



Cheminement paroissial de Pâques vers Pentecôte

*“ Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

*“Je vous donnerai un coeur nouveau, je mettrai en vous un Esprit nouveau
j'ôterai de votre chair le coeur de pierre, je vous donnerai un coeur de chair
Je mettrai en vous mon Esprit” Ezechiel 36, 26*

Chacun de nous aspire à une vie pleine et réussie. Comment y parvenir ?

St Paul nous donne une clé : l'Esprit Saint vient au secours de notre fragilité et soutient chacune de nos actions par ses dons.

Apprendre à connaître les dons de l'Esprit et à les laisser se déployer dans nos vies, c'est grandir avec l'Esprit Saint qui change tout.

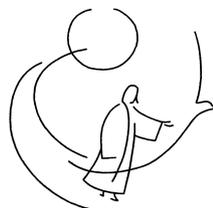
C'est le chemin que l'équipe paroissiale propose à la communauté paroissiale Notre Dame d'Esparron, durant les 7 semaines qui vont de Pâques à Pentecôte.

Vous êtes invités à vivre :

- Un cheminement personnel, en couple ou en famille, avec un temps de prière et de méditation qui trouvera sa place dans la semaine.
- Et un rassemblement autour de l'eucharistie chaque vendredi à 18 h 30 dans l'un des villages de notre paroisse (voir planning ci-joint).

Pour accompagner et illuminer votre semaine, votre temps de prière et de méditation pourra comprendre :

- Une invitation au recueillement
- Une invocation à l'Esprit
- Un texte de méditation
- Une grâce à demander
- Une Parole à relire



Chaque vendredi soir la messe sera célébrée dans un village du Trièves à 18 h 30 pour nous réunir, prier ensemble, invoquer un don de l'Esprit et célébrer l'eucharistie.

CALENDRIER

Vendredi 5 avril	À LAVARS	Le don de crainte
Vendredi 12 avril	À TREMINIS	Le don de piété filiale
Vendredi 19 avril	À ROISSARD	Le don de conseil
Vendredi 26 avril	A MENS	Le don de force
Vendredi 3 mai	À SINARD	Le don de connaissance
Vendredi 10 mai	À ST MICHEL les PORTES	Le don d'intelligence spirituelle
Vendredi 17 mai	À CORNILLON	Le don de sagesse
Samedi 18 mai	à MONESTIER DE CLERMONT	Soirée de Louange à l'Esprit Saint

*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 1

LE DON DE CRAINTE

Mettons-nous en présence de Dieu. Prenons le temps de respirer lentement et profondément. Prenons conscience du souffle qui est en nous. “Ruah” dans la Bible : le souffle qui évoque l'Esprit Saint qui vit en nous et donne vie à notre corps et notre âme.

*“Viens Esprit Saint,
Conduis ma prière de ce jour”*



Méditation

La crainte biblique est un don de Dieu, qui n'a rien à voir avec la peur de Dieu. C'est une expérience spirituelle qui nous révèle la grandeur de Dieu. Face à elle, l'homme se sent petit. Face à sa sainteté, il se reconnaît pécheur.

Lorsqu'au sommet d'une montagne, nous contemplons le panorama, nous sommes à la fois dans l'émerveillement et pris d'une sorte de vertige, dans la conscience de notre petitesse.

En recevant ce don de la crainte de Dieu, nous recevons 3 grâces :

- l'adoration, une âme d'adorateur dans le respect de Dieu
- l'humilité : Catherine de Sienne répétait dans sa prière : *“Qui suis-je et dis-moi Qui es-tu Seigneur ?”*. Un jour Jésus lui dit : *“Je suis Celui qui suis et tu es celle qui n'est pas . Cette vérité est le fondement de toute vie spirituelle.*
- la détestation du péché : nous avons en nous une alarme sensible et efficace qui nous permet de repérer les menaces du péché et du mal et d'agir pour s'en éloigner et les combattre.

Parole de Dieu

Pierre fait l'expérience de la crainte de Dieu dans l'Évangile de la pêche miraculeuse

Luc ch. 15, 8 à 10

“A cette vue, Simon Pierre tomba aux genoux de Jésus en disant : “Eloigne-toi de moi, Seigneur car je suis un homme pécheur”. En effet le grand effroi l'avait saisi, lui et tous ceux qui étaient avec lui, devant la quantité de poissons qu'ils avaient pêchés ...

Jésus dit à Simon : “Sois sans crainte, désormais ce sont des hommes que tu prendras.

Gardons cette parole dans notre cœur et souvenons-nous d'un moment où nous avons vécu une expérience similaire dans notre relation au Seigneur.

Don et grâces à méditer

Le don de crainte et avec lui les grâces d'humilité devant Dieu et de répulsion face au péché

Lire la prière “Viens Esprit Saint” (cf feuille page 9)

*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 2

LE DON DE PIETE FILIALE

Mettons-nous en présence de Dieu. Nous pouvons nous mettre à genou, nous prosterner un moment puis nous mettre dans la position de notre choix.

Avec St Jean-Paul II, nous accueillons l'Esprit.

Jésus nous dit “

*“Je suis venu apporter un feu sur la terre
et comme je voudrais qu'il soit allumé !”*

Luc, 12,49

Que ce feu flambe dans notre coeur
et dans celui de nos frères.



Méditation

Certains se font de Dieu une mauvaise image. Ils se le représentent comme une divinité lointaine, jalouse de son autorité, prête à sanctionner les fautes des hommes. Un Dieu qu'il faut ménager. Jésus opère une révolution en nous révélant un Père aimant, plein de tendresse. Devant l'homme pécheur, il ne dit pas : *“Malheur à toi, tu mas désobéi”*. Il dit : *“Mon enfant, dans quel état t'es-tu mis ?”*

Le don de piété filiale nous donne de convertir notre regard et notre coeur à Dieu. C'est ce Père qui nous apporte la Joie, la confiance en nous-même. Celui qui nous dit *“Tu es mon enfant bien-aimé en qui je trouve ma joie”* Mt 3,17. Seul l'Esprit Saint et son don de piété filiale peut ouvrir notre coeur et nous convaincre de cela

Parole de Dieu

Dans l'épître aux Galates, St Paul écrit : *“ Et voici la preuve que vous êtes des fils : Dieu a envoyé l'Esprit de son Fils dans nos coeurs. Et cet Esprit crie “Abba !” c'est à dire Père !”*

Ga ch.4, 6

Nous mémorisons ce verset et le redisons régulièrement dans la semaine.

“Voici l'assurance que nous avons auprès de Dieu : si nous faisons une demande selon sa volonté, il nous écoute. Et, puisque nous savons qu'il nous écoute en toutes nos demandes, nous savons aussi que nous obtenons ce que nous lui avons demandé” 1 Jn 5, 14-15

Nous méditons ces versets et cherchons comment il nous parle de nos expériences de prière, de notre relation à Dieu.

Don et grâces à méditer

Le don de la piété filiale : il va changer notre relation avec toi. Viens dissiper nos fausses images de toi. Viens nous établir dans la confiance et l'abandon, la sécurité de l'enfant qui se sait aimé par son Père

Lire la prière “Viens Esprit Saint” (cf feuille page 9)

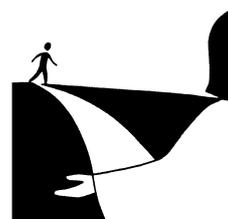
*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 3

LE DON DE CONSEIL

Nous venons vers toi Seigneur. Mais c'est d'abord Toi qui viens à nous. Notre coeur est souvent comme une mer agitée : soucis, préoccupations des choses à faire, distraction, fatigue. Jésus Toi qui a calmé la tempête, viens maintenant nous établir dans la paix pour que nous puissions profiter de ce temps de prière avec Toi.

*Viens Esprit Saint en nos coeurs
Et envoie du haut du ciel un rayon de ta lumière...
Viens lumière en nos coeurs
O lumière bienheureuse,
Viens remplir jusqu'à l'intime le coeur de tous tes fidèles...*



Méditation

Bien souvent nous avons du mal à faire nos choix, à prendre des décisions. Nous avons besoin du don de conseil. La disposition fondamentale est de discerner la volonté de Dieu. C'est l'attitude de St Paul : *“Que dois-je faire Seigneur ?”* (Actes 22, 10) ou celle du roi David (1 Samuel 23) ou encore du jeune homme riche (Mt 19, 16-26).

Ce don se reçoit dans un dialogue avec Dieu, dans la prière. Nous sommes quelque fois tentés de dire comme les jeunes *“T'inquiète, je gère !”*. Il faut de l'humilité pour reconnaître que nous avons besoin des autres. Il en est de même avec le Seigneur. Il ne s'impose pas, il respecte la liberté de l'homme. Mais sa réponse peut nous surprendre. L'essentiel est d'être dans une attitude d'ouverture. Parfois la réponse vient dans une lumière, une évidence, parfois c'est un accompagnateur spirituel qui aide à voir clair, ou l'échange avec une personne qui se trouve sur notre route, qui nous ouvre les yeux. Le don de conseil fonctionne comme un GPS qui va m'aider à m'orienter... Faut-il accepter de l'allumer et de se laisser guider ?

Parole de Dieu et d'un témoin

Psaume 15 :

“Je bénis le Seigneur qui me conseille : même la nuit mon coeur m'avertit”

Edith Stein nous confie : *“Qui es-tu douce lumière qui m'inondes et illumines l'obscurité de mon coeur ? Tu me conduis par la main comme une mère, et si tu me lâchais, je ne saurais faire un pas de plus”*

Nous mémorisons ce verset et ce témoignage. Ils nous aident à chercher les ombres et les lumières dans notre vie et à les confier à Dieu. Nous cherchons quelle est notre relation à Dieu dans nos choix de vie ?

Don et grâces à méditer

Le don de conseil : *“Nous en faisons trop souvent à notre tête”*. Aujourd'hui nous choisissons de faire ta volonté, Seigneur. Nous désirons la grâce de demander ton conseil pour tout ce qui touche notre vie.

Lire la prière “Viens Esprit Saint” (cf feuille page 9)

*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 4

LE DON DE FORCE

Mettons-nous en présence de Dieu; le pape François nous ouvre à ce don : “

“Ce que je peux dire avec certitude, c'est que tu peux te jeter avec confiance dans les bras du Père, de ce Dieu qui t'a donné la vie et qui te la donne à tout moment.. Essaie de rester un moment en silence en te laissant aimer par Lui. Essaie de faire taire toutes les voix et les cris intérieurs et reste un moment dans les bras de son amour.”



Méditation

La vie est un combat contre les épreuves et difficultés rencontrées, contre “l'esprit du monde” et ses tentations, contre la tentation du péché et tout ce qui nous empêche d'aimer Dieu et mon prochain, contre Satan qui intervient souvent “masqué”.

N'oublions pas que ce combat se trouve dans le réel de nos vies et non dans le virtuel. Les grâces ne sont pas pour une existence imaginaire mais se reçoivent pour la vie concrète, dans l'ici et maintenant.

Nous devons avoir conscience de nos faiblesses mais aussi de la force qui nous est donnée par Dieu. Alors seulement nous comprendrons la parole de St Paul : “Lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort” 2 Co12, 10

Le don de force se réalise aussi dans la vertu de patience qui va nous aider à être fidèle même dans les difficultés (*patience = passion, souffrance*). L'endurance et la persévérance sont aussi indispensables. Dieu nous invite aussi à avoir de l'audace. Tous peuvent en avoir même les plus petits, les plus fragiles. Ce qui compte, c'est la force d'âme.

Parole de Dieu

St Paul dit à Timothée : “Ce n'est pas un esprit de peur que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de pondération. Avec la force de Dieu, prends la part de souffrances liées à l'annonce de l'Évangile” 1 Tm, 7-8

Nous mémorisons ces versets et les méditons au long de notre journée. Quelle est notre réaction lorsque nous avons peur et que les forces nous manquent ?

Don et grâces à méditer

Le don de force : et ses “produits dérivés” : la fermeté dans les contrariétés de la vie, la patience dans les épreuves, l'endurance dans la vocation, l'audace dans les batailles à livrer.

Et “Fleuris là où ton arbre est planté” nous dit St François de Sales

Lire la prière “Viens Esprit Saint” (cf feuille page 9)

*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 5

LE DON DE SCIENCE ou DE CONNAISSANCE

Mettons-nous en présence de Dieu. Merci Seigneur pour ce rendez-vous d'amour !

*Toi, le don, l'Envoyé de Dieu, Très-Haut,
Tu t'es fait pour nous le défenseur.
Tu es l'amour, le feu, la source vive,
force et douceur de la grâce du Seigneur*



Méditation

Le don de science vient du Saint Esprit et non de connaissances scientifiques? Il s'agit de connaître ce que Dieu veut nous révéler, non pas sur lui-même mais sur notre relation au monde qu'il a créé. La vie sur terre est éphémère mais bien des choses ont une importance : l'amour, l'amitié, la justice sociale, le travail, la création artistique ... mais tout passe. L'homme est un pèlerin sur la terre. Alors cherchons ce qui ne passe pas : Dieu et notre vocation éternelle. L'homme, par le don de la science, appréciera tous les bienfaits de l'existence, aimera la vie et tous les cadeaux qu'elle offre. Il est invité à la louange et à la gratitude.

Parole de Dieu

*“Toutes les oeuvres du Seigneur, bénissez-le. A toi, louange et gloire éternellement”
Daniel 3, 57-58*

Nous gardons ce verset du livre de Daniel dans notre cœur.

Le pape François nous dit aussi : *“Quand les yeux sont éclairés par l'Esprit, ils s'ouvrent à la contemplation de Dieu dans la beauté de la nature et dans l'immensité du cosmos et nous poussent à découvrir comment tout nous parle de lui et de son amour. La création est bonne et belle. Voilà le don de la science qui nous fait voir cette beauté. ”*

Nous prenons du temps pour contempler la nature et ce qu'elle nous apporte. Nous nous demandons comment nous pouvons agir pour la maintenir belle et ce que nous pouvons transmettre à nos proches..

Don et grâces à méditer

Ce qui est donné, ce que nous pouvons vivre :

- Le sens du temps qui passe et les choses qui ne passent pas.
- L'émerveillement devant les beautés de la création et la reconnaissance pour le Créateur.
- Une spiritualité chrétienne d'écologie intégrale.

Lire la prière “Viens Esprit Saint” (cf feuille page 9)

*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 6

LE DON D'INTELLIGENCE SPIRITUELLE

Seigneur, tu es là pour nous, nous sommes là. pour toi. Nous nous installons pour être bien. Merci parce que tu nous aimes. Tu nous attends, tu nous écoutes. Nous avons confiance en toi, nous espérons en toi, nous croyons en toi, n.

Merci pour cet instant présent, cet instant cadeau.

*Viens Esprit créateur nous visiter,
viens éclairer l'âme de tes fils,
Donne-nous les 7 dons de ton amour,
Toi le doigt qui oeuvre au nom du Père*



Méditation

L'intelligence humaine est bonne, c'est un don de Dieu. Toutefois elle peut être obscurcie ; le Seigneur peut la guérir, l'éclairer. On parle alors de l'intelligence spirituelle : connaissance de Dieu lui-même et *“des choses de Dieu”*. Cela nous renvoie à l'enseignement de Jésus qui est vérité sur l'homme et sur Dieu. *“Alors Jésus ouvrit leur intelligence à la compréhension des Ecritures”* dit Luc dans l'évangile des disciples d'Emmaüs.

C'est une intelligence du coeur qui respire l'amour de Dieu et des hommes. C'est une intelligence qui s'émerveille et qui permet de découvrir les trésors de la foi. C'est une intelligence qui réjouit pour mieux aimer le Seigneur et tout ce qui touche à lui. C'est une intelligence simple (cf Jeanne d'Arc lors de son procès). C'est une intelligence profonde qui donne un regard nouveau et donne envie d'aller plus loin avec le Christ.

Parole de Dieu

Dans la 1^{ère} épître aux Corinthiens, St Paul dit : *“L'Esprit scrute le fond de toute chose, même les profondeurs de Dieu. Personne ne connaît ce qu'il y a en Dieu, sinon l'Esprit de Dieu. Or, nous, ce n'est pas l'esprit du monde que nous avons reçu, mais l'Esprit qui vient de Dieu et ainsi nous avons conscience des dons que Dieu nous a accordés. Nous disons cela avec un langage que nous n'apprenons pas de la sagesse humaine, mais que nous apprenons de l'Esprit”*.

Nous méditons cette phrase. Est-ce que nous reconnaissons cette intelligence qui vient de l'Esprit ? Quelle place est-ce que nous lui faisons ?

Prier avec le Psaume 118.

Don et grâces à méditer

Seigneur, libère-nous de nos complexes concernant notre intelligence pour toutes sortes de raisons. Donne-nous confiance en nous et comble-nous du don d'intelligence spirituelle St Thomas d'Aquin disait cette prière avant de commencer son travail : *“Daignez répandre votre clarté sur l'obscurité de mon intelligence”*

Lire la prière *“Viens Esprit Saint”* (cf feuille page 9)

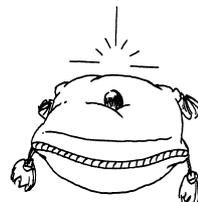
*“Dans la puissance du Christ ressuscité,
accueillons l'Esprit Saint ! ”*

Semaine 7

LE DON DE SAGESSE

Nous nous mettons en présence de Dieu. Nous nous tenons devant une icône, une croix, une bougie et nous restons quelques instants en silence. Seigneur, établis-nous dans la paix et le silence. Que nous puissions goûter ce coeur à coeur avec toi.

*Viens, Esprit-Saint,
Viens te joindre à mon esprit
Viens inspirer ce temps de prière.*



Méditation

En méditant sur le don de la sagesse, nous approfondissons notre expérience de la présence de Dieu. Cela procure du plaisir et la joie d'un moment de plénitude.

Le don de la sagesse fait quitter le domaine d'une connaissance cérébrale sur Dieu pour entrer dans une expérience savoureuse de Dieu. Il y a des homélies qui ne nous laissent pas indifférents, elles nous touchent car on y reconnaît comme un parfum de la présence de Dieu, comme le fruit d'une expérience amoureuse.

Pour Paul, tout vient de Dieu et tout va vers lui – il est l'alpha et l'omega. Le don de sagesse, c'est une vie orientée vers ce but ultime. Pas seulement pour des actes religieux mais bien des actes de la vie ordinaire : *“Tout ce que vous dites, tout ce que vous faites, que ce soit toujours au nom du Seigneur Jésus, en offrant par lui, votre action de grâce à Dieu le Père”* (Col 3, 17).

Et notre vie s'en trouve unifiée : il n'y a pas de cloison entre vie humaine et vie spirituelle, vie religieuse et vie profane : Tout est en Christ. Voilà qui change la vie !

Parole de Dieu

Dans la 1^{ère} épître aux Corinthiens (10, 31), St Paul donne les conseils suivants : *“Tout ce que vous faites : manger, boire, ou tout autre action, faites-le pour la gloire de Dieu.*

Nous mémorisons ce verset et nous essayons de le mettre en pratique cette semaine... en reprenant aussi ce verset du Psaume 33 : *“Goûtez et voyez, le Seigneur est bon ! Heureux qui trouve en lui son refuge”*

Don et grâces à méditer

“Si l'un de vous manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu, lui qui donne à tous sans réserve et sans faire de reproches. Elle lui sera donnée. Mais qu'il demande avec foi, sans hésitation”. (Épître de Jacques 1, 5-6)

Seigneur, nous te demandons de nous accorder le don de sagesse pour goûter toujours ta présence et mener une vie unifiée dans l'Esprit.

Lire la prière “Viens Esprit Saint” (cf feuille page 9)

Viens, Esprit-Saint,
et envoie du haut du ciel
un rayon de ta lumière.

Viens en nous, père des pauvres,
viens, dispensateur des dons,
viens, lumière de nos cœurs.

Consolateur souverain,
hôte très doux de nos âmes
adouçissante fraîcheur.

Dans le labeur, le repos,
dans la fièvre, la fraîcheur,
dans les pleurs, le réconfort.

O lumière bienheureuse,
viens remplir jusqu'à l'intime
le cœur de tous tes fidèles.

Sans ta puissance divine,
il n'est rien en aucun homme,
rien qui ne soit perverti.

Lave ce qui est souillé,
baigne ce qui est aride,
guéris ce qui est blessé.

Assouplis ce qui est raide,
réchauffe ce qui est froid,
rends droit ce qui est faussé.

A tous ceux qui ont la foi
et qui en toi se confient
donne tes sept dons sacrés.

Donne mérite et vertu,
donne le salut final
donne la joie éternelle.



Prière de St Jean-Paul II

Je vous demande le don de Sagesse

pour une meilleure compréhension de vous
et de vos divines perfections.

Je vous demande le don d'Intelligence

pour une meilleure compréhension
de l'esprit des mystères de la Sainte Foi.

Donnez-moi le don de Science

pour que je sache orienter ma vie
selon les principes de la foi.

Donnez-moi le don de Conseil

afin qu'en toute chose je puisse chercher conseil
auprès de vous et le trouver toujours auprès de vous.

Donnez-moi le don de Force

pour qu'aucune peur ou considération terrestre
ne puisse m'arracher à vous.

Donnez-moi le don de Piété

afin que je puisse toujours servir votre majesté divine
avec amour filial.

Donnez-moi le don de Crainte de Dieu

pour qu'aucune peur ou considération terrestre
ne puisse m'arracher à vous.