique de la CVX.

<sup>22</sup> Marie-Claire Berthelin, Sœur de La Retraite vivant près de Nantes, anime régulièrement des retraites dans de nombreux centres spirituels en France : Penboc'h, Saint-Hugues de Bivier, Hautmont, etc... et a écrit dans la Revue Vie Chrétienne : « La décision de vivre » (n° 464), « Guetteurs d'humanité : guetteurs de Dieu » (n°532) et « Prier dans l'instant » (n°553).

*changer de responsable, pour moi, le temps qui serait dégagé, je pourrais l'investir pour me faire grandir, par exemple dans des lectures.*

- *On a toujours l'impression qu'on n'en fait pas assez ; se sentir jugé, c'est ce qu'on ressent ; les « nouveaux » on ne se sent pas à la hauteur.*
- *Devoir, application, correction (rires)... Pas la note, je veux dire, mais c'était ça...*

#### **Il est non moins difficile d'appeler, cela suppose de sortir du cercle étroit**

L'appel est un élément constitutif de l'ADN de la CVX mais, curieusement, alors qu'on aurait pu penser que les réticences principales viendraient des « appelés », les propos des compagnons ouvrent un aspect à première vue, insoupçonné des difficultés, celles qui se présentent aux « appelants ».

Il s'agit de sortir du « cercle étroit », faute de quoi, les appels peuvent être ressentis comme des formes de cooptation et perçus comme une distinction entre nouveaux et anciens. Au niveau de la forme cela suppose d'inventer des modalités plus souples, telles qu'elles ont pu être pratiquées dans notre communauté<sup>23</sup>. Sur le fond, il s'agit d'appeler de manière plus mixte et largement ouverte à tous, chacun à sa mesure en partant du principe que tous ont des talents à offrir. Ce regard bienveillant posé sur les autres est essentiel, il donne un sentiment de confiance et confère la reconnaissance dont chacun a besoin tout en aidant également à une meilleure connaissance de soi et de la volonté de Dieu dans sa vie, pour le bien du monde.

- *Il faut diffuser très largement les services, proposer des services sans trop d'exigences sinon demander un engagement sincère et honnête.*
- *Le fait de mêler, créer des mélanges, mixer, entre ceux « qui savent » et les autres, après ce n'est sans doute pas facile ; peut-être proposer de co-construire les journées spirituelles ? Car tout le monde a quelque chose à apporter.*
- *Il faudrait trouver une manière un peu plus moderne de le faire pour que ceux qui ne font pas partie de « l'élite » ne ressentent pas cet entre-soi.*
- *Dans une équipe c'est un peu toujours les mêmes sur qui retombe les services ; il y a par exemple ceux qui savent et vont pouvoir me faire du bien ; c'est toujours un peu les mêmes qui préparent les journées spirituelles, un petit groupe qui sait. Pourtant je pense que tout le monde a des compétences.*
- *Il y a plein de gens que je ne connais pas dans la communauté, parce que je n'ai pas tellement le temps d'aller aux journées régionales mais surtout il, y a en moi un petit truc qui n'a pas envie d'y aller car je ressens un entre-soi.*
- *Récemment on lui a dit que ce serait bien que ça tourne (i.e. la fonction de responsable), elle y serait bien restée, ça a dû être dur pour elle.*
- *Certes je suis bizut, ça a un aspect rafraîchissant et surprenant au début, après moins.*
- *La cooptation je trouvais ça compliqué : le petit conseil des « élus » c'était très gênant il faut ouvrir.*
- *En fait c'est un problème de reconnaissance ; c'est partout pareil pour être intégré il faut être reconnu, dans la société, au travail.*
- *J'aime bien ce principe que chacun a des compétences, des choses à apporter mais c'est sans doute compliqué d'aller chercher chacun ?*
- *On n'est pas « plus » que les autres mais c'est plutôt comme si on était sur un chemin de montagne, il y en a qui sont partis un peu plus tôt mais on va tous vers le même but même si on n'est pas tous au même stade, ce n'est pas une course.*
- *Je crois que tout le monde a des compétences ; même les plus jeunes ont envie de s'engager.*

#### **Appeler, être appelé, quelle chance !**

Ceux qui ont répondu à un appel ou se sont engagé dans un service en ont ressenti une grande force intérieure au point qu'elle a pu faire dire à certains « si tu es appelé il faut prendre ». En effet, l'appel à servir est une opportunité, pour élargir sa connaissance de la communauté en donnant des occasions de rencontres et

---

<sup>23</sup> Post-it lors de l'assemblée régionale par exemple

d'ouverture à différents niveaux. Cela peut aussi permettre une découverte en profondeur du sens des mots employés dans la communauté, car le langage de la CVX peut parfois paraître un peu jargonnant.

- *En fait assez rapidement, on m'a proposé d'être déléguée jeunes, ça m'avait permis d'aller sur Paris rencontrer d'autres délégués jeunes et puis on avait fait avec la région Grand Ouest, avec Angers un ou deux WE, ça m'a donné d'emblée une dimension un peu nationale de la CVX. Et puis plus tard la préparation du congrès de Lille, où les jeunes devaient préparer une soirée festive. Je pense que c'était important pour moi ... Et comme c'était un anniversaire ignacien, ça rassemblait toutes les aumôneries et même étrangères...*
- *Je vais aux réunions régionales car je suis responsable au niveau de mon équipe et du coup, je suis plus impliquée.*
- *J'ai été chargée d'une équipe d'accueil et ça s'est très bien passé et puis ensuite j'ai été accompagnatrice d'une équipe pendant 7 ans et j'ai beaucoup aimé ; quand on est accompagnatrice il faut se plonger dans les textes, le contenu.*
- *La responsabilité m'a boosté le WE de formation m'a beaucoup intéressé.*
- *J'ai suivi une formation à l'accompagnement au Haumont ; ce service m'a obligé à plonger dans les exercices ; ce que veulent dire nos mots CVX dans le quotidien d'aujourd'hui : principes et fondement, consolation, désolation ... ; quand tu arrives à être « indifférent » au sens ignacien du terme (i.e. au vocabulaire employé), tu découvres que c'est super : louer, servir, respecter...*
- *On l'a fait une fois en WE responsable ... goûter les Evangiles en s'imaginant dans le lieu... Tu prends la place d'une personne, d'un objet.... Et ça donne beaucoup de saveur aux évangiles, qu'on n'a pas le temps de pratiquer dans une prière lors d'une réunion de CL, parce que c'est un peu trop long... Je trouve, c'est un émerveillement à chaque fois, on découvre des textes... j'ai trouvé que c'était un moment savoureux ça.*

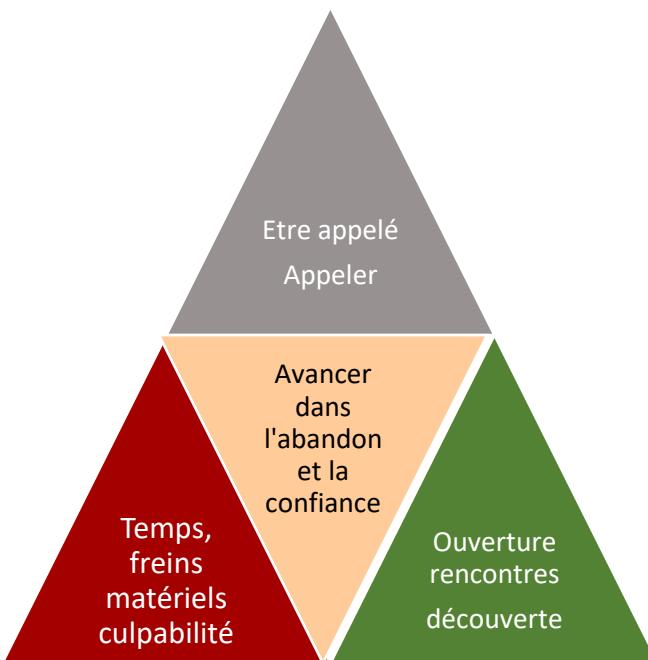
#### Aller de l'avant dans l'abandon et la confiance

Un appel repose sur la décision de faire confiance à quelqu'un et favorise la reconnaissance, à l'image de la reconnaissance du Seigneur pour chacun de nous « tu as du prix à mes yeux »<sup>24</sup>. L'attitude de fond, aussi bien pour l'appelé que pour l'appelant, repose sur la confiance. Quant à l'engagement, il peut être déterminant pour un changement de perspective et va souvent de pair avec un chemin de croissance. Il constitue parfois le déclencheur pour une plus grande implication.

- *J'ai été une première fois responsable il y a 7 ans et j'ai trouvé que c'était vraiment un cadeau que me faisaient mes compagnons...*
- *On m'a proposé une responsabilité de responsable et j'étais à un stade où soit je partais, soit j'acceptais ; j'ai décidé de jouer le jeu et même si je me sens pas mal décalé (i.e. sur le plan spirituel) ; on en a parlé et du coup ce n'est pas grave si on le sait ; il y en a plusieurs qui m'ont dit que j'avais changé.*
- *La spiritualité est plus vivante quand tu es dans le service ; quand tu restes « simple » compagnon, c'est plus difficile de s'impliquer ; dans un service, par honnêteté, on se sent obligé de se dire « j'arrête de tout critiquer ».*
- *La première année, j'étais tout le temps en train de dire « ça ne va pas du tout, je ne comprends rien » et puis à un moment je me suis dit ou tu décides d'arrêter ou bien tu y vas.*
- *Au début je me suis retrouvée seule avec 12 personnes (équipe découverte), je me sentais incompétente mais je me suis dit puisqu'on m'a confié ce service je peux y arriver et j'ai essayé de ne pas chercher midi à 14h et je vois que tous sont restés en CVX.*
- *Je l'ai constaté chez moi et chez d'autres, le service c'est une chance à donner.*
- *Une personne responsable de notre équipe, on l'a vu grandir étonnamment pendant son service.*
- *Dans le service responsable de CL, ce n'est pas vieux, je me sens bien ça m'a fait voir que j'étais perçue autrement par les autres membres de la CL [...] la confiance reçue c'est dynamisant.*

---

<sup>24</sup> Isaïe 43, 1-7



## POUR UN AUTRE REGARD

Jusqu'à présent, nous n'avons guère parlé du sujet central des exercices alors que la réflexion entreprise était censée être focalisée sur ce sujet. Ou paradoxalement, nous n'avons parlé que de cela car, si notre hypothèse de départ est juste, ou du moins si nous avons bien entendu nos compagnons nous disant qu'il s'agit d'un « tout », nous en avons abordé les différentes aspects<sup>25</sup>. Ce détour analytique a permis d'enrichir la réflexion et l'on peut même penser que nous sommes à présent en mesure d'aborder les exercices de façon nouvelle.

## LES EXERCICES, source de notre spiritualité

« *Parmi ces sources universelles, nous considérons les Exercices Spirituels de saint Ignace comme la source spécifique et l'instrument caractéristique de notre spiritualité* »<sup>26</sup>.

Les exercices, une multiplicité de pratiques mais un consensus sur plusieurs points

Lorsque les compagnons nous parlent des « exercices », ou par extension de retraites selon les exercices, cela semble recouvrir une multiplicité de pratiques avec des représentations variées, cependant trois éléments semblent faire l'objet d'un consensus :

**Le retrait sur une certaine durée**, pouvant recouvrir une très grande diversité de formules, allant des retraites dans la vie par exemple à des retraites par étapes s'étalant sur plusieurs années. Cependant toutes ces formes de retraites marquent en tous cas une rupture avec la vie quotidienne. Quant à la durée, la retraite de 30 jours semble souvent ressentie comme un « graal » qui ne peut être atteint que par quelques élites, la plupart se disant « ce n'est pas pour moi ». En effet, peu d'entre nous ont eu l'occasion et/ou la possibilité de se retirer 30 jours.

- *Un temps pour faire retraite (se retirer), une notion de durée.*
- *Prendre du temps pour expérimenter le goût de la prière.*
- *Faire un temps d'arrêt, un temps de souffle pour se revivifier.*
- *Il faut accepter d'investir du temps en vacances sachant que ce n'est pas du repos.*

<sup>25</sup> Ainsi, pour ne prendre qu'un exemple, dans la prière d'alliance, il était question de relecture, tout comme dans l'accompagnement et dans le second tour des réunions de CL.

<sup>26</sup> Principes généraux

- *Je n'ai pas fait les 30 jours mais j'ai fait plusieurs retraites jusqu'à une dizaine de jours et plusieurs fois une semaine (3 ou 4 fois) pour des choix ; je suis donc familier mais les dernières ne sont pas très récentes.*
- *Dans les années 70 j'ai commencé par un WE d'initiation, plus deux fois une semaine et ensuite un grand blanc avant de recommencer des retraites à la carte : 5 jours à Penboch, deux fois une semaine à St Hugues, 10 jours à Penboch, plus une retraite dans la vie à Nantes sur 3 mois.*
- *Ce qui m'a aidé : le fait d'y aller progressivement : on a commencé avec mon mari à faire 3 jours et à proximité de chez nous ; il ne faut pas se lancer tout de suite dans les 5 jours ou les 8 jours.*
- *Entre mes 4 retraites, il y a eu une progression, un chemin, comme un collier de perles qui s'enfilent ; les 3 premières c'était la même accompagnatrice, très bien, qui était dans la demande que j'avais posée. Il y a eu une vraie cohérence entre ces différents temps et quand je suis allée à Penboch, j'ai eu la réponse qui tournait autour d'un choix de vie mais c'est parce que j'avais bien « déblayé » dans les 3 premières semaines ; bref les 4 semaines n'étaient absolument pas coupées ; Et de plus je suis toujours dessus, en prolongement de ces orientations.*
- *Les 30 jours ça m'effraie un peu ; dans mon imaginaire, c'est réservé à des « pro » de la spiritualité. J'aurais eu peur de faire les 30 jours ; aujourd'hui je pourrais volontiers refaire 7 jours, 30 ça me fait peur même si dans ma vie future j'espère le faire un jour ; comme si dans ma vie d'aujourd'hui je ne m'accordais pas cette possibilité.*

**Le silence, comme exigence et à la fois opportunité**, constitue un deuxième aspect fortement mis en avant, pouvant parfois soulever de fortes appréhensions et tout à la fois attirer, comme une expérience nouvelle tant celui-ci est généralement réduit à la portion congrue dans nos vies quotidiennes.

- *Le désir, la peur d'être face à soi-même, peur de l'inconnu. Peur de s'arrêter sur soi-même sur sa vie ... Même Dieu peut faire peur, se retrouver seul et en silence.*
- *J'étais aussi effrayée par le silence en me demandant si je pourrais le supporter et en fait ça n'a pas été difficile, au contraire, je suis bien rentrée dedans et ça m'a apporté beaucoup.*
- *Contrairement aux retraites « marcher-prier » que j'ai pu faire et où on avait des temps de parole entre nous j'ai préféré les retraites en silence où le cheminement du groupe était repris lors des temps de groupe, temps où l'on recevait une parole qui semblait nous être adressée directement. Pour moi c'est important le silence en retraite.*
- *J'ai fait des temps de retraites en silence à Landevennec pendant une semaine avant le bac ou après le bac.... Le silence, cela ne me posait aucun problème.*
- *Le seul temps silencieux que j'ai pour moi c'est mon trajet de voiture pour aller au boulot sinon, il y a toujours les lessives, les bidules pour les enfants ; du coup, une retraite silencieuse ce serait super.*
- *J'aurai plutôt tendance naturellement à aller vers une retraite et à fuir le monde parce que le silence ne me fait pas peur. Le côté me mettre à l'écart n'est pas inquiétant, c'est même plutôt apaisant....*

**La rencontre avec la Parole, donnée par l'accompagnateur**, est l'aspect véritablement essentiel de cette expérience et le troisième aspect que les compagnons affirment fortement.

- *Une occasion de me poser, d'arrêter l'agitation de ma vie pour réfléchir à ce que je vis, à la lumière des textes de la Parole de Dieu.*
- *La prière de la Parole de Dieu en y consacrant un temps plus long.*
- *Pour moi, les exercices spirituels ne peuvent qu'être en lien avec la Parole de Dieu, qu'avec la manducation de la Parole.*

#### Des freins démultipliés

Par rapport aux difficultés évoquées dans la vie de disciple, compagnon et serviteur, ceux auxquels on doit faire face pour suivre une retraite sont les mêmes, en particulier celui de l'accompagnement mais avec semble-t-il un degré plus élevé du fait de la plus grande intensité que cela suppose, sans compter d'autres freins liés aux exigences qu'impliquent ce temps de retrait, en termes financier notamment car cela suppose un certain budget.

- *Ce que ça évoque pour moi, la notion d'effort un peu aussi la notion de retrait.*
- *C'est très exigeant, cela demande du temps personnel.*
- *Ça demande énormément d'énergie car dans la plupart des retraites il y a 3 ou 4 oraisons par jour, plus une relecture, plus un accompagnement ; c'est donc un moment où je ne suis plus maître de mon temps, qui n'est pas reposant : le fruit est là mais il faut aller le cueillir. Il faut accepter d'investir du temps en vacances sachant que ce n'est pas du repos.*
- *Une fois commencé la retraite, il faut rentrer dans le rythme de prière demandée.*
- *Le coût : ça peut être un budget de vacances familiales.*
- *Ça peut être assez cher d'y aller ; ça prend du temps.*
- *Je n'en ai pas fait, car le côté matériel, qui ne pose pas de problème pour l'oraison quotidienne, là peut être un problème.*
- *Comment faire passer ce type d'exercice sur l'agenda et aussi financièrement. Ce type de priorité ce n'est pas encore naturel et évident mais il n'y a pas de « blocage ».*

**L'accompagnement** peut être vécu comme une opportunité mais il peut aussi susciter des appréhensions, les mêmes que celles relevées pour l'accompagnement dans la vie. Le livret<sup>27</sup>, fait parfois l'objet de représentations peu précises ou peu explorées qui ajoutent à la difficulté ressentie. Il peut en effet rebouter par son langage, même s'il revient à l'accompagnateur de le traduire en mots accessibles pour guider le retraitant au rythme qui est le sien.

- *Pour moi il y a toujours une notion de donner les clés de son intérriorité à quelqu'un d'autre ; C'est le principal obstacle pour moi à faire une retraite ignacienne.*
- *Lorsque j'ai retrouvé cette spiritualité dans la CVX, ça m'a irrité de ne pas pouvoir aller boire à la source par moi-même mais d'être obligé de dépendre d'un tiers.*
- *L'accompagnement m'effrayait ; lorsque je me suis inscrite il fallait dire si l'on souhaitait un accompagnement ; ça ne m'avait pas été expliqué ; je ne savais pas en quoi ça consistait et surtout en quoi c'était aidant.*
- *Je m'étais acheté le petit livre des exercices mais j'ai bloqué assez vite .... Je pense qu'il me faut un temps plus long, que je ne me suis pas forcément donné, pour vraiment travailler le sujet...*
- *On ne m'a pas proposé de suivre le livre des exercices mais on m'a donné des textes à méditer en situant le contexte de l'extrait avec une demande à formuler en début de prière ; je ne sais pas dans quel sens ça a été pris, c'est l'accompagnatrice qui m'a guidée ; ça faisait partie de l'acceptation, si je prends une image, ce serait celle d'une barque où j'étais et dont elle avait la barre.*
- *Le livre, on ne le met pas dans les mains de tout le monde ; Le texte, je ne le mettrai pas entre toutes les mains ; les jésuites sont très attachés au texte d'Ignace ; il y a eu quelques traductions mais qui restent très proches des origines et fidèle à l'esprit d'Ignace mais nous on peut le traduire en mots plus accessibles.*
- *Je crois que j'avais lu le petit bouquin, ça ne m'a pas paru hyper ardu ; je m'étais laissée guidée. Il y a eu vraiment des moments durs mais au final ça a été très fructueux. Je ne l'ai plus fait depuis quelques années.*

**Seul-e en face de soi-même**, du fait qu'il s'agit d'une démarche personnelle, sans l'aide des compagnons. Cet aspect est fortement mis en avant, il représente sans doute l'aspect le plus exigeant, car on se trouve là sans le soutien maintes fois mentionné que procure la situation de compagnon, permettant de recevoir appui et soutien. Partir en retraite dans des lieux qui ne vous sont pas familiers peut susciter une certaine appréhension pour s'y affronter seul. Mais surtout, à un niveau plus profond, il peut s'agir de la peur de se retrouver confronté-e à son intérriorité.

---

<sup>27</sup> Ce livre a une particularité : il ne s'agit pas d'un livre qu'il suffirait de lire pour en saisir le contenu. La Préface rédigée pour la première publication en 1548 précise : « ce n'est pas pour ceux qui doivent seulement lire les exercices, mais pour ceux qui doivent les faire, ou plutôt, qui doivent les donner à d'autres, qu'une telle peine et un tel soin ont été dépensés ». Ce livre ne peut donc en aucune façon se comprendre en dehors de la relation singulière qui s'établit entre celui qui donne les exercices et celui qui les reçoit.

- *J'ai appris après quelques temps qu'une compagne de mon équipe avait fait une retraite. Si j'avais su cela m'aurait boostée davantage pour y aller et je n'aurais pas été seule*
- *Je pense que ce qui reste quand même toujours un peu aussi, c'est : si j'y vais, qu'est-ce que Dieu va me demander... où ça va aller.*
- *On est pris par le « bruit » et au début d'une retraite on est pris d'assaut par les préoccupations quotidienne qui reviennent avec force, c'est phénoménal dans le silence ; ça revient au galop : des trucs que tu rates, des pardons à poser et quand le bruit s'arrête ça revient.*
- *Je n'ai donc pas d'appréhension pour des retraites, en plus j'ai vécu beaucoup de retraites différentes, je n'ai pas la peur du silence mais plutôt la peur d'une sorte d'engrenage dans lequel je vais mettre un bras : si je lâche prise, que peut-il advenir ?*
- *Mes réticences ne tiennent pas à des questions matérielles car l'été j'aurais le temps de les faire (enseignante) mais c'est plutôt des réticences par rapport à ma capacité à tenir, pas vraiment dans le silence car cela ne me fait pas peur mais plus que dans le silence dans une profondeur à moi-même.*

#### Le « tiraillement » de l'être social

Mais incontestablement, l'impact direct sur la vie familiale et/ou sociale constitue l'obstacle le plus important. Cet aspect nous a été fortement révélé par les paroles de nos compagnons, très abondantes à ce sujet. Cela semble parfois de l'ordre de la quadrature du cercle que de trouver du temps disponible dans un agenda très chargé, mais surtout cela révèle une contradiction entre le fait d'entreprendre une démarche « individuelle », alors même que l'on est fortement inséré dans des liens familiaux et sociaux. En effet, décider de partir en retraite consiste à choisir un bien pour soi-même en prenant du temps pour se mettre à l'écoute de la Parole de Dieu mais c'est aussi en retirer à ceux qui vous sont proches et pourraient alors pâtir de ce choix. Celui-ci ne peut donc être sereinement envisagé que s'il est également bénéfique pour ses proches.

- *Mais la mise en œuvre est difficile puisque je travaille beaucoup, toujours le samedi et parfois le dimanche et les enfants sont encore jeunes.*
- *Je travaille un WE sur deux, j'ai besoin de me ménager du temps avec mon mari et notre fils. Mon mari travaillant beaucoup du lundi au samedi, si je lui disais que je veux partir un WE, lui ne l'entendrait pas. Donc je ne franchis pas le pas pour le moment.*
- *J'ai deux enfants de 8 et 6 ans qui m'occupent bien ainsi qu'une vie professionnelle à plein temps, du coup je ne peux pas prendre quelques jours tous les ans.*
- *Y aller seule ? Je ne suis pas avec les autres membres de ma famille, ça se rajoute.*
- *La vie professionnelle et familiale, c'est quelque chose dont il faut tenir compte... C'est important de prendre du temps pour soi et pour son cheminement mais... moi en gros je suis partie 12 heures par jours, je ne me voyais pas prendre une semaine de congé pour moi, pour les exercices.*
- *J'étais effrayée par le fait de quitter la maison ; j'avais de jeunes enfants et je ne voyais pas du tout comment faire.*
- *Les freins pour partir pour vivre une retraite, c'est de l'ordre organisationnel vu que je suis en période active ; Le souci de disponibilité entre famille (petits-enfants), conjugalité et travail ; Difficile de partir une semaine sur mon temps de vacance.*
- *Naturellement, partir pour moi en retraite, c'est gérable, pour moi je n'ai pas de peur, c'est plus que je me dis que c'est bien pour moi mais qu'il faut que ce soit aussi bon pour les autres ; La programmation d'un temps comme ça, il faut l'anticiper dans le planning familial. En pratique je sais que mon mari peut l'accepter et que les retombées pour la famille seraient positives... mais il y a un tiraillement. .... Surtout qu'en semaine vraiment on se croise ... Consacrer un temps de vacances, à la limite, mais j'ai besoin que pendant ce temps-là ce soit un temps heureux pour eux aussi. Mais ça pourrait se faire je pense. C'est une question de motivation. Rien que le fait de dire que pour moi c'est quelque chose d'important et que j'ai besoin de ça, c'est du positif aussi pour les filles.*
- *Je n'avais pas trop de plan, pour l'été ; je me disais que ce temps au milieu de l'été, je ne pouvais pas trop l'imposer à la famille, finalement mon mari avait une randonnée avec des amis et leurs fils pour la semaine et ça a pu coïncider.*

#### Une retraite marque souvent un « avant » et un « après »

Pour tous ceux qui ont pu surmonter les obstacles évoqués, la retraite constitue en général un moment extrêmement marquant, de l'ordre de la conversion. Les fruits qu'ils retirent de ce temps consacré à l'écoute de la Parole de Dieu sont ceux d'une vie plus unifiée qui se traduit par plus d'efficacité dans les lieux où l'on se trouve engagé, avec aussi une dimension de « consolation » ou de joie profonde en se sentant accordé au plus juste de son désir intime, d'une manière que l'on ne connaissait pas avant, avec un effet durable et un désir de progression. Quand on y a goûté on a envie d'y retourner, on pourrait presque dire avec humour que suivre les exercices serait « addictif » car ce ressourcement entraîne souvent un désir de progression.

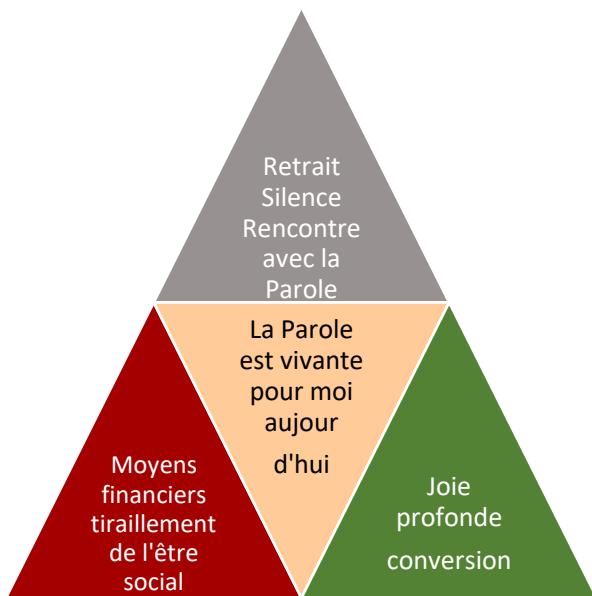
- *C'est pour plus de vie ; une retraite basée sur les exercices ça fait reprendre souffle.*
- *A chaque fois j'en suis revenu différent ; ça laboure profondément.*
- *Et puis je rentre bien regonflé par un temps fort spirituel...*
- *J'ai vécu quelque chose de très fort, J'ai ressenti un avant et un après. J'ai vraiment mis le doigt sur un point de vigilance dans ma vie et en relation aux autres. C'était important pour moi que je fasse cette expérience dans la mesure où j'accompagne des personnes ; c'était bon pour moi dans l'engagement que j'avais.*
- *Une retraite ça peut être aussi une consolation et le fait d'être redynamisée comme je viens de le vivre.*
- *A la suite de cette première retraite je me suis dit, il faut que je continue à la prière de la Parole de Dieu en consacrant un temps plus long.*

#### Une parole vivante pour moi aujourd'hui

L'expérience d'une Parole qui devient vivante, c'est-à-dire ajustée à mon parcours pour m'indiquer la voie qui est la mienne et me donner la force pour la suivre à condition d'accepter un décentrement de soi-même pour se laisser rejoindre, « travaillé » par cette Parole. Cela conduit alors à une liberté intérieure et une joie profonde. Il est frappant de constater l'importance du verbatim recueilli à ce sujet :

- *Moi ce qui m'a toujours frappé dans une retraite selon les exercices, c'est de se sentir rejoint par le texte : avoir d'abord un échange avec l'accompagnateur, qui va ensuite donner un texte au point où on en est, je pense que l'expérience fondatrice, c'est ça ; D'abord un temps où l'on est écouté, pour ensuite, à partir de ça, recevoir un texte. Je pense que c'est assez éblouissant ; enfin, la parole est vivante et on va partir aujourd'hui de façon différente d'hier. Ça nécessite d'avoir un échange face à face.*
- *Cela m'a permis d'approfondir la prière d'oraison mais pas tout de suite ; ça m'a montré que l'Évangile avait à voir avec ma vie d'aujourd'hui.*
- *J'ai le sentiment qu'on peut se mettre en lien avec la Parole qu'Elle est vivante et qu'Elle peut nous rejoindre ; des passages qu'on a besoin d'entendre.*
- *Ce qui me plaît particulièrement dans les exercices, c'est que c'est ajusté à mon chemin personnel. Par exemple, une parole donnée par l'accompagnateur sur le consentement au réel m'accompagne toujours depuis 2009. Elles me donnent l'occasion de voir que les exercices s'incarnent dans le quotidien, sont liés au concret, au consentir, au réel.*
- *Ce que j'apprécie énormément : le texte qui m'est donné correspond avec ce que je suis en train de vivre. C'est pour moi très positif, ce à quoi chacune est appelée est différent, par exemple avec le même texte à prier qu'une amie, j'étais appelée à plus de légèreté et elle était appelée à plus de sérieux.*
- *C'est un appel à une conversion particulière, individuelle. L'importance pour moi que les textes donnés répondent à ce que je suis en train de vivre.*
- *Au cours de cette première retraite, j'étais accompagnée par un jésuite. Il m'a donné beaucoup de liberté en partant de là où j'étais et c'est ce qui m'a plu, c'est cette liberté. Il s'est laissé déplacer pour s'adapter à ce que j'étais dans le cadre des exercices. Des exercices à la carte, au niveau du discernement ça été fort.*
- *Et en fait c'est le modèle... suivre le Christ, dans ce que je perçois des exercices, c'est vraiment chercher ce que le Christ aurait fait à ma place... oui peut-être le mot suivre, disciple... En fait, pour moi, c'est vraiment le chemin. Quand on est en chemin, savoir où on en est entre le passé et se tourner vers l'avenir... Lâcher pour suivre quelqu'un.*

- *Durant 2 ou 3 jours au début, il faut que la tempête se calme et on a du mal à faire de la place pour qu'enfin La parole nous rejoigne ; que les trucs pas essentiels s'effacent et qu'on aille chercher « ce qui nous fait vivre ».*
- *Arriver à expliquer que le Seigneur fait le travail, c'est Lui qui vient à notre rencontre.*
- *Cela demande un travail de ma part et puis se laisser travailler.*
- *Je me sens conduite dans le vaste plan du salut proposé par Dieu, manifesté en Jésus-Christ, presque comme embarquée et mon histoire devient une histoire « sainte ».*
- *Il y a un chemin qui se crée, pour chacun en fonction de quel a été son désir et nous serons touchés dans la retraite par un Christ de joie ou la joie de recueillir une de ses attitudes.*

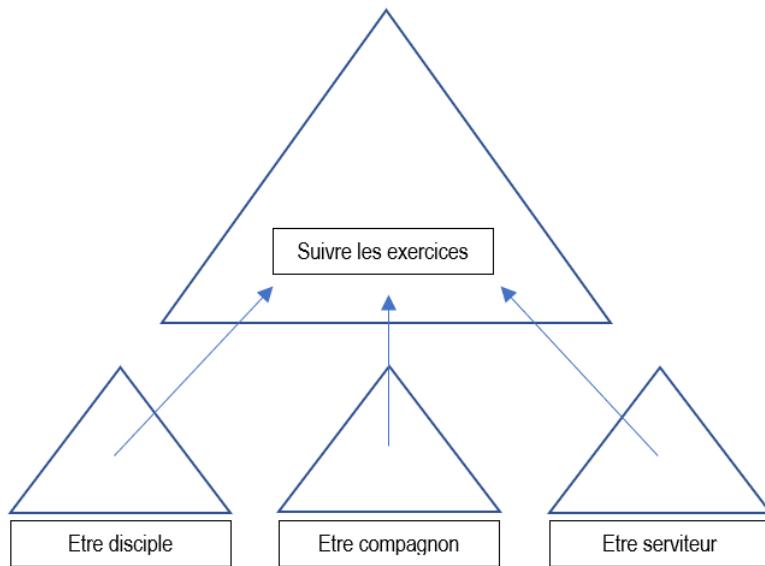


### Une pédagogie ignatienne de la liberté intérieure

Cette démarche nous a permis de dessiner, par touches successives, une photographie plus précise de ce que vivent les compagnons en CVX. Cela nous permet de proposer un nouveau regard sur ce cheminement, qui sera présenté dans les paragraphes suivants.

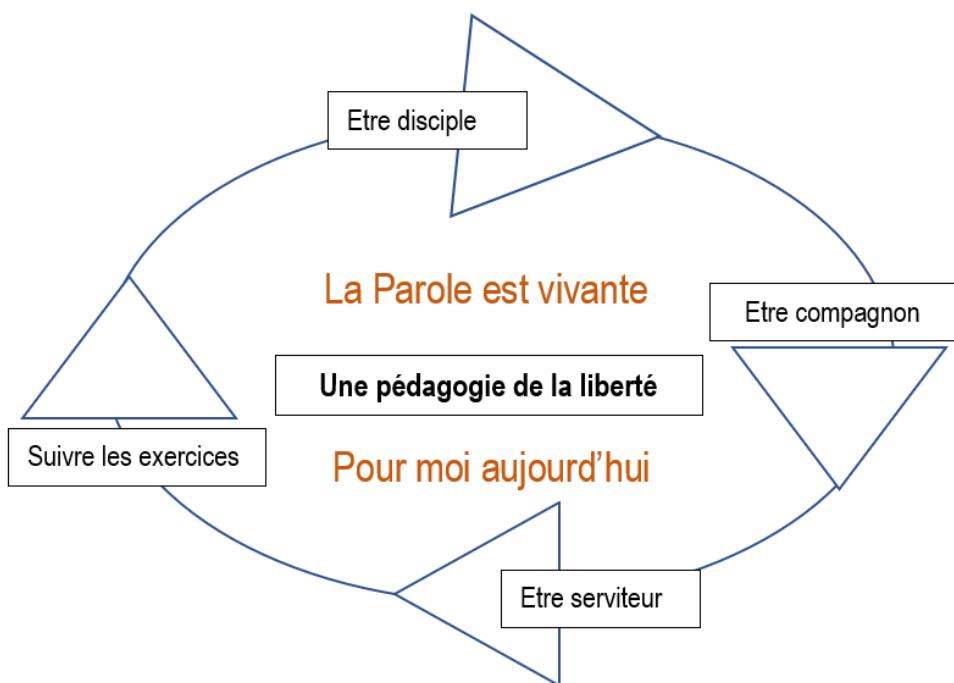
#### *La retraite selon les exercices, la pointe de la spiritualité ignacienne*

Si nous n'avions pas suivi les compagnons nous invitant à faire le détour par leur communauté locale, nous aurions sans doute dessiné un schéma positionnant les exercices comme la quintessence de l'expérience proposée par Ignace selon un schéma pyramidal, qui aurait pu être le suivant.



*Les différents moyens de rencontrer le Christ sont déjà donnés*

A l'issue de ce parcours, nous sommes en mesure de reformuler l'hypothèse de départ en disant que les différents moyens de rencontrer le Christ nous sont donnés et proposés de manière unifiée dans les différentes attitudes de la CVX. La Parole vivante est au cœur de chacune d'elles, avec la liberté qu'elle nous confère. Le cheminement de pèlerin, unique pour chacun, serait donc plutôt de l'ordre de la spirale. Le schéma suivant, quoique réducteur comme le sont toutes les tentatives d'illustration, peut en donner une illustration.



### *Un déplacement infime du regard, des implications pratiques conséquentes*

Les trois attitudes de l'être chrétien, déployées à la manière de la CVX, participent déjà à la dynamique des exercices, qui à leur tour permettent d'approfondir la façon d'être disciple, compagnon, serviteur. Ce nouveau regard, auquel nous a conduit notre réflexion constitue un déplacement, certes minime et sans doute « évident » pour les compagnons, même s'ils ne l'auraient pas spontanément exprimé ainsi. Il n'en reste pas moins que ce nouveau regard peut avoir des répercussions pratiques importantes si l'on s'en empare<sup>28</sup>.

## DE NOUVELLES PISTES POUR PRENDRE SOIN

Le parcours que nous avons fait, en suivant au plus près les paroles des compagnons et en nous laissant interroger voire bousculer parfois, a consisté à organiser et structurer cet ensemble foisonnant pour y débusquer le sens qu'elles recèlent. Relevons deux points essentiels :

- **La centralité de la CL.** Le résultat de ce parcours va au-delà d'une description car elle permet de proposer une réinterprétation de ce qui est vécu à propos des exercices de Saint Ignace. Ce nouveau regard nous invite à reconsiderer la communauté locale comme le lieu privilégié pour réduire l'appréhension vis-à-vis des exercices en l'ordonnant plus volontairement dans cette la dynamique.
- **L'importance de tenir compte des « fruits » recueillis mais aussi les « entraves ».** Notre réflexion nous a permis une identification plus précise des leviers sur lesquels s'appuyer pour proposer les exercices mais aussi des obstacles à lever dont on parle moins souvent alors que ces « non-dits » sont pourtant largement partagés.

Sur cette base, des pistes peuvent être tracées à partir d'une représentation plus précise de ce que vivent les compagnons à l'égard des exercices. Des points d'attention peuvent être cités pour accompagner la croissance à laquelle chacun aspire, selon son propre chemin, à son rythme et selon son désir profond. Celles-ci concernent en premier lieu la CL, mais elles peuvent être efficacement relayées à d'autres niveaux, en particulier celui de l'ESCR. Nous en citons quelques-unes dans les paragraphes suivants mais elles ne sont sûrement pas exhaustives et/ou méritent en tous cas d'être retravaillées et précisées. Il nous appartient ensemble de « tirer les fils » pour prendre soin de la croissance de chacun et de la communauté toute entière.

### La CL, le « cœur » et le levier pour agir

Nous n'hésitons pas à dire que la communauté locale est le lieu premier pour agir car nous avons mis en valeur la continuité entre la vie communautaire et la pratique des exercices spirituels. On imagine parfois qu'il y a un pas très grand à franchir pour s'engager dans une retraite alors que cela peut se jouer, déjà, au niveau de la communauté locale. Cela pourrait être favorisé en tirant mieux parti de la force que constitue le soutien mutuel entre compagnons. On note en effet que les exigences de la vie de CL, ne serait-ce que le rythme des réunions et leur préparation, sont pourtant largement respectés. Certes, cela passe par l'assurance des fruits reçus par les échanges qui nourrissent la vie intérieure de chacun et donne l'envie de revenir à cette source. Cependant, cela ne suffit pas à expliquer cette assiduité qui tient plus profondément à l'engagement mutuel pris les uns à l'égard des autres, « les compagnons comptent sur moi ». A contrario, les exercices alors qu'ils représentent un choix plus exigeant, sont vécus comme une démarche individuelle et tout se passe, le plus souvent, comme si la CL n'était pas concernée par cette décision. Paradoxalement, le soutien mutuel dans ce cas est plus ténu alors même qu'il serait plus nécessaire. Tout l'enjeu serait donc de déployer le « nous » du compagnonnage pour renforcer le « je » et soutenir ainsi la décision de s'engager dans les exercices spirituels.

---

<sup>28</sup> C'est la raison pour laquelle, nous avons eu le souci de réfléchir à des supports et des modalités de communication, variés et adaptés à chaque groupe de personnes concernées. La liste de l'ensemble de ces déclinaisons figure en annexe.

Ce nouveau regard nous invite donc à examiner comment faire un pas de plus en CL pour avoir le souci d'entrer dans cette dynamique. Il y a en effet certainement des façons de vivre le temps communautaire pour mieux soutenir les désirs profonds de chacun et aider à lever les obstacles qui se dressent face au choix de suivre une retraite.

### *Retrouver le chemin de la source intérieure*

Rien d'authentique n'est possible sans un appel du cœur c'est-à-dire un désir profond, dès lors se pose la question de la façon dont la CL est le lieu où donner vie à cette source intérieure. Quelques pistes issues de la richesse du matériel sur lequel nous avons travaillé peuvent être suggérées :

**Exprimer ce vers quoi on a du goût** amène chacun à prendre conscience de son désir et de ses aptitudes, voire à se positionner. Pour cela, le premier pas est la prière d'alliance, la relecture pour donner le goût d'aller voir. Cela passe aussi par une importance donnée à la formulation des pistes de relecture dans les préparations aux réunions de CL. Certaines formes de libellés aident plus que d'autres à repérer les appels et permettre une croissance de chacun et de la CL.

**Témoigner entre nous des fruits que cela apporte.** En effet, ne pourrait-on commencer par là pour sensibiliser à la richesse des exercices et oser dire en CL ce que cela a apporté à ceux qui ont suivi une retraite. Le responsable et l'accompagnateur auraient à cet égard une responsabilité pour donner de l'espace à ceux qui en ont fait l'expérience.

### *Oser appeler*

Parmi les propositions que nous fait la CVX, toutes concourent au même but, celui de notre croissance intérieure, qu'il s'agisse de suivre une retraite mais aussi de participer aux temps organisés par la communauté régionale ou encore d'entrer dans une démarche d'accompagnement. Se pose-t-on assez la question de savoir comment on propose ces différents moyens ?

**Avoir le souci de « nourrir » le lien à l'ESCR.** Accorde-t-on assez de temps en CL pour l'annonce de réunions régionales, en préciser le contenu, donner envie d'y aller et envisager les freins pour mieux discerner ou imaginer la façon de les lever, puis ensuite faire témoigner ceux qui y sont allés pour en partager les fruits recueillis.

**Démystifier l'accompagnement et ne pas hésiter à le proposer** car cet outil reste relativement méconnu comme s'il y avait un non-dit à ce sujet. Le fait de ne pas en parler rajoute sans doute à l'idée que cela est réservé à une élite ou peut contribuer à augmenter les peurs : « qu'est-ce que je vais lui dire ? ». Partage-t-on en CL sur le fait d'être accompagné ou non, à quoi cela sert et pourquoi ce moyen existe ? A-t-on le souci de proposer un accompagnement pour permettre à chacun de faire cette expérience, ou lorsque l'on a l'impression d'un « sur place ». L'interpellation du second tour peut faire bouger les choses, ou bien via le responsable ou l'accompagnateur qui peuvent suggérer un accompagnement. On peut aussi ajouter qu'on ne s'embarque pas dans l'accompagnement « pour toute la vie ». A partir du moment où l'on a atteint une vitesse de croisière, avec une vie de prière structurée et des outils de discernement mis en place pour bien identifier les pièges, il peut ne plus être nécessaire sauf à des moments particuliers, pour franchir un nouveau seuil. Cela peut aussi passer par un travail sur les représentations en faisant ressortir que l'on ne va pas rencontrer un « directeur spirituel » mais un frère et que nous restons responsables de notre liberté.

**S'encourager à aller faire une retraite.** Est-ce que dans la CL on se demande de temps en temps : « où en es-tu ? Le moment ne serait-il pas venu pour toi de faire une retraite ? ». Quelque fois il faut être un peu « bousculé » fraternellement ou encouragé.

### *Prendre en compte les obstacles*

**Eclairer sur les exercices** car il y a parfois un certain flou dans le langage employé mais aussi sur les possibilités existantes. Il peut y avoir des besoins d'éclaircissement car le langage peut-être un obstacle et induire le sentiment de n'être pas dans les clous ou de ne pas faire les choses comme il faut. Indiquer que lorsque l'on parle d'exercices ou de retraites selon les exercices, il s'agit d'une seule et même chose qui peut cependant se décliner

selon de multiples modalités. Rappeler qu'il n'y a pas de formule unique et qu'il n'y a que des démarches singulières.

**Lever les freins matériels ou personnels**, ce qui implique que l'on en ait le souci de proposer des formules adaptées à la réalité de chacun et que la CL puisse regarder cela en portant attention aux difficultés concrètes que peuvent rencontrer les compagnons et réfléchir à la façon de les lever. Cela peut passer par une aide financière à travers des modalités qui respectent l'intimité de chacun, des offres de covoiturage ou même l'organisation d'une retraite à plusieurs, cela peut être un levier pour ceux-celles qui auraient des appréhensions devant l'inconnu.

**Avoir le souci de la personne en tant qu'« être social »**. Comment la CL reconnaît cette personne, insérée dans son réseau de solidarité familiale et sociale, constitutif de sa personnalité et qui la conduit aussi, bien souvent, à un « tiraillement » pour répondre aux appels qui lui sont faits en CVX. Connaît-on bien ce que vit l'autre et comment imaginer des propositions adaptées pour faire en sorte que tous puissent accéder aux exercices ?

### *Se porter mutuellement en CL*

En effet, on ne peut s'empêcher de penser que c'est passer à côté d'un levier important que de ne pas mettre la force mutuelle du compagnonnage en CL au service des Exercices qui constituent pourtant le cœur de notre spiritualité.

**Réserver une réunion de réflexion dans chaque CL autour des exercices** à partir d'une trame de relecture à imaginer, que les membres de l'équipe aient vécu ou non un temps de retraite.

**Proposer une rencontre inter-équipe** avec possibilité d'inviter quelqu'un pour approfondir le sujet.

**Vivre en CL une halte spirituelle** : d'une journée ou d'un WE, ce qui laisserait la possibilité d'imaginer un temps « sur mesure » adapté aux attentes et aux besoins de la CL et de chacun de ses membres. Cela peut être une occasion unique de resserrer les liens au niveau de l'équipe et aussi, selon les formules choisies, de s'associer et de prier avec une communauté qui nous reçoit.

### **L'ESCR, un lieu ressource pour soutenir**

Si la CL est centrale pour s'encourager et se porter mutuellement sur le chemin de la croissance spirituelle, l'ESCR constitue un support indispensable pour aider à actionner les différents leviers que nous avons pu identifier. Plusieurs modalités peuvent être imaginées pour permettre aux CL de porter leur attention sur certains points, de disposer d'outils ou de formations adéquats et de diffuser une culture générale qui intègre mieux ces préoccupations.

### *Informier sur les diverses possibilités offertes*

Un recensement des outils et des différents supports existants, sans prétention à l'exhaustivité, pourrait être fait parmi ceux qui nous sont proposés, notamment dans la revue Vie chrétienne mais aussi parmi les ressources locales.

**La prière quotidienne**, à laquelle nous sommes invités, peut être facilitée par de multiples supports et en particulier par des médias qui ne sont pas forcément connus de tous ou peuvent susciter une certaine appréhension à les utiliser. Pourquoi ne pas recenser les formules existantes, ou au moins les plus connues pour en faciliter largement la diffusion (différents sites, blog application ou temps forts : Notre dame du Web, le site AELF.org pour la Parole liturgique du jour ; le blog du jardinier de Dieu ; prière quotidienne avec la revue Magnificat etc...).

**L'accompagnement**, sait-on qu'il existe un service diocésain à l'accompagnement spirituel, ce qui n'est pas le cas partout. Ce service n'est pas suffisamment connu, chaque accompagnateur devrait avoir des tracts et en diffuser.

**Les retraites** : outre les haltes ou retraites dans la vie proposées par la CVX, il y a un éventail de possibilités offertes, au niveau du diocèse mais aussi plus largement de la région et de la France, dont il serait important d'avoir connaissance. De multiples propositions existent et il ne s'agit peut-être pas d'en augmenter le nombre mais de

les proposer différemment, éventuellement par présentation et une classification répondant mieux aux différents obstacles recensés pour :

- **S'adapter aux contraintes de la vie** et être compatibles avec les engagements familiaux, professionnels, sociaux, en termes de durée, de temps dans l'agenda (le soir, le WE, pendant les vacances...).
- **Rendre les lieux « familiers »** en repérant en priorité ceux qui sont proches de Rennes mais aussi identifier ceux qui offrent des présences religieuses ou encore des espaces spécifiques qui pourront être mieux appropriés selon les goûts ou besoins de chacun.
- **Ouvrir l'éventail des possibles** en faisant état de la multiplicité des formes de retraites qui existent pour s'adapter aux goûts, aptitudes ou talents de chacun. Retraites individuelles ou en groupe, de colorations différentes pour prendre une décision ou sur un thème particulier, reposant sur une autre activité sportive, culturelle, artistique ou autre ...
- **Permettre aux personnes de se retrouver entre « semblables »**, c'est-à-dire avec des personnes vivant la même situation ou partageant le même état de vie qu'eux : couples, jeunes, retraités, grands-parents, divorcés/remariés, célibataires....
- **Inscrire les retraites dans la dynamique des exercices** pour les retraites de 5 à 10 jours et éviter l'impression de « redoubler » indéfiniment la première semaine. On pourrait suggérer de formuler plus clairement dans les propositions l'étape dont il s'agit en fonction de l'expérience qu'ont les personnes.

### *Proposer*

**Des formules « à la carte » en constituant un petit réseau de référents** ou de personnes ressources qui pourraient être mobilisées pour répondre aux demandes spécifiques des CL et qui seraient disposées à bâtir une proposition en fonction de la réalité de la communauté et des personnes qui la composent. Mais cela suppose que les CL soient sensibilisées à formuler des demandes, sachant qu'elles pourront trouver des gens en face pour y répondre.

**Des supports de réunion** : on pourrait par exemple préparer un outil du type fiche-technique pour la préparation d'une réunion de CL centrée sur le sujet des exercices. Le groupe des accompagnateurs pourrait travailler sur la réalisation d'une telle fiche.

**Désigner un « veilleur »,** c'est-à-dire quelqu'un qui est chargé d'avoir ce souci-là, et qui en parle. Cela peut déjà consister à suivre la revue Vie Chrétienne car il s'agit là d'un support de grande qualité que nous n'utilisons peut-être pas totalement.

## ANNEXES

### Retour sur la démarche

Une telle démarche est inédite dans la CVX, du moins à notre connaissance. Nous qui en avons été les protagonistes (une petite équipe de 7 personnes) avons essayé d'apporter notre énergie et notre créativité pour mener à bien ce travail, mais si nous avons tenu sur la durée (2 ans), ceci est essentiellement dû à la joie profonde de travailler au service de la communauté. Et en même temps, l'intérêt et la richesse que nous en avons tiré pour nous même est important, car cette démarche ne nous a pas laissée indemne. Voici comment l'un d'entre nous s'exprime à ce sujet :

J'ai apprécié que par ce petit jeu des post-it au départ<sup>29</sup>, j'ai été invité à quelque chose qui est juste car c'est quelque chose qui part de moi ; j'ai pris goût à me sentir investi d'une mission à la suite de cette forme d'appel.

J'ai apprécié d'entrer dans la perception des différences qui constituent notre communauté (dont témoignent les verbatim). C'était très riche et ça m'a enraciné dans ma manière d'être en communauté.

Je me suis laissé embarqué dans quelque chose que je n'imaginais pas ; cela témoigne de l'exigence que l'on a eu en accordant place à ce qui fait sens et nous n'avons pas fait ça par-dessus la jambe (le fait de se donner du temps)

J'ai apprécié d'être accepté dans l'équipe avec la particularité du regard extérieur que j'apportais

### Constitution de l'échantillon

Nous avons voulu composer un échantillon, le plus proche possible du profil de notre communauté de Haute Bretagne, sur la base des listes à notre disposition et donc suffisamment diversifié sous un ensemble de traits pour garantir une certaine diversité et éviter les « biais » qui auraient pu s'introduire si les profils avaient été trop semblables. Néanmoins, nous avons parfois choisi de surreprésenter légèrement les catégories sur lesquelles il nous paraissait important de mettre le focus, en référence au questionnement qui était le nôtre, en particulier les jeunes<sup>30</sup>.

- **Hommes ou femmes** : avec un quart d'hommes pour trois quarts de femmes dans la communauté de Haute Bretagne, notre échantillon est très proche de ce profil, nous avons voulu néanmoins légèrement surreprésenter la part des hommes, à hauteur de 30% de l'échantillon soit 6 hommes et 14 femmes interviewés
- **Ages** : nous avons opté pour une répartition simple en trois grandes classes d'âges : les jeunes pour ceux qui ont moins de 40 ans et représentent moins d'un cinquième de la communauté ; les « middles », c'est-à-dire ceux qui ont entre 40 et 65 ans, âge choisi parce qu'il s'agit plus ou moins de celui du départ en retraite. Ils représentent 50% de la communauté ce qui correspond au profil de l'échantillon et enfin les « retraités », ici défini par leur âge, même si cela ne correspond pas toujours à la réalité. Ils représentent près d'un tiers de la communauté. Dans ce cas aussi, le profil de notre échantillon est très proche de celui de la communauté de Haute Bretagne, avec cependant une très légère sous-représentation des retraités et donc une légère surreprésentation des jeunes.
- **Situation familiale** : nous n'avons pu croiser les données de l'échantillon avec celles de la communauté de Haute Bretagne ne disposant pas des informations pour le faire. Nous avons choisi une répartition en trois grandes classes : « seul » qui représentent un cinquième de notre échantillon, « en couple » avec enfants (i.e. à la maison ou pas) qui représentent les deux-tiers de notre échantillon et « autre » qui représente des situations de résidence partagée avec d'autres personnes que sa propre famille.

<sup>29</sup> Nous nous sommes retrouvés dans ce groupe à partir d'une proposition de l'ESR lors d'une assemblée régionale, d'inscrire sur des post-it, ce pour quoi nous aurions du goût.

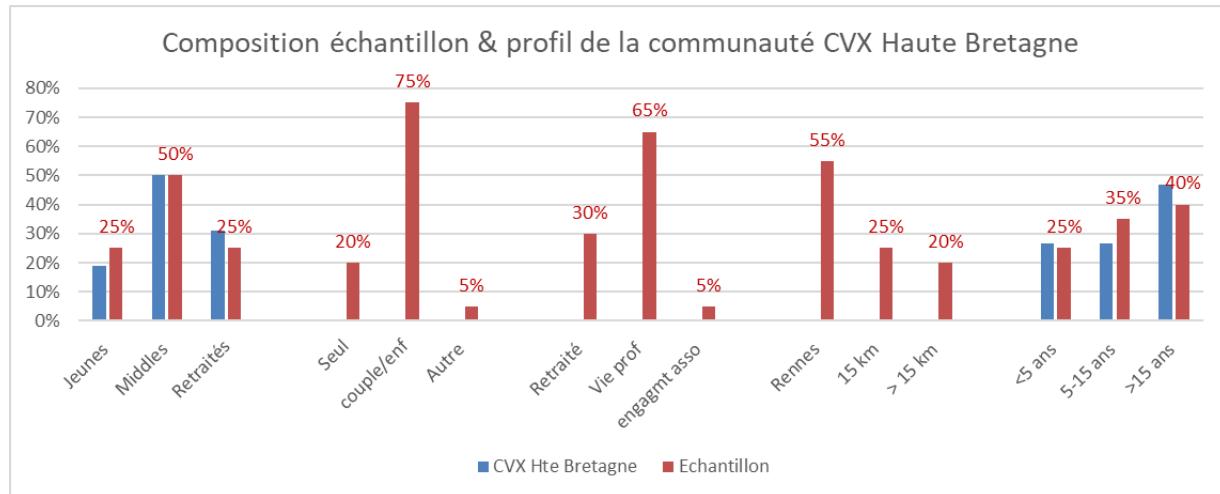
<sup>30</sup> Ceci explique que nous n'ayons pas pris contact avec tous les compagnons qui s'étaient portés volontaires pour un entretien et avons au contraire sollicité des compagnons pour rééquilibrer le profil de l'échantillon.

- **Activité** : dans ce cas non plus nous n'avons pas été en mesure de confronter le profil de notre échantillon à celui de la communauté de Haute Bretagne. Les personnes interrogées se répartissent de la façon suivante : un tiers de retraité, deux tiers d'actif et 5% en situation d'activité associative à plein temps, pouvant pratiquement être assimilé à une vie professionnelle.
- **Résidence** : dans ce cas non plus, il ne nous a pas été possible de croiser la répartition de l'échantillon avec le profil de la communauté de Haute Bretagne ne disposant pas de données sur cet aspect<sup>31</sup>. Notre échantillon a été divisé en trois grande classes : ceux qui habitent à Rennes qui représentent plus de la moitié des personnes interrogées, ceux qui habitent dans l'agglomération dans un rayon (approximatif) de 15km qui représentent un quart de l'échantillon et ceux qui habitent dans un rayon supérieur à 15 km.
- **L'ancienneté en CVX** enfin qui dans ce cas également a été divisé en trois grandes classes. Cette répartition a pu être mise en regard du profil de la communauté. Les « nouveaux » ou ceux qui ont moins de 5 ans d'ancienneté en CVX figurent en part quasi identique dans la communauté et dans notre échantillon, soit un quart ; les compagnons qui ont entre 5 et 15 ans d'ancienneté en CVX représentent un tiers de la communauté, ils sont légèrement surreprésentés dans notre échantillon ; enfin les compagnons qui appartiennent à la CVX depuis plus de 15 ans représentent près de la moitié de notre communauté mais sont légèrement sous-représentés dans notre échantillon.

---

<sup>31</sup> Cela serait à la rigueur possible à trouver en reprenant une à une toutes les adresses et en les positionnant sur une carte.

Hommes/ femmes				
	Hommes	Femmes		
	24%	76%		100%
Cté Hte Bret	30	94		124
Théorique	5	15		20
Réalisé	6	14		20
AGES	<40	40/65	>65	
	Jeunes	Middle	Retraités	
Cté Hte Bret	24	62	38	124
	19%	50%	31%	100%
Théorique	4	10	6	20
Réalisé	5	10	5	20
Situation familiale				
	Seul	Couple/enf	Autre	
Réalisé	4	15	1	20
ND	20%	75%	5%	100%
Activité				
	Retraité	Vie prof	Engmt asso	
Réalisé	6	13	1	20
ND	30%	65%	5%	100%
Résidence				
	Rennes	15 km	> 15 km	
Réalisé	11	5	4	20
ND	55%	25%	20%	100%
Ancienneté en CVX				
	<5	5 à 15	>15	
Cté Hte Bret	33	33	58	124
	27%	27%	46%	100%
Théorique	5	5	9	20
Réalisé	5	7	8	20
ND	Non défini pour la communauté Haute Bretagne			
Nombre d'interviewés théorique pour un échantillon de 20 personnes				



### Liste des différents supports de communication déclinés sur la base de l'analyse

A partir du présent « document de base » qui reprend de manière complète l'ensemble de la démarche et des matériaux mobilisés pour l'analyse (verbatim), différents documents de natures très différentes ont été réalisés et parfois retravaillés avec d'autres personnes :

- **Un document de synthèse** (4 pages) qui résume le document de base avec une sélection du verbatim
- **Un tableau synoptique** (des 4 parties résumées dans les triangles) qui reprend la structure du document de base pour la rendre plus lisible
- **Un diaporama**, conçu comme support de présentation orale, qui reprend la structure du document de base mais se résume à des titres et des illustrations sous forme de verbatim ou de dessins réalisés par JF Comyn

### Présentation de l'équipe qui a mené la démarche

- Michel Guyomarc'h : assistant régional
- Colette Exelmans : accompagnatrice
- Marie Annick Rouvière : accompagnatrice
- Marie Hélène Lemarchand
- Julien Salliot
- Pierre-Louis Caulet-Lardenois : relecture extérieure
- Jean François Comyn : illustrations
- Isabelle de Boismenu