

E xpériences

Job 2,10 : Si nous accueillons le bonheur comme venant de Dieu, comment ne pas accueillir de même le malheur ?

Rm8,28 : Nous le savons, quand les hommes aiment Dieu, lui-même fait tout contribuer à leur bien, puisqu'ils sont appelés selon le dessein de son amour.

2Co1,4 : Dans toutes nos détresses, il nous reconforte ; ainsi, nous pouvons reconforter tous

Père Joseph Thomas, sj : L'homme qui ne revient pas sur ce qu'il a vécu en reste à la surface de lui-même.

Philosophe **Soren Kierkegaard** : La vie ne peut être comprise que lorsque nous regardons en arrière, mais elle doit être vécue en regardant en avant.

ceux qui sont dans la détresse, grâce au réconfort que nous recevons nous-mêmes de Dieu.

Ph4,12-13 : Je sais vivre de peu, je sais aussi être dans l'abondance. J'ai été formé à tout et pour tout : à être rassasié et à souffrir la faim, à être dans l'abondance et dans les privations. Je peux tout en celui qui me donne la force.

CONSTAT

Chemin faisant, si nous le voulons bien, Dieu continue de nous façonner, de nous édifier et de nous équiper à travers les expériences heureuses et / ou pénibles que nous vivons. « Seigneur, je te rends grâce pour la merveille, le prodige, le chef-d'œuvre que je suis et que je deviens ».

I. Commencez par une relecture de votre vie dans un climat de prière, sous le regard de Dieu

Souvenez-vous... En pensant à chaque événement que Dieu rappelle à votre esprit, prenez le temps de vous demander quel impact il a finalement eu sur vous. Quelles leçons en avez-vous tirées ? Demandez à Dieu de vous les révéler dans la prière. Il aime *tout* utiliser. Dieu a l'intention de se servir de tout ça.

Repensez aux expériences clés qui ont façonné votre personnalité au fil du temps

- Les joies et les chagrins de l'enfance

- **La souffrance et l'enthousiasme de l'adolescence**

- **Les luttes et les réalisations de l'adulte**

Quelles ont été les relations qui vont ont le plus marqué ?

Quelles expériences spirituelles avez-vous faites ?

- **Moments forts vécus**

- **Grandes décisions prises**

- **Saintes habitudes acquises**

Quelles expériences éducatives avez-vous faites ?

- **Éducation reçue**

- **Formations suivies, diplômes**

- **Matières préférées à l'école**

- **Loisirs et passions pratiqués**

Quelles expériences professionnelles avez-vous faites ?

Quelles expériences ou engagements d'Église avez-vous vécus ?

- **Groupes fréquentés**

- **Tranches d'âge côtoyées**

- **Activités exercées**

- **Rôles assumés et responsabilités exercés**

II. Les tableaux joyeux, lumineux et glorieux de ma vie

Selon Arthur F Miller Jr (Cf. SIMA^R), pour découvrir le type d'une personne, il faut examiner seulement les actions qui d'après elle, sont des accomplissements qui lui ont apporté de la satisfaction personnelle...

Décrivez, par des phrases courtes, et pour chaque domaine, au moins trois événements heureux dans lesquels vous avez le sentiment de vous être réalisé, qui vous ont procuré un sentiment de satisfaction (indépendamment de ce que les autres pensaient) et que vous pensez avoir bien faites (indépendamment du degré d'importance aux yeux des autres) :

- **Réalisations dans le domaine personnel**

1. _____
2. _____
3. _____

- **Réalisations dans le domaine professionnel**

1. _____
2. _____
3. _____

- **Réalisations dans le domaine relationnel**

1. _____
2. _____
3. _____

- **Réalisations dans le domaine intellectuel**

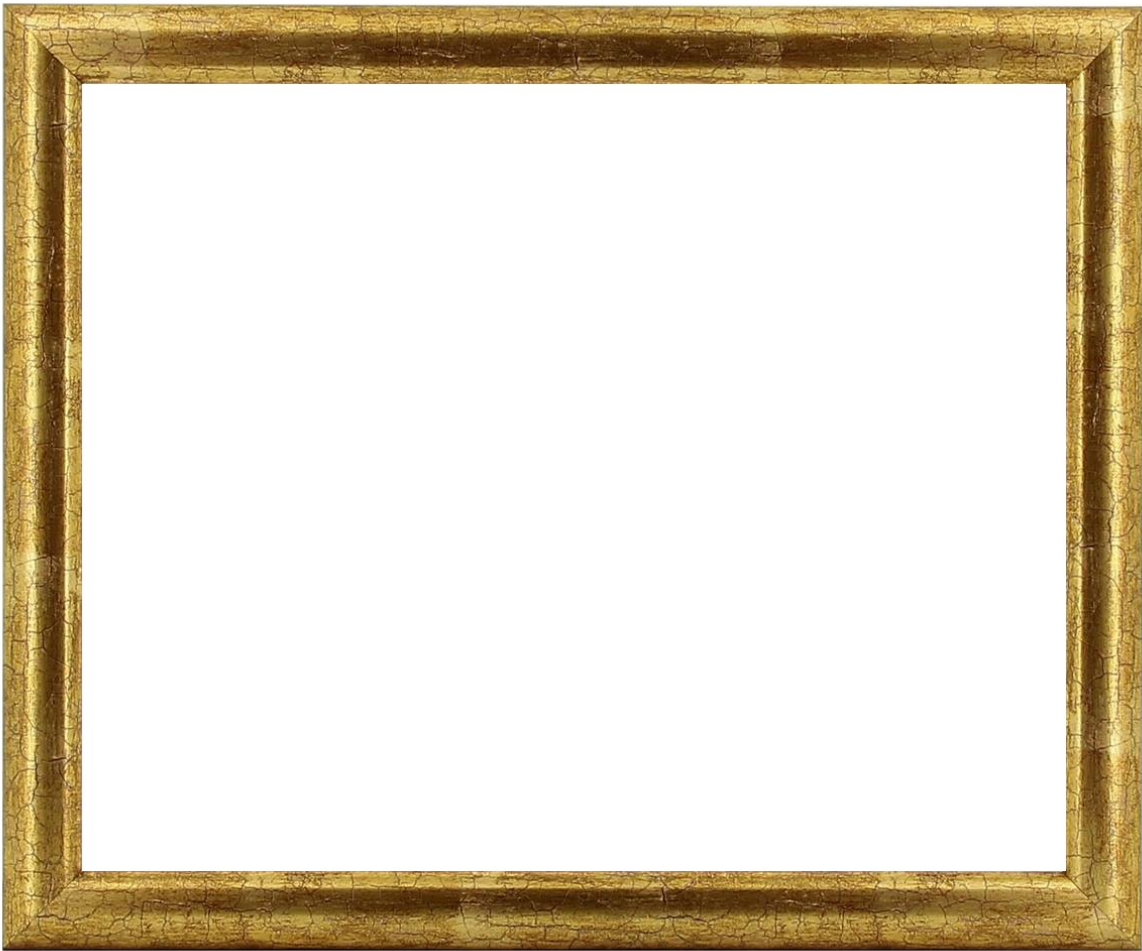
1. _____
2. _____
3. _____

- **Réalisations dans le domaine spirituel**

1. _____
2. _____
3. _____

Retenez les trois expériences les plus importantes à vos yeux.

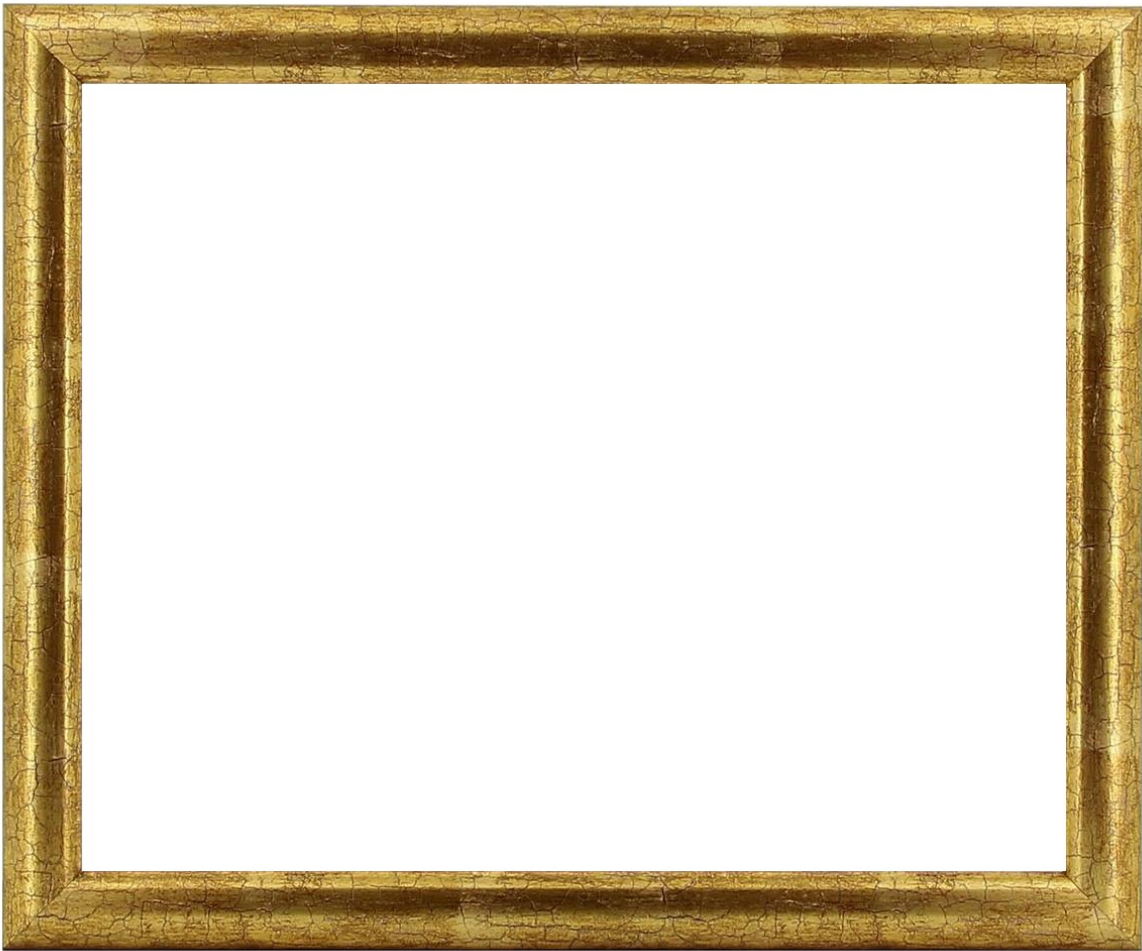
- ⇒ **Représentez-les dans les cadres ci-dessous.** Pas besoin d'être un artiste ; vous pouvez le faire avec un esprit d'enfance ☺. A tout le moins, notez-y les faits dont vous vous rappelez ainsi que les sentiments éprouvés.
- ⇒ **Donnez un titre à chaque tableau.**
- ⇒ Au-dessous de chaque tableau, écrivez **comment vous pourriez utiliser cette expérience** pour glorifier Dieu, pour aider et bénir quelqu'un.
- ⇒ **Si un visage se présente déjà à votre esprit, notez son nom.**



Titre du tableau joyeux n°1 :

Utilité pour servir les autres et glorifier Dieu :

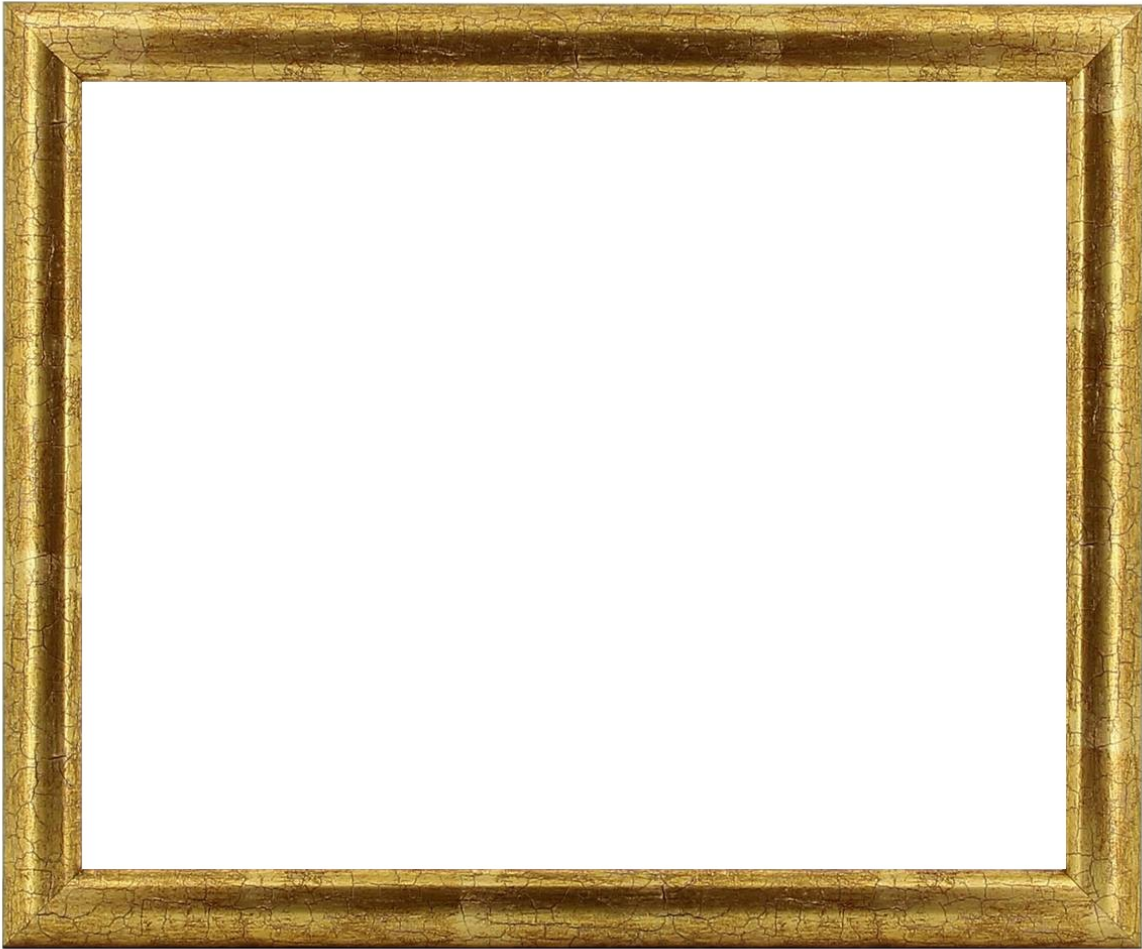
Personne précise à aider :



Titre du tableau joyeux n°2 :

Utilité pour servir les autres et glorifier Dieu :

Personne précise à aider :



Titre du tableau joyeux n°3 :

Utilité pour servir les autres et glorifier Dieu :

Personne précise à aider :

III. Les tableaux douloureux de ma vie

Pensez également aux événements douloureux où votre tolérance à la douleur a été éprouvée et votre endurance a atteint le point critique. Identifiez des moments précis où vous avez souffert dans les cinq domaines suivants :

- Sources de souffrance personnelle

1. _____
2. _____
3. _____

- Sources de souffrance professionnelle

1. _____
2. _____
3. _____

- Sources de souffrance relationnelle

1. _____
2. _____
3. _____

- Sources de souffrance intellectuelle

1. _____
2. _____
3. _____

- **Sources de souffrance spirituelle**

1.

2.

3.

Laissez les crises devenir un catalyseur. Celui qui a traversé des souffrances et survécu, est potentiellement celui qui peut le mieux aider les personnes endurent des souffrances semblables. Imaginez le bien qui peut ressortir de vos épreuves ; elles peuvent devenir fructueuses, sources de bénédictions pour vos frères.

Par exemple, un alcoolique abstinant comprend mieux que quiconque le dur combat du sevrage livré par celui qui est encore addict. De même, un chrétien converti comprendra mieux qu'un autre né dans une famille chrétienne pratiquante, ce que vit un catéchumène adulte : parfois le rejet par sa famille et ses amis ; les périodes d'exaltation et de combat spirituels à l'approche du baptême ; la découverte éblouie d'une nouvelle vie et d'une famille spirituelle mais aussi l'inconfort de s'insérer dans une tradition avec ses rites et symboles inconnus ; les exigences de la conversion, les choix parfois coûteux pour suivre le Christ...

Ce qui nous a fait souffrir, autrement dit ce qui nous a profondément **affecté**, nous indique parfois où le Seigneur veut nous **affecter**, dans quel service / ministère, il nous appelle à nous engager.

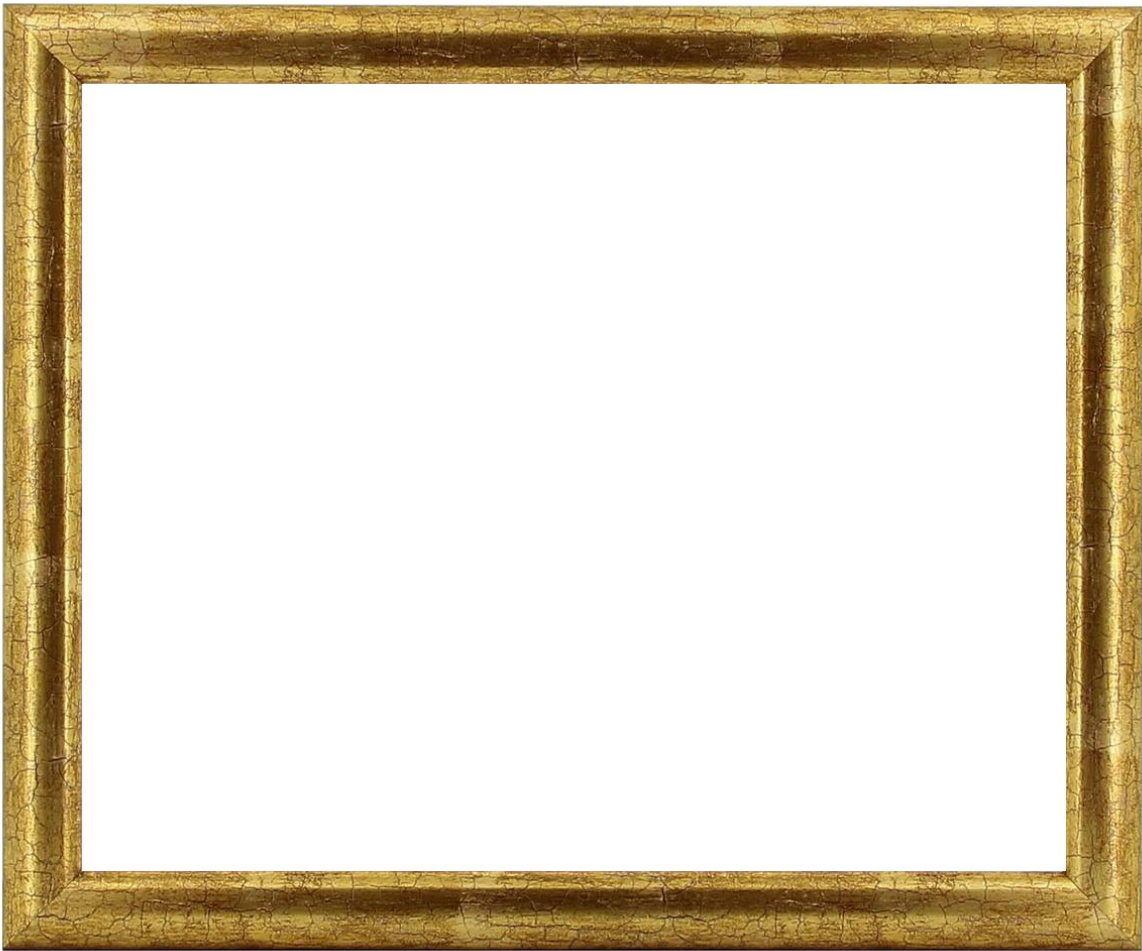
Choisissez les trois expériences les plus pénibles selon votre souvenir.

⇒ **Représentez-les dans les cadres ci-dessous.** Encore une fois, pas besoin d'être un artiste ; vous pouvez le faire avec un esprit d'enfance 😊. A tout le moins, notez-y les faits dont vous vous rappelez ainsi que les sentiments éprouvés.

⇒ **Donnez un titre à chaque tableau.**

⇒ Au-dessous de chaque tableau, écrivez **comment vous pourriez utiliser cette expérience** pour glorifier Dieu, pour aider et bénir quelqu'un.

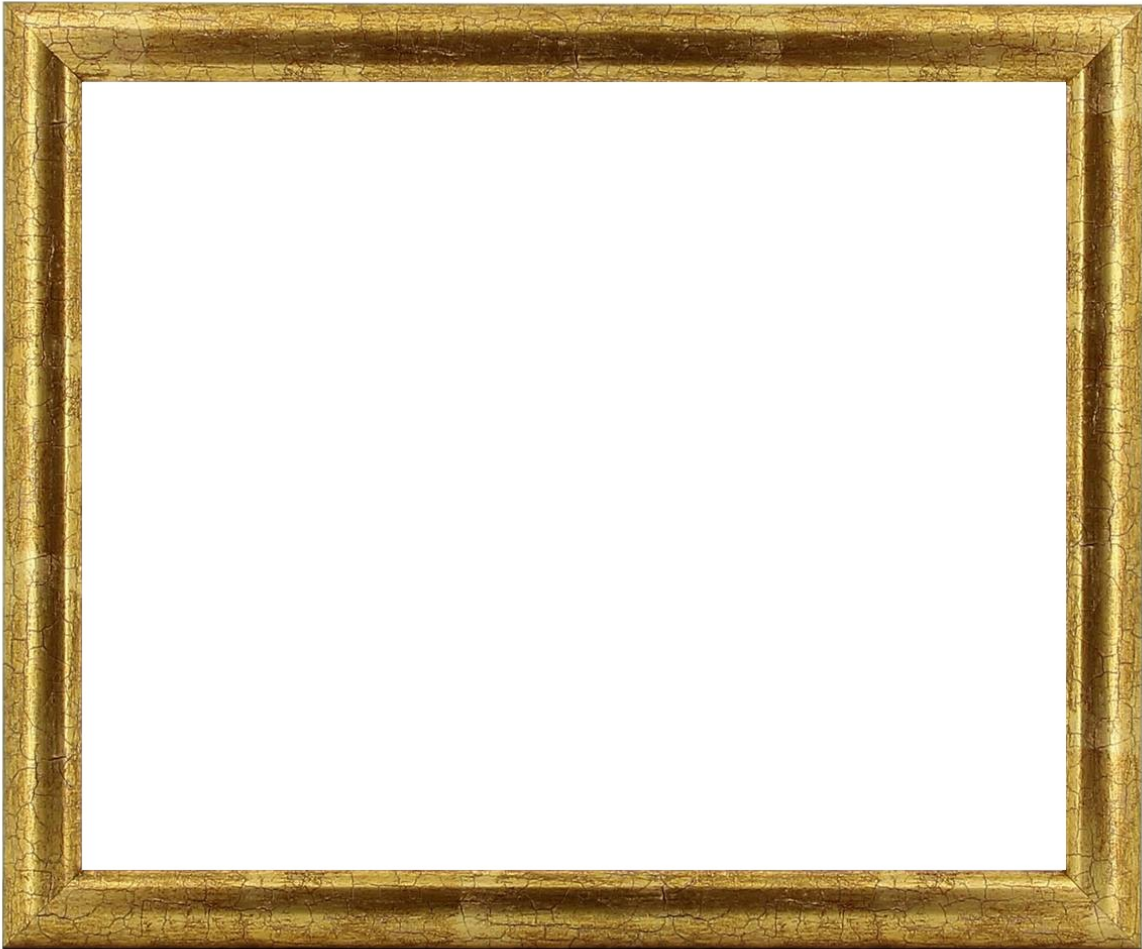
⇒ **Si un visage se présente déjà à votre esprit, notez son nom.**



Titre du tableau douloureux n°1 :

Utilité pour servir les autres et glorifier Dieu :

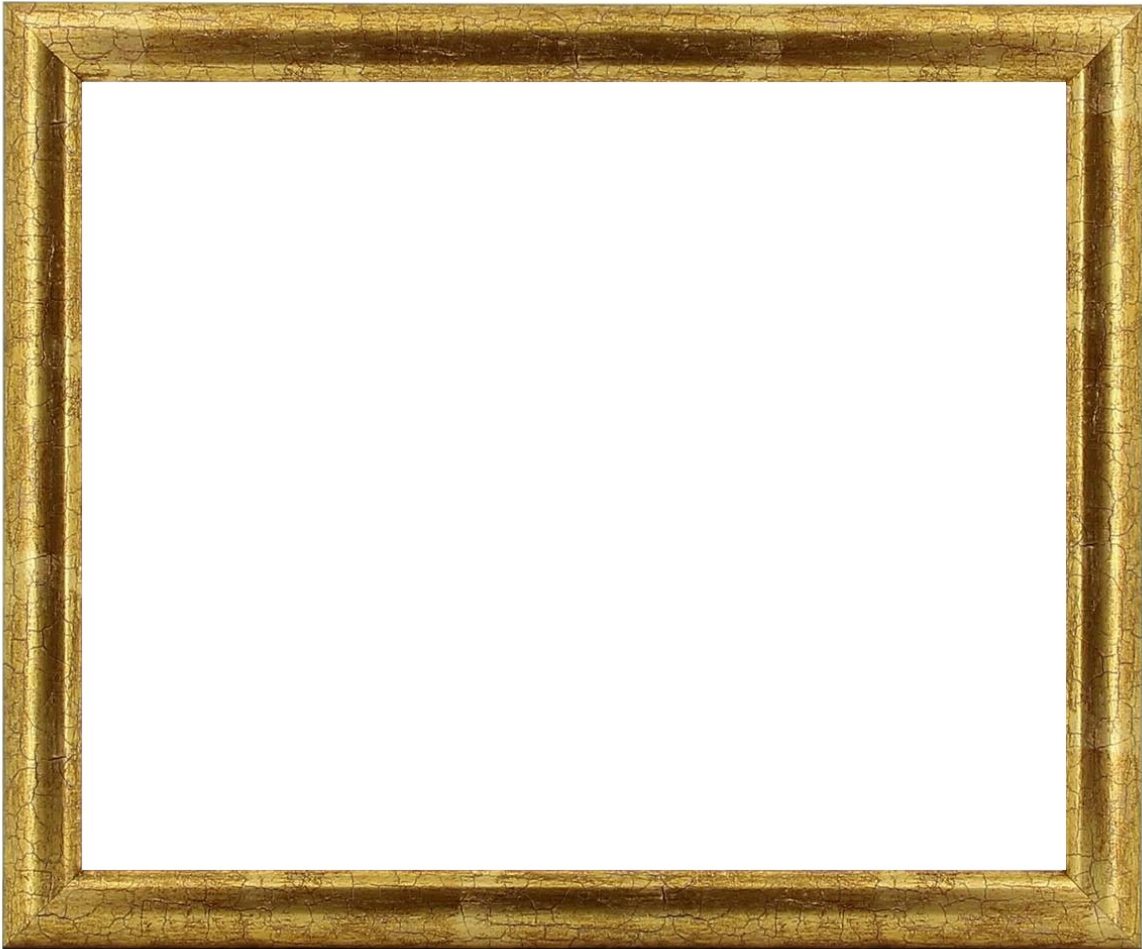
Personne précise à aider :



Titre du tableau douloureux n°2 :

Utilité pour servir les autres et glorifier Dieu :

Personne précise à aider :



Titre du tableau douloureux n°3 :

Utilité pour servir les autres et glorifier Dieu :

Personne préciser à aider :

POUR ALLER PLUS LOIN

Rendez grâce à Dieu pour tout ce que vous avez vécu car tout va pouvoir le glorifier et profiter à vos frères et sœurs.

Quelles sont les deux personnes qui pourraient vous aider à vaincre vos penchants mauvais, à guérir de vos blessures, à sortir définitivement de vos épreuves pour aider les autres à faire de même ? Noter leurs noms pour recourir à elles.

Quelles sont les deux démarches que vous pourriez entreprendre dans les jours à venir pour faire fructifier vos expériences joyeuses et / ou douloureuses.
