

# Retraite de l'Escale Jeunes - Foyer Sainte-Anne

## I Les dons de l'Esprit Saint

Cet enseignement avait pour objectif non pas seulement de rappeler un contenu catéchétique déjà connu, mais d'inviter chacun à entrer dans une démarche spirituelle concrète : *oser demander à Dieu un don précis de l'Esprit Saint*, afin de préparer son cœur à le recevoir. Dans la tradition chrétienne, l'Esprit Saint accorde sept dons, non comme des récompenses, mais comme des grâces promises, que Dieu désire donner. Les demander n'est donc pas informer Dieu de nos besoins, mais disposer intérieurement notre cœur à accueillir ce qu'Il veut nous offrir.

### Le sens de la demande dans la prière

Formuler une demande dans la prière n'est pas une commande adressée à un Dieu lointain. Dieu sait déjà ce qui est bon pour nous. Demander un don de l'Esprit, c'est orienter son désir, préparer son cœur, et entrer consciemment dans une attitude de réception. Il est souvent plus fécond de demander un seul don, choisi librement, plutôt que de vouloir tout recevoir à la fois. Cette démarche favorise une prière plus personnelle,

plus incarnée, et plus attentive à l'action de Dieu.

### Les sept dons de l'Esprit Saint

**Le don de sagesse** La sagesse ne se réduit pas à une sagesse humaine ou intellectuelle. Elle consiste à apprendre à *voir le monde avec le regard de Dieu*. Comme Salomon qui osa demander la sagesse avant toute chose, le croyant est invité à demander cette grâce qui permet de discerner ce qui vient de Dieu et ce qui n'en vient pas. La sagesse est le fondement du discernement spirituel : elle ne donne pas toujours des réponses immédiates, mais elle introduit dans une intimité avec Dieu, permettant de comprendre comment Il agit.

**Le don d'intelligence** Le don d'intelligence permet d'aller au-delà de l'apparence des choses pour entrer dans la profondeur du mystère de Dieu. Il rend capable de comprendre la Parole de Dieu, l'Évangile et les enseignements du Christ non seulement avec l'esprit, mais avec le cœur éclairé par l'Esprit Saint. Ce don introduit dans l'intimité du dessein d'amour de Dieu et permet de lire les réalités humaines à la lumière de la foi.

**Le don de conseil** Le don de conseil éclaire la conscience pour poser des choix

concrets selon la volonté de Dieu. Il rend attentif aux motions intérieures de l'Esprit Saint, permettant de discerner ce qui vient de la paix de Dieu et ce qui est mû par la peur, la colère ou l'orgueil. Ce don suppose une réelle disponibilité intérieure : demander conseil à Dieu implique d'accepter d'être déplacé dans ses certitudes. Il peut aussi passer par des médiations humaines, comme l'écoute d'ânés dans la foi.

**Le don de force** Le don de force ne concerne pas la performance physique, mais le courage spirituel. Il permet de persévérer dans les engagements, de traverser les épreuves, de se relever après les chutes et de continuer à avancer malgré la fatigue ou le découragement. À l'image de la parabole du semeur, ce don aide à préparer son cœur, à enlever ce qui étouffe la Parole, afin que la grâce porte du fruit. Il soutient dans les moments où tout semble s'effondrer et rappelle que Dieu ne nous éprouve jamais au-delà de nos forces.

**Le don de science** Le don de science permet de reconnaître la présence et l'amour de Dieu dans la création. Il ne s'oppose ni à la raison ni à la science humaine, mais répond à une autre question : non pas *comment* le monde a été créé, mais *pourquoi*. Ce don conduit à la contemplation, à l'action de grâce et à une relation juste avec la création, perçue comme un don à accueillir et à protéger, sans la réduire à un objet de possession ou de consommation.

**Le don de piété** La piété n'est pas une simple dévotion extérieure ou une sensibi-

lité religieuse. Elle exprime l'appartenance profonde à Dieu et l'amitié vivante avec Lui. Ce don nourrit une joie intérieure stable, capable de demeurer même au cœur des épreuves. Il pousse naturellement à la prière, à la louange et au service du prochain. La vraie piété rend capable de compatir, de consoler, de corriger avec douceur et d'aimer concrètement.

**Le don de crainte de Dieu** La crainte de Dieu n'est pas la peur de Dieu, mais un profond respect empreint d'humilité et de confiance. Elle rappelle que Dieu est infiniment plus grand que nous, tout en nous aimant comme un Père. Ce don aide à reconnaître ses limites, à s'abandonner à la miséricorde divine et à se laisser relever après les chutes. Loin de produire des chrétiens timides, il engendre au contraire un courage humble, libéré de l'orgueil et confiant dans la grâce.

## Invitation finale

Chaque participant est invité à choisir librement un don de l'Esprit Saint à demander plus particulièrement dans la prière. Cette démarche personnelle vise à entrer plus profondément dans une relation vivante avec Dieu, en accueillant l'action de l'Esprit dans les réalités concrètes de la vie quotidienne.

## II La joie promise et les fruits de l'Esprit

Cet enseignement invite à prendre conscience que la joie, la paix et la béatitude

ne sont pas des idéaux abstraits ni des récompenses réservées à l'au-delà, mais une promesse déjà accessible dès maintenant pour le chrétien. Par le baptême et la confirmation, il est donné de commencer à goûter dès cette vie ce qui est promis pour l'éternité : la vie de Dieu, la joie profonde et durable.

## **La joie chrétienne : une profondeur plus qu'une émotion**

La joie chrétienne n'est ni une euphorie passagère ni une absence de souffrance. Elle peut être comparée aux profondeurs de la mer : en surface, les vagues vont et viennent, les tempêtes secouent, mais en profondeur subsistent des courants puissants et constants. Ainsi, même au cœur des épreuves, des ruptures, des mauvaises nouvelles ou des fragilités personnelles, il est possible de demeurer dans une joie stable, enracinée dans la foi et nourrie par la prière.

## **Une promesse déjà donnée**

La vie éternelle ne commence pas après la mort : elle commence dès maintenant. Dieu a engagé sa propre vie en son Fils pour que chacun ait part au bonheur véritable. Cette promesse est universelle, mais elle demande à être accueillie librement. Le chrétien n'est pas appelé à faire semblant d'aller bien ni à nier ses blessures, mais à refuser de s'installer durablement dans la plainte ou le ressentiment, en osant demander à l'Esprit Saint de rejoindre la réalité telle qu'elle est.

## **Liberté humaine et conséquences**

L'être humain est créé libre : il peut choisir ses actions, ses orientations et ses engagements. En revanche, il ne choisit pas les conséquences de ces choix. Certaines décisions, certaines habitudes ou certaines relations peuvent éloigner de la joie profonde, même si elles donnent l'illusion d'un plaisir immédiat. Le mauvais esprit entretient cette illusion en faisant croire que le vrai bonheur n'est pas pour nous, ou qu'il peut être remplacé par des compensations éphémères.

## **Baptême, conversion et combat intérieur**

Le baptême signifie une mort et une résurrection : quelque chose doit mourir en nous pour que la vie nouvelle puisse se déployer. La confirmation fortifie cette grâce et appelle à un engagement plus conscient. Il n'est pas possible de vivre pleinement de la joie promise tout en conservant ce qui lui est contraire. La conversion n'est pas une culpabilisation, mais un retournement intérieur vers la vie.

## **Discerner les freins à la joie**

Ce temps de retraite est proposé comme un cadre sécurisant pour entrer dans un dialogue intérieur avec Dieu. Il s'agit de lui demander de montrer ce qui empêche aujourd'hui d'être pleinement heureux : blessures non pardonnées, habitudes destructrices, relations qui n'ouvrent pas à la vie, décisions à poser ou à réajuster. Le discernement se fait à partir des fruits : ce qui conduit à une paix durable, à une joie profonde et à une

liberté intérieure vient de Dieu ; ce qui enferme, divise ou épuise ne peut conduire au vrai bonheur.

## **Entrer concrètement dans la prière**

La prière commence par une mise en présence réelle et paisible devant Dieu, en tenant compte de ce que l'on est, sans masquer les fatigues ou les résistances. Il est proposé de choisir librement un temps de prière, de commencer par demander une grâce précise, puis de laisser l'Esprit Saint agir. Il est possible soit de faire mémoire d'expériences passées de paix ou de joie, soit d'oser demander au Seigneur de faire goûter ce qu'Il promet, même si cela semble encore lointain.

## **Une invitation à la conversion**

Ce temps de prière est un temps de conversion : oser revenir à la joie, se laisser transformer progressivement, poser des actes concrets avec l'aide de l'Esprit Saint. Le chrétien n'est jamais seul sur ce chemin. Dieu accompagne chacun avec patience et fidélité, conduisant vers la joie éternelle qui commence dès aujourd'hui.

## **III L'envoi et la force de l'Esprit Saint**

Cet enseignement conclut la retraite en ouvrant sur une dynamique d'envoi : l'action de l'Esprit Saint ne s'arrête pas au temps de la recollection, mais se déploie dans la vie ordinaire du chrétien, appelé à porter du fruit dans le monde.

## **« Vous allez recevoir une force »**

L'enseignement s'appuie sur le début des Actes des Apôtres (Ac 1,6–11), où Jésus promet à ses disciples la force de l'Esprit Saint avant son ascension. Ce passage marque un tournant décisif : les disciples sont invités à ne plus rester fixés sur le passé ou sur une attente passive, mais à entrer dans un mouvement. L'ascension n'est pas une absence de Dieu, mais la condition pour que l'Esprit Saint soit donné, afin que chacun devienne témoin, non par ses propres forces, mais par la puissance de l'Esprit.

## **Ne pas rester figé sur le passé**

La vie chrétienne ne consiste pas à s'installer dans la nostalgie des moments spirituels forts (« c'était bien pendant la retraite »), mais à en recueillir les fruits pour avancer. Dieu est un Dieu qui met en mouvement. Jésus ne reste pas physiquement présent après la résurrection afin que la relation avec lui ne devienne pas une dépendance extérieure, mais une relation intérieure, libre et habitée par l'Esprit.

## **Se tourner vers la vie**

Dans la vie spirituelle, il ne suffit pas de vouloir éviter le mal : il faut se tourner résolument vers la vie. Comme en conduite ou à vélo, là où le regard se fixe, le mouvement s'oriente. Ainsi, se focaliser uniquement sur le refus du péché enferme ; désirer les fruits promis par Dieu ouvre un chemin. La question centrale devient alors : *vers quoi est-ce que je veux aller ?*

## **Un témoignage personnel : faire exprès d'être chrétien**

À travers un témoignage personnel vécu lors des JMJ de 2008, l'enseignement illustre comment l'Esprit Saint agit parfois de manière discrète mais décisive. Dans une période de sécheresse spirituelle, sans émotion ni consolation particulière, une phrase entendue devient fondatrice : « Avant, j'étais chrétien sans le faire exprès ; un jour, j'ai décidé de faire exprès d'être chrétien. » Cette parole devient une certitude intérieure : Dieu aime de manière inconditionnelle et n'abandonne jamais. À partir de cette expérience naît un chemin de discernement, qui s'inscrit dans le temps et s'adapte aux différentes étapes de la vie.

## **Une force pour avancer**

La foi chrétienne ne se vit pas seul. Le croyant avance porté par l'Esprit Saint, soutenu par une promesse : les fruits de l'Esprit ne sont pas réservés à l'après-mort, mais peuvent être goûtés dès maintenant. Cette force permet de traverser les épreuves, les doutes, les changements, sans perdre l'élan reçu.

## **Porter du fruit**

La conclusion invite chacun à relire les fruits reçus pendant la retraite. Il ne s'agit pas de tout conserver, mais de choisir ce qui est essentiel : une parole, une expérience, une intuition. Ce peu, accueilli et laissé mûrir, peut devenir fécond. Ainsi, chaque chrétien est envoyé pour porter du fruit à sa manière, dans son quotidien, et devenir témoin de la Bonne Nouvelle au cœur du monde.