

## I. - La relecture

### Les formes de relecture sont nombreuses et variées.

Un "Audit" dans une entreprise est une forme de relecture : il s'agit de repenser la façon de fonctionner pour trouver une meilleure rentabilité. Un groupe de parole dans un service de soins palliatifs, à l'hôpital, est une forme de relecture : l'équipe de soins tout entière, de l'agent de service au médecin, se retrouve pour parler de ce que chacun vit avec les malades, et devant la mort.

Relire, c'est aussi le travail des personnes qui orientent les chômeurs : il s'agit de proposer aux demandeurs d'emploi une "relecture professionnelle", pour rédiger un curriculum vitae plus adapté et plus performant afin de mieux "se vendre" et ainsi, trouver du travail.

Le physicien dans son laboratoire relit lui aussi le déroulement de l'expérience qu'il vient de mener, il en note des données pour la recommencer et avancer dans sa recherche.

La veuve qui vient de perdre son mari "repense à autrefois", elle se souvient de tout ce que celui-ci a fait et dit, pendant ses derniers jours, puis relit toute leur histoire commune. Elle le fera encore en montrant des photos à ses petits enfants...

Il y a des relectures qui sont immédiates, intenses, voire violentes. Ce sont celles que vivent beaucoup de gens qui ont échappé à un accident : ils racontent souvent qu'ils ont « vu leur vie tout entière défiler en un clin d'œil ». Il s'agit d'une relecture provoquée par un choc et par l'approche soudaine de la mort.

La Bible, est tout entière relecture par un peuple.

Des livres autobiographiques sont des relectures.

Une psychanalyse est aussi une forme de relecture.

Pourrait-on définir une sorte de loi commune à toutes formes de relecture ?

Une question préalable mérite d'être posée : le rapport entre *Récit* et *Relecture*. Tout récit n'est-il pas déjà une relecture interprétative ? Et inversement, toute relecture n'est-elle pas un récit ?

### 1- Le rapport entre récit et relecture

#### Qu'est-ce qu'un récit ?

Un récit est une mise en intrigue. Il a un commencement, un milieu et une fin. Le récit vise à faire entrer l'auditeur ou le lecteur dans une histoire, une suite d'événements qui se déroulent et s'enchaînent.

De plus, tout récit porte en lui-même une intention. Aucun récit ne dit le réel "tel quel", car il n'existe pas d'expérience "brute", "à l'état pur" : tout récit est déjà une interprétation.

#### 1. Récit et expérience

S'interroger sur le récit, c'est s'interroger sur la façon de mettre des mots sur des expériences quotidiennes ou imaginées. Nous racontons tous "des histoires": la nôtre sous différentes formes, (on ne parle pas de soi de la même manière à son médecin, à un ami, ou à un parent). Nous racontons l'histoire du voisin, du quartier ; l'histoire que nous avons lue, celle que nous inventons, celle encore

que nous avons vécue avec d'autres ; celle aussi d'une rencontre ou d'un bouleversement arrivé dans notre vie.

Événements heureux ou malheureux, aventures, rêves, films, exploits, contes et légendes, toute la vie, réelle ou imaginée, est "racontable" ! La Bible elle aussi, est remplie de récits captivants, merveilleux ou dramatiques. La manière de raconter, le choix des mots, le regard posé sur l'événement, les sous-entendus ou les non-dits, induisent des émotions, des sentiments, et créent un lien entre le narrateur et l'auditeur. Inévitablement celui qui raconte, sélectionne ses propos et induit un type de lecture à son auditeur.

Tout récit s'appuie sur un vécu, une expérience, raconté avec sa propre interprétation, selon l'impact que celui-ci aura eu dans l'histoire du narrateur, et le sens qui lui aura été donné. Sens qui peut aussi varier selon les changements intervenus dans l'être qui parle ou dans son histoire.

### ***Tout récit a une logique***

Un héros vit un méfait ou un manque, des épreuves qui visent une transformation et un dénouement. Souvent le récit commence ainsi dans les contes : "*Il était une fois.* " Il se développe et s'achève dans un dénouement en forme de sanction : "*Et l'on n'entendit plus jamais parler de lui...*" ou d'apothéose : "*Ils se marièrent et eurent beaucoup d'enfants...*" Il y a toujours une intrigue, avec plus ou moins de suspense selon que le narrateur saura détailler et raconter toutes les péripéties possibles. Et si le narrateur a oublié en route quelques unes des péripéties, il aura cependant retenu l'essentiel : le nœud de l'intrigue avec la transformation qu'elle opère. Sans cela, il n'y a pas de récit et il n'a plus rien à raconter !

### ***Le récit : base de la relecture.***

C'est de récits en récits que nous construisons notre histoire personnelle. Le récit de l'enfance, puis de l'adolescence, celui de l'étudiant et du jeune professionnel, celui encore de l'âge adulte et mûr. Chaque étape de la vie a son récit propre, avec le souvenir de quelques bonnes anecdotes (les souvenirs d'école, de pension, de régiment, des grands choix, du mariage etc.). Or, faire une relecture, c'est justement reprendre l'histoire gravée dans la mémoire au cours de chacun de ces récits, reliant ainsi passé, présent et avenir. C'est re-parcourir l'histoire d'une vie avec parfois un fil conducteur précis : par exemple, la connaissance de soi, les événements familiaux, la vie chrétienne, la vie professionnelle, amicale, ou sportive...Chaque fois, l'on peut se demander : que s'est-il passé à cet âge ? et encore à cet autre âge ? Que découvrons-nous, qui revient sans cesse comme un leitmotiv, et dit un trait de caractère, une difficulté, une attirance, une sensibilité particulière ? La relecture devient alors une compilation de récits, un récit de récits, un « méta-récit » qui est relecture parce qu'une cohérence apparaît entre tous les récits et fait surgir, une vie, une histoire d'homme, au cœur d'événements vécus d'une façon apparemment si différente.

## **2- Qu'est ce que relire ?**

Le mot "relecture" lui-même, nous donne un premier sens : il s'agit de re-lire. Donc, lire une seconde fois. Le Larousse dit "lire de nouveau ce que l'on a déjà lu ou ce qu'on vient d'écrire". La relecture passe par la lecture et par l'écrit. Mais il est impossible d'en rester au premier sens du terme, il nous faut transposer le mot à la réalité de l'expérience humaine. Dans ce cas, une question s'impose : relire quoi ? pourquoi ? dans quel but ? Faut-il des conditions particulières pour relire ? Peut-on relire n'importe où, avec n'importe qui, dans n'importe quelles circonstances et sur n'importe quel sujet ?

L'acte de relecture est d'abord une confrontation avec soi-même, avec son histoire, sa mémoire, son intelligence, son affectivité et ses relations. C'est un véritable travail sur soi où tout l'être est saisi.

### ***Relire, c'est d'abord « rentrer en soi-même »***

Dans toutes les formes de relectures, apparaît toujours le préfixe "re" : "ré-organiser", "re-vivre", "re-penser", "re-tracer", "re-dire", "re-faire", "re-lire", "re-connaître". Il y a bien une expérience de "réflexivité" à la base de la relecture. Toute vie, par nécessité de sens, a un caractère réflexif que la relecture met en relief. Réflexivité du soi sur soi-même. Etre attentif à ce qu'on vit dispose à une conscience plus vive de soi. Le sujet s'éprouve et s'analyse, il devient capable de "réfléchir", de se "remettre en cause", de s'ajuster et de "ré-orienter" peut-être sa vie. La relecture précise ici la nécessité de "faire retour sur soi". Présence à soi, écoute vécue de l'intérieur : ces attitudes entraînent une nouvelle compréhension de sa propre histoire. Véritable expérience d'intériorité, la relecture est un chemin de soi, re-parcouru à la lumière nouvelle de « l'aujourd'hui ».

### ***Relire, c'est « faire mémoire ».***

Par la mémoire, le vécu devient la matière première de la relecture. La mémoire réactualise le passé, le rend présent et ouvre l'avenir. Elle fait exister ces milliers d'événements « engrangés » qui constituent le réel d'une histoire vécue.

« Notre mémoire, c'est nous-même, écrit Bernard SESBOUE, sans elle nous ne serions qu'une succession d'instant fugitifs ; l'homme est temporel et il ne peut dépasser la succession non maîtrisable des instants que par la mémoire. Par elle il peut faire l'unité de son existence et donner sens à sa vie », (Bernard SESBOÛE. *La mémoire et le salut*. Croissance de l'Eglise n° 114, Mars 1995, p. 27).

L'histoire d'une personne se déroule entre naissance et mort. Entre ces deux pôles, la mémoire est « disponible », au service des expériences qui feront sa vie. La mémoire est vivante, elle donne conscience à un être qu'il existe dans la durée. Elle renvoie inmanquablement à une mémoire plus vaste, que l'on appelle souvent « mémoire collective ». Et, par là, elle ouvre aussi à une conscience plus vaste, qui la dépasse. Tout peuple a une mémoire marquée par les réussites et les conflits du passé. L'histoire de l'Europe ne peut oublier la Shoa, l'Afrique est profondément marquée par trois siècles de Traite Négrière...et le Japon par Hiroshima. Les exemples sont multiples.

La mémoire est essentielle à une vie d'homme : qu'est-ce que l'être quand la mémoire vient à manquer ? qu'en est-il de sa conscience ? de sa personnalité, de son identité ?

Aucune réflexion sur le sens d'une relecture ne peut être entendue en dehors de la question de la structuration de la personnalité et de son identité, en dehors de la mémoire et de ses mystères. Dans une psychanalyse, une personne arrive en consultation avec des bribes, des morceaux de récit. Elle ne peut quitter la thérapie que lorsque son « cri » est devenu « récit », qu'elle a trouvé ou retrouvé la cohérence de son récit, reliant les faits, les gestes, et les événements entre eux .

Une quelconque perte de mémoire entraîne une perte d'identité, et inversement travailler sur sa mémoire, faire mémoire, c'est trouver ou retrouver une identité.

### ***Relire, c'est solliciter son intelligence pour trouver un sens.***

L'intelligence vient en aide à la mémoire, elle s'appuie sur les données rapportées par celle-ci, les organise en les mettant en lien, leur donne sens et cohérence. L'intelligence permet l'interprétation et la communication de l'expérience. Elle fait passer « du vécu à l'expérience » : le vécu n'est plus seulement un vécu anecdotique ou événementiel « subi » il devient « expérience »

parce qu'il est relié, et prend sens, on peut s'y appuyer pour construire l'histoire. Les clés de compréhension de l'histoire des hommes appartiennent au travail de l'intelligence.

Relire c'est donc tenter de saisir l'unité et le sens d'une vie dans la diversité de ses moments. La prise en compte du réel donne à la relecture un aspect objectif. La vie ne prend sens qu'à partir de ce qui a été réellement vécu. Le rapprochement des événements entre eux produit un « effet de sens » et fait surgir des aspects parfois inattendus. Ce qui se découvre en s'organisant et en se recomposant est de l'ordre de l'engendrement à soi-même. La cohérence trouvée ou retrouvée fait sortir du chaos et de la confusion.

La personne peut alors vivre en meilleure intelligence avec elle-même, car elle se connaît mieux, elle re-lie sa vie par un fil rouge, celui de sa propre cohérence : être homme, femme, de tel ou tel milieu, de tel ou tel pays, de telle ou telle formation représente une première cohérence. Mais sur quoi repose cette vie, cette cohérence ? quel en est le sens ? Cette question du sens de la relecture touche à la fois aux racines de l'être (qui suis-je ? d'où je viens ?) et aussi à sa vocation profonde : A quoi suis-je appelé ? Pourquoi est-ce que je vis ? La relecture ouvre des horizons à celui qui cherche.

« Ordonner sa vie », c'est aussi affiner ou modifier sa perception du monde et mieux vivre « avec » lui, pour mieux agir « sur » lui.

### ***Relire, c'est construire son identité.***

Paul RICOEUR parle d' « *identité narrative* », c'est-à-dire une identité en devenir, dynamique, qui peut se raconter en lien avec les événements de la vie et entrer ainsi dans une histoire cohérente. Apprendre à relire, n'est-ce pas apprendre à raconter, à « parler sa vie », à lui donner forme, sens, et sérieux ? N'est-ce pas lui donner une assise, et en même temps une direction ?

Relire sa vie comporte donc la redécouverte de son identité. C'est une expérience très forte de construction de soi. Aucun « petit d'homme » ne peut en effet se construire sans des expériences claires de gratifications et de frustrations : il s'agit pour lui de se construire dans l'assurance d'être aimé, en même temps que d'apprendre à intégrer le manque qui creuse le désir. C'est à l'intérieur de ces mises en place que l'enfant se structure et organise sa relation aux autres, à lui-même et à Dieu.

Il ne s'agit pas de « se raconter », mais plutôt de retrouver des racines. De devenir davantage « sujet », agissant en liberté, appuyé sur une histoire personnelle assumée et enracinée. Comment se construire sans racines, sans fondement ? Une identité n'est jamais figée. Elle est sans cesse en devenir, en espérance. Elle s'enrichit constamment. Plus elle est claire et enracinée, plus elle est forte, reconnue. Elle précise alors davantage son avenir dans une direction, une inspiration, un goût particulier, une vocation donnée.

### ***Relire, c'est être touché dans son affectivité.***

Le cœur, c'est le centre vital de la personne. Tout ce qui affecte le cœur, touche aussi la mémoire et la volonté. L'intelligence « travaille » à partir de ce que la mémoire du cœur sélectionne. Elle interprète les événements selon l'impact ressenti dans l'affectivité et la sensibilité. C'est l'aspect subjectif de la relecture. Le retentissement est plus ou moins grand selon la personnalité... Mais le cœur n'est pas seulement le lieu de la vie affective, il est aussi le lieu des souvenirs, des idées, des décisions, des projets. Toutes les grandes décisions de la vie passent par le cœur et l'affectivité est toujours présente dans les choix engagés par quelqu'un. Relire, c'est découvrir combien le cœur tient une place importante dans la vie, combien « la mémoire des amours » comme aussi celle des blessures de l'amour est essentielle. Sans doute parce que toute sa vie, l'homme cherche à aimer et à être aimé. Mémoire des amours et mémoire des blessures : la mémoire est vivante, mais peut aussi s'encombrer de tous ces souvenirs au lieu d'apprendre à s'en libérer. La liberté est pleinement engagée dans cette

gestion de la mémoire du cœur. Liberté et décision sont nécessaires pour ouvrir un avenir qui saisit tout l'être, sans se laisser envahir par les vieux sentiments qui refont surface. Alors le cœur, au lieu de se rétrécir, pourra s'élargir à de nouveaux horizons, la sensibilité deviendra une vraie richesse, et les relations auront toute la saveur et la profondeur d'une humanité pleine de sagesse.

### ***Relire, c'est entrer dans l'histoire et unifier le temps.***

Faire mémoire, raconter une histoire, tout cela provoque une réflexion sur le temps. Car si relire, c'est accorder du poids aux événements, aux relations, c'est aussi donner du poids et de la valeur au temps. Les instants fugitifs deviennent histoire. Raconter c'est entrer dans l'histoire, la sienne propre, celle des autres, de la société, celle du monde. « *Le temps devient humain quand il est raconté* », dit Paul RICOEUR ( *La triple Mimesis, Temps et récit*, I, p. 85) et, quelques lignes plus loin : « *Tout récit non raconté est préhistoire* »

Une relecture se déroule dans l'histoire. Elle se fait à la lumière de ce qui est vécu dans l'aujourd'hui. Le vécu d'une personne, qu'elle ait vingt ou quatre-vingt ans est toujours « une matière vivante » sans cesse en devenir, sans cesse en création. Si une relecture survient tard dans l'existence, elle sera sans doute à la fois plus dense et plus profonde mais aussi plus rugueuse, car plus il y a d'années, plus il y a de richesses et d'épreuves à relire !. Dans ce cas, la relecture sera davantage « mémorial » comme un recueil de fruits, une moisson. Chez une personne plus jeune, elle est davantage une recherche de sens pour prendre une décision, pour construire un avenir dans la durée.

La vie ne se déroule pas de façon linéaire, mais plutôt comme une spirale. Certains événements sont comme « revisités » régulièrement, à la lumière d'événements nouveaux qui leur redonnent sens autrement. L'histoire se reconstruit, se réorganise, se raconte avec une autre interprétation, une autre intelligence, elle continue de modeler la personne, de la faire advenir à elle-même. Il est fréquent qu'un événement essentiel, souvent une souffrance (maladie, abandon, deuil) revienne régulièrement à la mémoire : il est ce que l'on peut appeler « le récit fondateur » de la personne. Toute son histoire s'appuie sur ce récit central et tous les autres récits de sa vie vont venir s'articuler sur celui là. Il constitue ainsi son identité et sa personnalité.

## **3- Les conditions de la relecture**

### ***Le désir, l'intention droite et la disponibilité***

Ces trois attitudes semblent importantes pour démarrer l'exercice de relecture. Personne ne saurait contraindre quelqu'un à s'y engager : celui qui se met en route ne peut le faire que librement. L'expérience d'un manque, d'un malaise, d'une insatisfaction ou encore l'exemple positif d'un proche, creuse le désir « de faire le point », de « mettre de l'ordre » ou de « voir plus clair » dans son histoire. La démarche peut aussi se faire à une étape cruciale de la vie, à l'occasion d'une décision à prendre. Le désir d'être éclairé sur soi est le moteur, car c'est la personne tout entière qui se risque dans l'aventure.

La disponibilité et l'intention droite sont des attitudes fondamentales. Il s'agit de partir le cœur libre, accepter de ne pas savoir à l'avance ce que l'on découvrira, ni combien de temps exactement cela durera. Cette disponibilité de fond est essentielle, c'est l'enjeu d'une vraie recherche, dans la relecture croyante : c'est la place laissée pour que l'Esprit « travaille ». L'intention droite et la

disponibilité permettent que la démarche s'enclenche de façon juste et qu'elle aboutisse paisiblement. Elles maintiennent dans le réel de l'histoire vécue et évitent les constructions toutes faites, sans faille, et sans remise en question. La relecture n'est pas un « remède miracle », elle est un chemin à la rencontre de soi-même et des autres, il faut le prendre modestement, avec confiance et liberté, dans un vrai désir de renouveler son regard sur sa propre vie.

## **L'écriture**

L'écriture permet à la mémoire de se fixer, elle préserve de l'oubli, et contraint à une rigueur d'expression. La parole écrite se fait moins longue, moins envahissante, plus précise... En posant « noir sur blanc » sur le papier son histoire, celui qui relit et qui écrit consent à la perdre tout en la recevant autrement.

Penser en écrivant, se **comprendre en écrivant, souffrir aussi de l'impossibilité de « dire »** totalement une expérience particulièrement intérieure et forte. Chaque personne qui s'est aventurée sur ce chemin sait qu'elle est advenue à elle-même en osant s'y risquer...

Ecrire, c'est aussi vivre une distanciation réelle d'avec soi-même, une appropriation nouvelle en même temps qu'une dés-appropriation, car des illusions sur soi tombent. L'on apprend à « peser » ce qui affecte et dérange véritablement, ce qui rend heureux ou douloureux. C'est un travail sur soi et une réelle expérience spirituelle. Ecrire procède d'un véritable accouchement, c'est une naissance, parfois une révélation à soi-même.

Ecrire, c'est aussi cultiver un espace intérieur et par là découvrir des horizons inconnus. L'écrit permet l'intériorisation de l'expérience et la communication à d'autres. Il favorise l'habitude d'avoir un lieu, un temps, un espace personnel pour « rentrer en soi-même »... Le journal spirituel tient une grande place dans la vie des Saints. Paradoxalement l'écriture permet donc à la fois l'approfondissement personnel d'une vie et l'ouverture à l'universel par la médiation du texte.

## **Le dialogue**

Relire ne peut se faire tout seul. Un accompagnement est nécessaire pour entendre sa propre parole se dire, éviter les interprétations trop positives ou trop négatives, voir les errances. Le rôle de l'accompagnateur est important dans ce cheminement. Il confirme et authentifie le chemin parcouru. Il aide à la structuration et à la construction de la personne.

Etre accompagné, c'est pouvoir être entendu, écouté, reconnu dans une histoire particulière. Ecoute précieuse qui permet de faire surgir les choses du tréfonds de soi ; de les nommer pour les mettre au jour, de démêler les imbroglios de son histoire... Le dialogue permet de préciser tel ou tel aspect, d'éviter les fixations, d'apprécier tel événement, de souligner la répétition ou l'absence d'un fonctionnement. de creuser une expérience ou un appel. La parole, comme dans un miroir, renvoie à lui-même celui qui est écouté. La parole de l'accompagnateur peut secouer ou consoler lorsqu'il y a lieu. Témoin discret, il joue parfois le rôle d'un véritable « accoucheur ». Sa présence doit être à la fois ferme et douce, son écoute humble et fidèle. Sa tâche demande un infini respect des personnes et beaucoup de détachement pour ne pas prendre la place de l'autre, et lui imposer ses réactions.

## II. - La relecture croyante

### 1- Qu'est-ce que la relecture croyante ?

Si la relecture est une « compilation » de tous les récits d'une vie, la relecture croyante est elle aussi un « méta-récit » de la vie de foi. Il s'agit de reprendre dans chacun de ces récits, l'histoire de la relation à Dieu et des étapes de la foi. L'histoire de la conversion est le cœur de cette démarche : reconnaître Dieu à l'œuvre et le rencontrer, c'est le but de la relecture croyante.

#### 1) *Relecture et conversion*

##### *La relecture conduit à la conversion.*

Au départ de la démarche : un événement déclenchant fait entrer dans une prise de conscience, une écoute différente de la vie, un autre regard. Un chemin intérieur s'ouvre, qui laisse l'espace disponible pour commencer à relire. Chez les saints, par exemple Ignace, comme chez les Fils d'Israël en Exil, l'événement déclenchant secoue physiquement. Il y a un vrai déplacement. Le déplacement physique va entraîner un déplacement intérieur. Secoués, interrogés dans leur foi, ils se demandent : quel sens a cette épreuve? Ce questionnement à partir de l'événement conduit à la conversion et à la rencontre de Dieu, et cette rencontre devient « Révélation ».

Ignace, cloué au lit par un boulet de canon, plonge dans des rêves que des lectures vont déranger. C'est précisément la relecture de ses pensées et de ses rêves qui va l'ouvrir à Dieu et aux mouvements de l'Esprit qui l'habitent. Il devient attentif aux résonances des sentiments en lui et découvre peu à peu la présence et l'action de Dieu. Pour Ignace, la relecture des pensées et des sentiments est un moyen de « chercher et de trouver Dieu », de découvrir Sa volonté dans sa propre vie.

Pour les Fils d'Israël en Exil, la secousse est forte. Terre, Temple, Roi, ils ont tout perdu. Qui donc est Dieu ? Est-il sensible à leur détresse ? Va-t-il entendre leur cri ? La relecture de l'Exode va maintenir leur foi et leur confiance en Dieu : ils se souviennent « Souviens-toi » dit le Deutéronome. Lui qui a su faire sortir les Hébreux de l'esclavage d'Égypte saura aussi les faire sortir de là...L'approfondissement de leur attachement à Dieu est en jeu : il leur faut s'abandonner à Lui dans une confiance sans réserve. Ils découvriront alors combien sont immenses la miséricorde, la bonté et la fidélité de Dieu.

##### *La conversion ouvre à la relecture*

Parfois Dieu parle directement, sans détour. C'est le cas chez de nombreux convertis. Un choc se produit qui fait entrer en relation avec quelqu'un d'inconnu : Dieu, le Christ, l'Esprit.

##### **La conversion : cœur de la relecture croyante**

« *La conversion, dit Isabelle BOCHET à propos de saint Augustin, n'est pas une manifestation de la puissance de l'homme, mais une manifestation de la puissance de Dieu. Elle est un don et non une conquête. L'acte à poser apparaît alors en pleine lumière : il s'agit de prendre appui sur Dieu et non sur soi-même* »

La relecture croyante est le récit de cette conversion « déployée » dans toute l'histoire de la personne. Elle consiste à repérer comment Dieu avait préparé avec délicatesse, et par étapes successives, un chemin, une ouverture, parfois même au milieu des errances. La conversion est l'événement-clé, l'événement fondateur, qui révèle la grandeur de Dieu dans la faiblesse de l'homme. C'est une illumination, une Révélation : l'ensemble d'une histoire se trouve tout à coup saisie dans l'amour de Dieu. Tout en révélant le sens profond, Dieu console et guérit. Et cette « consolation » conduit à une réconciliation, à l'unification de nombreux éléments passés d'une vie, jusque-là non reliés. Raconter sa conversion, relire sa vie à la lumière de cette conversion, c'est donc une autre façon de dire Dieu, car c'est Lui qui agit par son Esprit, c'est Lui qui convertit, et fait toutes choses nouvelles. Cette conversion, la personne en découvre toutes les racines dans chaque détail de sa vie ; elle est bientôt saisie par une immense action de grâces et un appel urgent à la mission. Quand Dieu parle, il touche au cœur, il transforme toute une histoire en un appel brûlant et vivant.

## 2) Faire la vérité devant Dieu

« *Qui fait la vérité vient à la lumière* » dit Saint Jean. La relecture permet de faire la vérité de son être devant Dieu. En « se racontant à soi-même » son itinéraire, l'homme apprend à se connaître, à repérer ses fonctionnements, à saisir les méandres de son histoire, de sa psychologie, à mettre en lien des événements et des réactions non explicables. Il repère les forces de vie et les forces de mort qui sont en lui. Faire la vérité est une démarche qui rend humble : la personne qui vit cette expérience plonge dans la réalité de son humanité, heureuse ou blessée. Elle fait venir au jour des sentiments parfois enfouis en elle de longue date, et clarifie des situations qu'elle n'osait plus regarder en face. La vérité découverte ici n'est pas d'ordre psychologique, même si elle n'y est pas étrangère. Il s'agit de la vérité d'une expérience spirituelle retracée, revisitée dans la lumière donnée par Dieu. Comme un phare qui éclaire tout l'itinéraire, cette vérité spirituelle, reçue de Dieu, re-parcourt le passé, transfigure le présent et ouvre un avenir plus réel, plus humain, plus vrai. Faire la vérité sur soi-même est une expérience spirituelle forte : c'est reconnaître les chemins du péché, apprendre à lâcher prise et s'abandonner à Dieu. Au cœur de cette faiblesse, Dieu se déploie et dit sa miséricorde. Il guérit les blessures et vivifie. Avec Lui, même l'impossible devient un chemin. La vérité sur soi devant Dieu, mise ici en récit par la parole et par l'écrit, devient l'Histoire Sainte de la personne, histoire faite d'alliances et de ruptures, de réconciliations. Ce récit de foi entre alors dans l'Histoire du Salut. Il est comme un cinquième évangile, un chapitre supplémentaire aux Actes des Apôtres.

Certains récits ne seront jamais écrits, car accéder à plus de vérité sur soi n'est pas toujours possible, le chemin de chacun est différent. Mais l'expérience de la parole et de l'écrit sort de la confusion et parfois du mensonge à soi-même. « Faire la vérité devant Dieu », c'est chez Saint Ignace « ordonner » sa vie à Dieu, c'est à dire y mettre de l'ordre, de la vérité, de la clarté. Donner forme à ce qui est informe et sens à ce qui est insensé.

Cette vérité sur soi remet à sa juste place, dans un chemin d'acceptation de sa propre histoire pour davantage de vie. C'est une grâce à recevoir. L'humilité vraie consiste non à se mépriser soi-même, mais à oser être pleinement soi. Au cœur de cette vérité de l'être mise dans la lumière de Dieu, dans cet ordre retrouvé et dans cet abandon d'elle-même à Dieu, la personne peut enfin se construire une véritable identité et « *marcher humblement avec son Dieu* » (Mi 6, 8)

## 3) La traversée de l'épreuve.

La relecture est épreuve en elle-même, car elle nécessite une plongée en soi, elle oblige à un regard de vérité qui fait souvent souffrir. Or, des épreuves habitent nos vies. Relire est forcément douloureux quand il s'agit de dénouer l'écheveau de la souffrance, de l'amertume, des cassures. Dans la foi, tout peut être transfiguré. Les souffrances prennent sens dans celles de Jésus sur la croix. Un chemin devient possible, en union avec Celui qui a souffert. Ce chemin est Résurrection et Vie.



De même, aucune vie dans l'Esprit ne se construit sans combat spirituel. Ce combat est aussi une épreuve. Les disciples au moment de la Passion ont vécu ces épreuves et ce combat spirituel. Lâcher prise pour laisser Dieu agir ne se fait pas sans résistance. Le Christ lui-même a vécu cette épreuve. Venues de l'extérieur, ou luttés intérieures et intimes, ces épreuves sont des remises en cause sérieuses de la manière d'être, de penser et d'agir, de se situer dans le monde. Personne n'en sort indemne. Quelque chose se passe, est comme « en débat », en « délibération », comme « le grain de blé qui doit mourir pour donner du fruit », il faut mourir à quelque chose sans savoir encore à quoi vivre. Et cela ne peut se faire sans combat, il faut « traverser » ou « se laisser traverser ». Perdre, quitter des personnes, des habitudes, des comportements, pour s'ouvrir à la nouveauté, à l'inconnu. Pour certains, ce « perdre » (« se perdre ») est de l'ordre d'une rupture radicale, d'un « choc ». C'est une blessure profonde qui marquera toute une vie, comme Jacob qui « *au lever du soleil, boitait de la hanche* ».

L'épreuve dérange l'homme dans son humanité, elle « l'use », mais elle creuse en lui le chemin de l'intériorité. En même temps qu'elle procède à une purification de l'être, elle approfondit l'identité croyante.

#### **4) Retrouver une identité chrétienne**

Notre mémoire religieuse est inscrite au fond de notre cœur. Cette mémoire est le lieu de la vie spirituelle par excellence. La relecture va faire resurgir des événements qui marquent à jamais notre relation à Dieu . C'est en se rappelant des hauts-faits de Dieu qu'Israël se reçoit de lui comme peuple élu. De même, dans une vie personnelle, se savoir aimé de Dieu enracine la foi, la confiance et l'amour pour lui. La relecture n'est autre qu'un rappel et une réactualisation de cet amour personnel et unique de Dieu. L'homme se souvient qu'il est aimé de Dieu, qu'il est sauvé par lui, et il découvre qu'il peut s'appuyer sur cet amour et cette fidélité pour construire sa vie.

Mais la relecture peut emmener le chrétien plus loin encore, vers la conversion de sa mémoire et vers la réconciliation. Parfois, la mémoire est blessée jusqu'au fond de l'être et la relecture « butte » sur cette souffrance. Se convertir sera alors l'expérience d'une réconciliation très profonde, avec soi-même, ses origines et les siens, avec ses relations mais aussi avec Dieu. Cette réconciliation peut également être l'acceptation d'une cassure irréparable, comme la mort d'un être cher, ou bien la maladie physique ou psychique.

Dans une relecture croyante, la personne qui relit reprend toute son histoire à la lumière de la Révélation. Son identité croyante s'affirme par la reconnaissance conjointe de la grandeur de Dieu et des réconciliations à vivre. La structuration de sa personnalité croyante passe aussi par la structure psychique personnelle. Elle retrace la manière dont Dieu a été présent et agissant au cœur de toute sa vie humaine et spirituelle. Elle devient capable de passer de l'étape du « retour sur soi » à la « reconnaissance de Dieu », désormais « auteur » et « acteur » de sa vie, elle prend au sérieux son humanité et peut la déployer en rendant au Créateur la grâce reçue.

#### **5) Reconnaître Dieu à l'œuvre, se recevoir de Dieu**

Reconnaître Dieu à l'œuvre dans son histoire, voilà le « passage » en Dieu ! C'est à partir du moment où l'homme cesse de s'ériger en égal de Dieu, en tout-puissant face à Lui, qu'il peut commencer à se recevoir de Lui. Il devient créature face à son Créateur. Il comprend qu'il n'a pas son origine en lui-même, mais qu'il doit sa vie à un Autre. Il se met à relire son existence dans cette perspective : un Autre l'a créée, un Autre l'aime, un Autre lui veut du bien. Il découvre les traces de la pédagogie divine et cherche comment il a été rejoint sur sa route quotidienne, par le Maître de l'Histoire.

Car, reconnaître Dieu à l'œuvre, c'est d'abord considérer Dieu comme plus grand, comme l'Immense, comme Celui qui ouvre un avenir et peut faire du nouveau. Dieu est capable de tracer un sentier dans la mer, une route dans le désert, car « *rien n'est impossible à Dieu* ». Reconnaître sa finitude et son péché, reconnaître Dieu comme Créateur et Sauveur est bouleversant. La vie tout entière est saisie, prise dans un mouvement immense, beaucoup plus vaste que soi, qui ouvre à l'universel tout en faisant aimer ce qui est particulier. Reconnaître Dieu à l'œuvre en soi, permet une écoute plus attentive pour Le reconnaître dans les autres et dans le monde. Cette écoute ouvre à l'altérité de la rencontre. Le centre de l'existence ne se crispe plus sur soi et sur son histoire plus ou moins mouvementée, il est orienté vers Dieu qui attire et unifie l'ensemble d'un parcours

Reconnaître Dieu à l'œuvre, c'est découvrir que toute la vie peut être action de grâces. La joie humaine et spirituelle, la paix et le sentiment d'habiter pleinement sa vie de l'intérieur accompagnent ce mouvement de gratitude et re-connaissance de Dieu. Ces sentiments sont le signe de la présence de l'Esprit Saint (Ga 5, 22). Reconnaître, c'est-à-dire « naître avec », n'est-ce pas naître à la vie de Dieu, à la louange et à l'action de grâce ? N'est-ce pas mener davantage sa vie selon l'Esprit ?

## **6) Faire de sa vie une Eucharistie, approfondir l'Alliance avec Dieu**

Faire mémoire des dons de Dieu dans son histoire, creuse le désir de la louange et de la contemplation : « *Dieu était là et je ne le savais pas* ». Le cœur de celui qui relit apprend peu à peu les mots de la prière, parce qu'il se sait désormais en relation avec Dieu. La gratitude qu'il ressent tourne naturellement son cœur vers Celui qui l'aime et le sauve, vers Celui qui est la source de toute vie et de tout amour. Il sait maintenant que « *sa vie a du prix aux yeux de Dieu* », et son désir d'approfondir cette relation personnelle ne fait que croître. Il apprend à recevoir de Dieu les dons qui sont les siens pour les faire fructifier davantage ; il s'ouvre à la nouveauté de Dieu qui l'envoie sur les routes de la mission.

Celui qui relit sa vie dans la foi a le désir de l'offrir à Dieu par gratitude. Il renouvelle l'Alliance scellée avec lui par le Baptême, il entre plus avant dans l'Alliance en vivant aussi les sacrements de la réconciliation et de l'eucharistie. Il se reconnaît Fils bien-aimé du Père. C'est au cœur de l'eucharistie que la relecture trouve son accomplissement. Car toute relecture chrétienne s'achève dans l'eucharistie. Elle s'y ressource et accueille un dynamisme de vie nouveau pour la route.

Au cœur de la liturgie eucharistique, nous invoquons l'Esprit Saint et nous entrons dans le geste que le Christ lui-même nous a dit de faire : « *Faites ceci en mémoire de moi* ». Nous vivons le partage du pain et du vin, et nous recevons son Corps et son Sang comme nourriture et comme boisson. Toute la vie devient offrande et action de grâces dans l'offrande du Corps et du Sang du Christ. L'anamnèse rassemble à la fois le passé, le présent et l'avenir. Le temps réel devient le temps célébré, offert à Dieu dans la Présence du Christ, pain vivant. Dieu établit en Jésus-Christ une Alliance nouvelle et éternelle.

Toute la vie est appelée à devenir eucharistie : « *Devenez ce que vous recevez* » dit St Augustin. Si « *La mémoire qui habite notre foi, demeure la mémoire d'un amour* », alors, c'est au fond de cette mémoire là qu'il faut demeurer.

## **7) Relire pour discerner et décider**

L'action de grâces appelle l'action concrète, elle s'incarne dans le quotidien .

« *Quelle est la volonté de Dieu sur moi ?* », voilà une question que chacun se pose régulièrement. Dans notre existence, il y a les grands choix où l'on « joue » toute sa vie, profession,

mariage, vie consacrée,...mais il y a aussi mille et une décisions quotidiennes qui sollicitent notre discernement. Chercher la volonté de Dieu sur soi ce n'est pas exécuter des ordres venus « d'en haut », c'est bien plutôt s'exercer au discernement, et par là devenir de plus en plus libre. Car la volonté de Dieu sur un être ne se fait pas sans lui ! La route n'est pas tracée d'avance, elle est au contraire à inventer avec Dieu chaque jour. C'est la rencontre de deux désirs, de deux libertés. Marcel DOMERGUE l'explique ainsi :

*« On se trompe lourdement quand on confond la volonté de Dieu avec une sorte d'arbitraire. D'une part cette volonté est impuissante sans l'accord de notre liberté, d'autre part elle va dans le sens de notre naissance, de notre plus être : elle n'est pas contre nous, elle est avec nous. »* (Marcel Domergue, *la volonté de Dieu*, Cahiers pour croire aujourd'hui, n° 29, janvier 89, p. 25)

Le discernement au quotidien devient conquête de notre liberté. Au cœur de la vie humaine, il s'agit de mettre dans l'ordre les moyens à prendre pour la fin désirée. La relecture est un de ces moyens. C'est par elle que la mémoire et l'intelligence s'activent pour faire le lien entre tous les événements de la vie et leur donner sens. Le discernement selon l'Esprit peut se comparer à cette recherche de direction, de signification. Discerner, c'est d'abord, par la relecture, prêter attention à certains événements plus importants que d'autres, et en mesurer le retentissement intérieur et extérieur. Prendre conscience « qu'il se passe quelque chose » dans sa vie, c'est prendre au sérieux les mouvements qui l'habitent : telle relation qui rend agressif ou au contraire heureux, telle situation sans cesse douloureuse et pourtant incontournable, telle joie à l'idée de telle ou telle perspective ...etc. Lorsqu'on a repéré les différents mouvements et sentiments que provoque telle ou telle situation, il est possible de dégager un sens à ce que l'on est entrain de vivre. Parfois, il y aura une décision à prendre : continuer ou arrêter cette activité, contacter telle personne ou prendre du recul dans telle relation.

Dans tous les cas, relire ne peut se faire sans un minimum de critères : une grille de relecture et la nécessité d'écrire et/ou de parler. Les éléments ainsi repris « à froid » et ré-actualisés par la mémoire, font découvrir des horizons insoupçonnés. Le travail de distanciation du cœur et de l'intelligence peut se faire plus facilement, la volonté peut choisir et décider.

## **8) La mission comme une réponse d'amour**

Après une telle expérience de conversion et de reconnaissance de Dieu, comment garder pour soi la joie et l'espérance qu'elle suscite naturellement ? L'agir se fonde sur cette reconnaissance. Toute relecture ouvre un avenir. Ce chemin peut être celui de la décision, celui de la « réforme » de sa vie ou encore celui d'une réconciliation. Mais il sera aussi celui de la mission, de l'ouverture aux autres, car la relecture a une dimension sociale et communautaire. Elle ouvre aux autres et à l'action pour les autres et avec eux.

La « sortie de soi » que provoque la relecture est le signe que celle-ci est vraiment le fruit d'un travail de l'Esprit. L'ouverture, la paix et la joie sont le dynamisme nécessaire pour inventer avec d'autres les chemins nouveaux d'une humanité réconciliée. C'est comme une entrée dans le monde de la Création. Il se produit une nouvelle ouverture à la vie, avec toute sa richesse et sa densité. Les relations se démultiplient, la vie retrouve sens et goût. Dieu, par sa grâce, donne un désir nouveau pour aimer, servir et de surcroît, une joie que nul ne pourra ravir.

## **Les destinataires de la relecture**

### **1) Le premier destinataire : soi-même**

Si la relecture est un exercice de réflexion sur soi, le premier concerné, est celui qui relit. Lui seul connaîtra l'impact réel de la reprise de sa vie sous le regard de Dieu. Lui seul saura sélectionner ce qui sera constructif pour lui-même et pour sa vie, pour en tirer profit le moment venu. La relecture permet de reconstituer une histoire « qui remet debout ». Celui qui relit aura à cœur de profiter de ce dynamisme renouvelé pour aller de l'avant dans tous les domaines de sa vie ; parce qu'il se connaît mieux lui-même, il osera davantage se lancer; il mettra en oeuvre des décisions que personne ne peut prendre à sa place. Enfin, il continuera à approfondir sa relation à Dieu en lui racontant le récit de ses merveilles.

### **2) L'accompagnateur : témoin d'un chemin en Eglise.**

Se pose alors la question de l'oreille intermédiaire : l'accompagnateur. Lui aussi est destinataire, même s'il semble l'être « par accident » car les paroles ne lui sont pas directement adressées. Oreille autorisée et compétente, il entend et répond, renvoie à celui qu'il écoute ce qu'il sent, ce qu'il comprend et saisit. Il l'invite à creuser une route, la sienne, en lien avec l'évangile et la foi chrétienne. C'est lui qui authentifie le chemin de foi vécu en Eglise. Il est témoin de la recherche d'un homme vers Dieu, du travail et de l'action de l'Esprit à l'œuvre dans une vie.

### **3) Dieu comme partenaire-destinataire.**

Dans la relecture croyante, Dieu est le grand interlocuteur .L'homme qui relit sa vie, le fait sous son regard de bienveillance et d'amour. Au fond, la relecture croyante est « adressée » à Dieu. « Dieu parle à l'homme» depuis la naissance jusqu'à la mort, et « l'homme parle à Dieu » de cette vie. Car tout vient de Lui et tout va vers Lui. La relecture conduit à reconnaître Dieu comme l'intime « plus intime à moi que moi-même », dit St Augustin, et elle permet insensiblement un long dialogue intérieur avec le Christ.

### **4) Les autres : destinataires par voie de conséquence.**

Nous rejoignons ici la dimension sociale et universelle de la relecture. Celle-ci n'est pas tournée sur elle-même. Les signes de sa réussite sont dans l'ouverture aux autres et dans l'action. Si la conversion est orientée vers les autres, elle est pour la mission.

## Les risques de la relecture

### 1- Le « souvenir dangereux »

Il existe des risques pour ce type d'exercice, et tous ne peuvent pas le vivre. Dans certains cas, la maturité humaine et psychique ne permet pas de s'aventurer dans les méandres d'une vie trop blessée, le risque est trop grand de s'y engluer, le souvenir en est trop dangereux. Ce sont « des psychismes infantiles, secs ou trop rationalisants, des psychismes pauvres en dispositions naturelles » écrit Jean-François CATALAN. Il sera préférable d'attendre que la personne, à son rythme, (et si c'est souhaitable), accède à une parole plus accordée à elle-même. Une personne qui ne supporte pas la dé-maîtrise ne supportera pas non plus la moindre faille, le moindre échec. Elle préférera probablement rester dans un monde sans heurt et sans différence, elle évitera de se confronter à la souffrance et aux mauvais souvenirs. Le passage nécessaire au cœur de sa misère, du « retour sur soi à la reconnaissance de Dieu » est impossible. Il faudra probablement une aide psychologique pour aller de l'avant.

### 2 - L'illusion de la transparence

Un autre risque de la relecture consiste à vouloir, tout savoir, tout connaître, tout comprendre de son histoire, de sa psychologie, de ses comportements et réactions, de sa relation avec Dieu. L'illusion d'une vérité totalement transparente sur soi-même est à la fois un mensonge et une recherche effrénée de soi : celui qui relit, veut tout maîtriser, tout posséder. C'est le processus inverse d'une relecture où il s'agit plutôt de s'ouvrir au Tout-Autre à l'œuvre dans sa vie. Tout-Autre qui, par définition, n'est pas soi.... La relecture au contraire provoque une « sortie de soi », appelle la reconnaissance et l'action de grâces, qui permet un autre regard sur soi et sur Dieu, sur ses relations, sur la vie. La relecture ouvre à l'altérité.

### 3 - L'interprétation mensongère

La recherche incessante de soi conduit au narcissisme. Comme fasciné par le reflet de son image dans l'eau, et enfermé dans son histoire, Narcisse, finit par tomber et se noyer. La relecture peut être bloquée parce qu'elle tourne en rond sur elle-même.

Paul RICOEUR parle d'un cercle vicieux provoqué par la violence de l'interprétation et par la redondance. Il explique que le récit peut être soupçonné de tricherie et de mensonge. On fait « comme si », on se trompe soi-même par un artifice superflu qui éloigne de la vraie question, de la vraie souffrance et souvent de la mort. Le mensonge opère une fascination, une séduction qui fait éviter l'affrontement à la mort. C'est ce mensonge, cette fuite en avant qui est violence, violence telle, que cherchant à tout prix à éviter la mort, la personne y court tout droit par un autre chemin !

La redondance est encore un chaos, un retour incessant sur la même interprétation qui n'aboutit jamais à un vrai récit. L'être est enchevêtré dans des récits qu'il n'arrive pas à rassembler en une histoire. Il faudra du temps, de la patience et une oreille avertie pour avancer avec prudence sur ce chemin.

## La relecture du mal et de la souffrance.

Comment éviter la rencontre du mal et de la souffrance dans une relecture ? Comment relire le mal ? Toutes les questions arrivent en même temps : n'est-il pas normal de rejeter Dieu lorsque l'on pense qu'il est l'auteur de toutes ces souffrances ? Si croire en Dieu, c'est croire en un Dieu Tout-Puissant et totalement bon alors... pourquoi le mal ? D'où vient-il ? Faut-il vouloir répondre à ces questions et y trouver des solutions ? Sûrement pas. La question qui se pose à celui qui relit est davantage celle-ci : Que faire avec le mal qui m'arrive ? Que faire aujourd'hui avec la lumière de la foi qui est mienne, pour traverser cette épreuve ? peut-être pour renoncer à comprendre ?

La relecture de la souffrance et du mal oblige à plusieurs attitudes de foi si l'on désire traverser le gué sans trop de difficultés :

- Sans doute faut-il renoncer à tout comprendre et ne pas tourner le dos à cette souffrance mais l'affronter avec courage.
- La personne qui relit, même si elle est pécheresse, n'est pas identifiable au mal.
- Il faut affirmer que Dieu, en Jésus-Christ est vainqueur du mal et de la souffrance, ne pas oublier la Résurrection et se tenir dans l'espérance, car Dieu est plus grand que toutes les misères du monde.
- Quelque chose peut surgir de tout cela, qui peut être important pour la vie.

En reprenant les récits de vies de saints, dont celle d'Ignace, ou encore toute l'histoire Biblique, nous découvrons qu'aucune vie n'échappe à la rencontre du mal, de la souffrance et de la mort. Comment relire les plaies d'Égypte, la mort des Égyptiens dans la mer Rouge ? « Car éternel est son Amour ! » dit le psaume 135. Comment relire la déportation à Babylone, la destruction du Temple ? Comment entendre la phrase de Jésus aux disciples d'Emmaüs : « *Ne fallait-il pas que le Christ souffrît pour entrer dans la gloire ?* » Comment relire la mort de Jésus ? Comment également comprendre le combat d'Ignace dans sa cellule à Manrèse ?

Un premier niveau de douleur et d'incompréhension provoque la révolte. Chacun se bat avec ce qu'il est, sa psychologie profonde, son affectivité, sa foi. Chez Ignace, on sent un point critique où tout peut basculer, soit dans la folie, soit dans la foi inébranlable en Dieu. Pour Jean-Baptiste METZ, la mémoire chrétienne doit tenir en même temps la mémoire de la souffrance et celle du Salut : « *Il n'y a pas de compréhension de la résurrection qui puisse être déployée en dehors de la mémoire de la souffrance* ». (J-B METZ. L' *avenir de la mémoire de la souffrance* dans La foi dans l'histoire et dans la société. Paris, Cerf 1979. p 133.)

C'est dans la suite du Christ mort et ressuscité qu'il faut placer toute la mémoire chrétienne. Il n'y a pas de langage plus fort que la mort et la résurrection du Christ pour donner un sens et un avenir à la souffrance et à la mort. C'est aussi le seul vrai chemin pour dire l'amour. Les Fils d'Israël, et Ignace, n'ont pas connu toutes les recherches faites dans le domaine des sciences humaines, particulièrement en psychologie et psychanalyse. C'est une « révolution » pour l'homme moderne et il est nécessaire aujourd'hui d'avoir quelques connaissances dans ces domaines lorsque l'on accompagne dans une démarche de relecture. Une connaissance plus affinée de l'homme approfondit aussi la connaissance de Dieu. Cependant, un accompagnement spirituel, même si l'accompagnateur est très formé dans le domaine psychologique, n'est pas le tout d'une expérience spirituelle. La grâce et l'Esprit de Dieu sont bien au-delà de toutes nos psychologies et de toutes nos ambiguïtés, de toutes nos recherches aussi.

La relecture le rend capable d'accueillir le don de la vie comme un don de Dieu. Il apprend à pardonner et à être heureux d'être ce qu'il est devant Dieu. Il est réconcilié avec sa propre histoire.

## Les effets de la relecture

### L'homme : un être chercheur de Dieu

En cherchant un sens à sa vie, l'homme rentre en lui-même et y découvre Dieu à l'œuvre. Comme St Augustin disant « Toi, tu étais plus intime que l'intime de moi-même, et plus élevé que les cimes de moi-même » (St AUGUSTIN. *Confessions*, III. 6. 11), comme St Ignace qui lance un cri d'admiration dans sa prière, lorsqu'il sort de la crise de scrupules ; l'homme est émerveillé et bouleversé par la rencontre de Dieu au cœur de son histoire. Du retour sur lui-même, il passe à la reconnaissance de Dieu et à l'action de grâces. La référence de sa vie n'est plus l'amour qu'il se porte à lui-même, mais à l'amour que Dieu lui porte. Sa question devient alors celle-ci : Qu'est-ce qui est le plus opportun, le plus vrai pour moi et pour les autres, maintenant tel que je suis ?

Cette reconnaissance de Dieu dans sa vie met l'homme en quête de Dieu, en Lui et « *dans le Christ il devient une créature nouvelle* » (2 Co 5, 17 ) La personnalité croyante de l'homme se structure dans sa capacité d'intérioriser les expériences vécues, et spécialement les expériences spirituelles.

### L'homme : un être qui intègre le temps et vit dans le présent

En unifiant sa vie, l'homme intègre une certaine notion du temps : il donne cohérence au passé, au présent et à l'avenir. Il est désormais capable de vivre dans la paix son pèlerinage terrestre, car il sait que sa vie a son origine et son achèvement en Dieu. Le temps n'est plus un obstacle, mais une chance : celle de l'aujourd'hui de la rencontre avec Dieu. Vivre dans le présent, en assumant l'histoire passée et en tirant profit des expériences vécues, telle devient l'existence de l'homme qui a placé sa vie en Dieu. Tout événement peut être, il est déjà, une expérience de Dieu. L'homme devient capable de « raconter son histoire » et cette histoire entre dans l'Histoire comme son histoire sainte entre dans l'Histoire Sainte. Cet homme-là habite sa vie de l'intérieur, en relation avec Dieu.

## Du côté de Dieu

Si l'homme cherche Dieu, Dieu, lui aussi, cherche l'homme. La relecture fait apparaître plusieurs visages de Dieu.

### 1- Un Dieu toujours plus grand

« Nul n'a jamais vu Dieu ». En accueillant plus simplement sa finitude, l'homme découvre en même temps l'immensité de Dieu. Il se révèle à lui toujours plus grand, infiniment plus grand que toutes les connaissances qu'il pouvait en avoir jusque là. La Révélation de Dieu dans une histoire met l'homme à sa juste place dans l'univers: Dieu est Dieu, Créateur et Sauveur. Il est l'Insondable et l'Inconnaissable, l'homme le voit comme Moïse... « de dos ».

### 2- Un Dieu qui se communique

Dieu parle dans l'histoire qui passe, des hommes l'entendent et le reconnaissent.. La communication s'établit au fur et à mesure que les événements prennent sens entre eux et deviennent histoire de foi. L'homme découvre que Dieu lui a parlé dans les personnes qu'il a rencontrées, dans les moments heureux ou difficiles qu'il a traversés, dans son intelligence, comme dans son affectivité, dans sa prière à travers les Ecritures, comme dans sa vie.

### **3- Un Dieu présent et agissant**

Dieu est un Dieu présent et agissant dans toute l'épaisseur du quotidien. Rien de ce qui est humain n'est indifférent à Dieu. Dieu se fait présent dans l'histoire des hommes, il est « au travail » dans le réel de l'humanité. Sa présence ne s'impose pas, elle se propose. Dieu est là, il affleure discrètement dans la vie des hommes comme une source. Sa Révélation est progressive, et sa pédagogie s'adapte à l'homme qu'il a créé : Dieu est un Dieu patient. La Présence de Dieu transfigure le quotidien : celui-ci est appelé à devenir contemplation incessante de Dieu.

### **4-Un Dieu miséricordieux, et Sauveur**

Malgré les errances et les chemins de traverse, les échecs et le péché, Dieu manifeste sa présence et la renouvelle sans cesse à l'homme. Cette patience et cette fidélité sont la preuve de son amour sans mesure. L'homme, au cœur de sa relecture se découvre aimé de Dieu, en même temps qu'il découvre sa misère. Mais l'amour de Dieu va jusqu'au bout du don : en Jésus-Christ, il offre le pardon sur la croix. La misère de l'homme est dans le cœur de Dieu, et il est sauvé par Sa grâce. Toute l'histoire, toute la mémoire de l'homme a besoin du Salut et du Pardon de Dieu

### **5- Un Dieu qui se souvient et qui ouvre l'avenir**

Si l'homme oublie, Dieu, même s'il paraît parfois silencieux, n'oublie pas son amour pour l'homme. C'est un amour qui est de toujours à toujours. Et aimer, c'est espérer l'autre, c'est lui ouvrir un chemin. Quand Dieu aime, l'homme découvre comment la relation à Lui commence, devine peut-être comment il avance, mais il ne sait jamais jusqu'où ira le chemin. L'essentiel de la rencontre est toujours devant. Comme les Hébreux au désert, comme Elie marchant quarante jours à l'Horeb, la rencontre éblouissante de Dieu est toujours devant, dans la brise légère. Elle est appel et espérance.

### **6- Un Dieu proche, en Jésus-Christ**

« *Et le Verbe s'est fait chair et il a demeuré parmi nous* ». Jésus est entré dans le temps et dans l'histoire pour nous ouvrir un passage vers le Père. Vivre l'expérience de la relecture, c'est vivre quelque chose de l'Incarnation. Dans le Nouveau Testament, Jésus est « la Révélation » et en Lui, Dieu se fait proche. Jésus-Christ accomplit les Ecritures qui sont relues en Lui. C'est par sa vie que toute relecture prend sens. Toute sa vie est une immense offrande au Père et cette offrande a son sommet dans sa mort et sa résurrection. Par la foi, nous croyons qu'en Jésus-Christ « Toute chair verra le Salut de Dieu ». Toute chair et donc, toute histoire d'homme relue ou non dans la foi.

### **7- Un Dieu dont l'Esprit est à l'œuvre**

Au cours d'une relecture, l'Esprit est au travail. Dieu ne peut être présent et agissant que par l'œuvre et l'action de l'Esprit. C'est lui qui vivifie, unifie et simplifie une histoire, donne les mots de la prière. Partout où la vie surgit, l'Esprit est présent. Il fait d'une histoire banale, une magnifique histoire d'amour parce que Dieu, par lui, s'y déploie. L'Esprit « rafraîchit » aussi les mémoires frappées d'oubli...: « *le Paraclet, l'Esprit Saint que le Père enverra en mon nom vous enseignera tout et vous rappellera tout ce que je vous ai dit* » (Jn 14, 26)



## Ouverture pastorale

Le monde, la société, l'Eglise d'aujourd'hui ont besoin d'identité. Nous reconnaissons partout cette soif, notre paysage quotidien en est marqué : « *Le Tag, cette signature répétée et agressive, qui s'affiche sur les murs et les trains, qui tatoue l'espace public n'est-il pas, en un sens, le miroir exemplaire de l'absence de perspective d'une jeunesse qui ne croit à rien sauf à son absence d'avenir ?* »

Les modes vestimentaires, les groupes de « semblables » où l'on s'enferme dans un cocon tranquille, les nationalismes et les intégrismes, tout semble démontrer les courants et les réflexes identitaires qui marquent la société d'aujourd'hui. Partout on valorise le patrimoine, on retrouve avec joie les vieilles « recettes de bonne-femme », les vieilles voitures, les vieux costumes et les danses traditionnelles... Tout est bon pour faire la fête et marquer le temps, pour redécouvrir des racines, une terre, une langue, une culture, bref...s'identifier à un peuple.

L'Eglise n'y échappe pas non plus. Avec la baisse de la pratique religieuse, la chute des vocations, et le manque de prêtres, avec la variété des courants qui la composent, l'Eglise se sent de plus en plus fragile et minoritaire. Elle éprouve le besoin de préciser l'identité de chacun de ses membres et celle du prêtre en particulier.

L'identité est menacée de toutes parts. Eduquer la mémoire devient une urgence dans ce contexte. « Proposer la foi dans la société actuelle », c'est le titre du rapport de Mgr DAGENS, présenté en Novembre 1994 à l'Assemblée Plénière des Evêques de France à Lourdes. Ce rapport fait le constat d'une crise d'identité catholique, d'une perte de la mémoire chrétienne. A travers ce texte, les évêques veulent engager un débat dans toute l'Eglise de France et souhaitent qu'une réflexion soit menée sur le terrain à propos de ces questions d'actualité. Ce modeste travail sur la relecture voudrait être une des propositions possibles pour répondre à cette attente.

### 1- Eduquer la mémoire pour retrouver une identité

« *Souvenir dangereux et libérant* » : dans la mort et la résurrection du Christ, une espérance se fait jour, la mémoire a un avenir, les souffrances et les échecs prennent sens. L'histoire du Salut se poursuit.

Considérer que la mémoire a un avenir, c'est croire en **l'homme, croire en sa capacité** d'« apprivoiser » et de « gérer » cette mémoire. L'éducation de cette mémoire semble donc prioritaire.

- C'est d'abord dans la liturgie qu'il nous faut chercher, nous avons à nous interroger sur nos fonctionnements, pour inventer des chemins nouveaux et célébrer davantage *le vécu*, qu'il soit heureux ou douloureux. C'est dans la liturgie que la foi s'exprime. Là, le temps vécu devient temps réel parce qu'il est célébré. Le passé et le présent offerts à Dieu ouvrent l'avenir. La manière de préparer et de vivre une liturgie exprime la façon dont nous articulons le lien entre la Foi et la Vie. Ce lien est à travailler dans nos communautés ecclésiales, par des liturgies adaptées, spécialement aux grandes étapes de la vie.

- Mais ce lien ne se fera pas sans un dialogue pastoral fort. Comment accueillir les nouveaux catéchumènes, les « recommençants à croire », les divorcés remariés, mais aussi les demandes de baptême, de mariage et d'enterrement ? A l'occasion de tous ces accueils, un récit de vie, une « histoire de la foi » se racontent. Les permanences d'accueil dans les églises sont de vraies responsabilités qu'il ne faut pas négliger. Prendre le temps, être positif, accorder de la valeur à la vie des personnes, faire le lien entre ce qui a été dit et la célébration liturgique, tout cela participe à une double construction : celle d'une personnalité chrétienne qui se dit et celle de l'Eglise.

- Eduquer la mémoire c'est être attentif à ce que cette reconstruction de l'identité ne se fasse pas contre les autres mais avec eux. Permettre de retrouver une identité religieuse nécessite un accueil positif de l'altérité et de la reconnaissance des différences. S'ouvrir aux autres, présuppose une ouverture à toutes les recherches dans le dialogue oecuménique et religieux, mais aussi dans les domaines culturels, associatifs.

- L'information immédiate et la mondialisation des problèmes obligent les chrétiens à la réflexion et à la relecture de leurs comportements. L'histoire de l'Eglise est remplie de « hauts et de bas >), d'histoires d'échecs

et de réussites vécues dans des contextes très variés. L'éducation de la mémoire passe aussi par la connaissance de cette histoire, elle permet de relativiser et d'interpréter avec sans doute plus de justesse et de paix les signes des temps pour aujourd'hui.

## 2- L'éducation à la vie spirituelle

L'absence d'intériorité, la peur du silence vont aussi de pair avec la perte de la mémoire. Tony ANATRELLA fait cette réflexion : *Nous sommes, en particulier chez les jeunes, confrontés à une crise de l'intériorité souvent pauvre et superficielle et qui manifeste une difficulté à se concentrer. Cette carence débouche souvent sur des conduites impulsives entretenues par des musiques qui les dispersent au lieu de les aider à occuper et à enrichir leur espace interne. L'éducation de l'intériorité est un enjeu pour la société actuelle et pour la formation religieuse. Mais, comment est-ce possible lorsque la société ne sait plus être éducatrice et que les enfants doivent se débrouiller seuls ?*

- Eduquer à la vie spirituelle commence par l'apprivoisement du silence et de la solitude. Comment en effet, faire « retour sur soi » dans un tel éclatement de bruit, de relations, d'informations, de pensées, dans un tel rythme de vie ? C'est une vraie question. Car la réflexion, la méditation et la prière nécessitent un minimum de silence et d'intériorisation. L'attention à la vie qui passe, le temps de la relecture et du « retour sur soi » nécessaires à la vie intérieure sont à éduquer. On ne saurait qu'encourager les mouvements de jeunes et d'adultes qui le proposent dans leur pédagogie.

- Eduquer à la vie spirituelle suppose aussi des espaces de parole et d'écoute, de gratuité. La formation des formateurs, l'accompagnement deviennent de plus en plus des lieux à prendre au sérieux. Ce monde, en quête de récits est aussi en quête de sens. La construction d'une personnalité croyante ne pourra se faire sans un vrai dialogue, et sans une vraie confrontation de son désir avec la réalité. Cette recherche aide à se situer dans le présent, le réel et non l'imaginaire. Dans ces espaces d'écoute se vivront alors des relectures constructives pour la vie de l'Eglise et de la société.

- Le partage de la Parole de Dieu, la participation aux sacrements sont directement liés à l'éducation de la vie spirituelle. Dieu parle par les Ecritures, comme il parle dans les sacrements. Le Pain et la Parole sont les nourritures essentielles pour la vie dans l'Esprit. Il est nécessaire de creuser à la fois l'aspect liturgique et la dimension eucharistique de nos vies quotidiennes. Vivre dans le souvenir de la Présence aimante et miséricordieuse est...tout un programme !

- Les grandes traditions spirituelles ont aussi leurs Maîtres, et ceux-ci n'ont rien à envier à tous les Maîtres et tous les gourous qui surgissent de part le monde. Faire connaître toute cette richesse de la tradition spirituelle, la rendre plus accessible, est une question urgente pour la vie de l'Eglise. Il en va de la sauvegarde de son patrimoine religieux et de sa vie profonde et par là même, de la transmission de la Foi. Les Saints ont encore quelque chose à nous dire aujourd'hui. **La vie religieuse « mémoire évangélique de l'Eglise »** rappelle ces espaces de vie intérieure. Dans un monde où le « spirituel » est recherché tous azimuts, elle annonce l'amour de Dieu par la gratuité de sa présence.

## 3- L'éducation au choix et à la décision

- Choisir et décider, c'est inévitablement se prononcer, dire oui ou non à des projets différents. C'est engager sa volonté et sa liberté et apprendre à distinguer, à préférer, à sortir de la confusion. Le monde d'aujourd'hui a besoin de repères éthiques, et de repères pour discerner. Se construire dans sa vie humaine et spirituelle passe par l'acte de choisir. Rien n'est plus déstructurant que de subir sa vie et de la « laisser aller ». Certains la « gâchent » à force de ne rien oser... L'exercice de relecture peut être très aidant pour apprendre à discerner et à se décider.

- Pour discerner, « peser le pour et le contre » afin de choisir, une autre qualité s'impose : la droiture d'intention. Cette éducation à l'authenticité et à la vérité en toutes choses est fondamentale dans une vie chrétienne. Aucun discernement sérieux ne saurait être fait sans cette condition préalable. Il en va de même pour tout acte moral.

- Le discernement au quotidien, conduit parfois à se remettre en question et à changer ses habitudes. Bien des « évidences » envahissent nos vies et sont finalement de mauvaises habitudes qui empêchent de vivre

« mieux ». Rompre le « train-train » quotidien sera un premier pas pour avancer avec un regard renouvelé. La relecture quotidienne peut, là encore, être une aide précieuse.

- Rien n'est plus libérant et dynamisant que de devenir responsable de ses actes d'engager sa vie, de choisir sa profession, de décider de ses relations.. Il s'agit de passer du rêve à la réalisation concrète. Eduquer au choix oblige à une nécessaire confrontation avec soi-même, à creuser les questions de fond : « Quel est mon désir ? » « Qu'est-ce que je veux ? », tout en demeurant réaliste : « Qu'est-ce que je suis capable de faire ? ». Il faudra encore apprendre à reconnaître quelles sont les forces de vie ou les forces de mort à l'œuvre dans les événements, avant de « Choisir la vie » (Dt 30,19)

#### **4- La maîtrise du corps**

Nos sociétés Occidentales actuelles ont largement privilégié l'éducation de l'intelligence, oubliant souvent que l'homme vit aussi dans un corps. Parallèlement, lorsqu'on regarde les publicités, la mode, la place du sport et des loisirs, les réactions face à la maladie, ces sociétés développent un certain « culte du corps ». De son côté, depuis longtemps, l'Eglise traîne un sérieux contentieux vis à vis du corps: lieu de tentation et de péché. Et ce contentieux ne s'améliore pas avec l'arrivée du sida...

Le corps est source de plaisir et de joie, mais il est aussi un lieu de souffrance et de mort. Dans ces pages nous avons pu découvrir combien il a sa place dans une expérience spirituelle authentique. De l'Incarnation à la Croix, Jésus a vécu sa vie d'homme et sa vie de foi dans un corps semblable au nôtre. Dans le pain et le vin, il s'est donné pour que nous ayons la vie en abondance. C'est par son corps et par toute sa vie que sa Parole a été entendue. A sa suite, la prise en compte de notre corps dans le quotidien conduit bien plus loin qu'un équilibre de vie, il est un appel à plus d'humanité. C'est aussi en apprenant à l'écouter davantage et à le maîtriser, que nous deviendrons des hommes et des femmes accomplis. La relecture peut aider à percevoir des dysfonctionnements et des écarts trop grands entre, ce que Françoise dans ces pages appelle « la tête et le cœur ». C'est souvent le corps qui donne l'alerte quand il y a difficulté. Il est urgent dans nos sociétés occidentales de revaloriser la place du corps dans la formation, pour éviter de construire des gens « entièrement dans leur tête ». La relecture peut favoriser l'écoute du corps qui parle (j'en ai plein le dos, j'ai mal au cœur). Et, peut être aider ainsi à réconcilier « la tête et le cœur » ?

#### **5- La gestion du temps**

Nos sociétés vivent à toute allure. Cette accélération du temps devient intenable, jusqu'à être sans cesse entre la vie et la mort. Elle participe beaucoup à la difficulté de la maîtrise du corps. Même le petit-déjeuner devient réunion d'affaires, les agendas sont remplis, les réunions programmées jusqu'à un ou deux ans à l'avance. On raconte même l'histoire d'un groupe de chrétiens qui avait pris date pour sa réunion mensuelle, le jour de Pâques...sans s'en apercevoir !! Il est urgent dans ce contexte d'apprendre à gérer son temps. La relecture aide à cet ajustement. Elle permet de mesurer les réactions du corps, de l'intelligence et de l'affectivité dans ce type de vie et d'emploi du temps. Elle oblige à poser des questions très concrètes qui aident au réalisme des décisions prises Parfois rapidement, dans l'enthousiasme d'un projet. Elle aide au discernement des urgences, des priorités à vivre dans un espace, un temps, et un contexte donné. Elle permet d'apprendre à dire « non » pour mieux dire « oui » ailleurs et faire un choix qui portera plus de fruits.

### **Pour bâtir une grille de relecture**

Pour créer une grille de relecture, il faut

- préciser l'objectif que l'on poursuit : quel est le but (professionnel, psychologique, spirituel) ?
- préciser le lieu et les gens concernés.
- situer le niveau (les comptes, la relation à l'autorité ou tout simplement la relecture de l'année écoulée).
- poser des questions dans des champs parfois absents de la conscience (par exemple la place du corps est souvent occultée dans les relectures, comment ai-je vécu cet événement dans mon corps ?). Ces questions sont parfois très dérangeantes et les réponses encore plus !

### **Grille pour un groupe**

#### ***Sur le « ressenti »***

- Qu'avons-nous senti, entendu, découvert, vécu cette année ?
  - du monde ?
  - de la société ?
  - de l'Eglise ?
  - du service dans lequel nous sommes engagés ensemble ?
- Avons-nous été heureux ? malheureux ? en quoi ? pourquoi ?

#### ***Sur le fond***

- Qu'avons-nous poursuivis comme **objectifs** ?
- Avons-nous suivi les objectifs prévus ?
- Notre « service » est-il bien adapté au monde dans lequel nous vivons ou correspond-il plutôt à ce que nous en désirons ?

#### ***Sur la forme***

- Quels **moyens** ont été mis en oeuvre ?
  - moyens humains ?
  - moyens matériels et financiers
  - Formation ?
- Quels sont les **résultats** ?
  - résultats réels ?
  - résultats attendus ?
  - résultats inattendus ?
- Quelles **conséquences** ?
  - conséquences positives ?
  - conséquences négatives ?
- Qu'en conclure pour l'avenir, **quelle décisions prendre** ?

Dans les résultats, il est important de se demander pourquoi ils sont positifs ou négatifs, quelles ont été les « Forces de vie » ou les « Forces de mort » à l'œuvre, c'est à dire, les freins, les blocages, mais aussi les richesses, les forces d'unité et de cohésion qui ont permis les avancées. Cela sera constructif pour les décisions à venir. Le recueil de données exactes permet une mise à distance de l'affectivité. Elle privilégie le travail de l'intelligence.

### **grille personnelle.**

Chacun peut l'inventer à sa façon, selon ce qu'il désire relire. Voici un exemple

Comment ai-je vécu **ce mois, cette année** dans la vie :

- Familiale
- Professionnelle
- Spirituelle
- Amicale
- Associative
- Culturelle et sportive

ou encore :

- Est-ce que je suis heureux(se) de vivre ma vie d'aujourd'hui?
- Qu'est-ce qui me rend heureux(se) ?
- qu'est-ce qui me manque, m'agace, me fait mal ?
- Que faudrait-il changer ?
- Quel est mon combat ? qu'est-ce qui me révolte ?

Dans tous les cas la relecture renvoie à soi, aux autres et à ce Dieu caché mais présent dans tous les espaces du banal quotidien, là où se joue « l'extraordinaire » de la rencontre...

### **Pour relire un récit fait par un(e) autre**

on peut être attentif

*à la place respective*

- de la mémoire,
- de l'intelligence,
- de l'affectivité,
- du corps,

*au rapport*

- aux autres et à la société,
- à la foi et à l'Eglise.

## **I. - La relecture**

### **Les formes de relecture sont nombreuses et variées.**

Un "Audit" dans une entreprise  
Un groupe de parole dans un service de soins palliatifs  
Personnes qui orientent les chômeurs  
Le physicien dans son laboratoire  
La veuve qui vient de perdre son mari "repense à autrefois"  
Relecture d'un accident  
La Bible, est tout entière relecture par un peuple.  
Des livres autobiographiques sont des relectures.  
Une psychanalyse est aussi une forme de relecture.

### **1- Le rapport entre récit et relecture**

Qu'est-ce qu'un récit ?

#### **1. Récit et expérience :** Tout récit s'appuie sur un vécu

*Tout récit a une logique*  
*Le récit : base de la relecture.*

#### **2- Qu'est ce que relire ?**

*Relire, c'est d'abord « rentrer en soi-même »*  
*Relire, c'est « faire mémoire ».*  
*Relire, c'est solliciter son intelligence pour trouver un sens.*  
*Relire, c'est construire son identité.*  
*Relire, c'est être touché dans son affectivité.*  
*Relire, c'est entrer dans l'histoire et unifier le temps.*

### **3- Les conditions de la relecture**

*Le désir, l'intention droite et la disponibilité*  
*L'écriture*  
*Le dialogue*

## **II. - La relecture croyante**

- 1) Relecture et conversion  
*La relecture conduit à la conversion.*  
*La conversion ouvre à la relecture*  
*La conversion : cœur de la relecture croyante*
- 2) Faire la vérité devant Dieu
- 3) La traversée de l'épreuve.
- 4) Retrouver une identité chrétienne
- 5) Reconnaître Dieu à l'œuvre, se recevoir de Dieu
- 6) Faire de sa vie une Eucharistie, approfondir l'Alliance avec Dieu
- 7) Relire pour discerner et décider
- 8) La mission comme une réponse d'amour

### **Les destinataires de la relecture**

- 1) Le premier destinataire : soi-même
- 2) L'accompagnateur : témoin d'un chemin en Eglise.
- 3) Dieu comme partenaire-destinataire.

4) Les autres : destinataires par voie de conséquence.

### **Les risques de la relecture**

- 1- Le « souvenir dangereux »
- 2 - L'illusion de la transparence
- 3 - L'interprétation mensongère

### **La relecture du mal et de la souffrance.**

### **Les effets de la relecture**

- L'homme : un être chercheur de Dieu  
L' homme : un être qui intègre le temps et vit dans le présent

### **Du côté de Dieu**

- 1- Un Dieu toujours plus grand
- 2- Un Dieu qui se communique
- 3- Un Dieu présent et agissant
- 4-Un Dieu miséricordieux, et Sauveur
- 5- Un Dieu qui se souvient et qui ouvre l'avenir
- 6- Un Dieu proche, en Jésus-Christ
- 7- Un Dieu dont l'Esprit est à l'œuvre

### **Ouverture pastorale**

- 1- Eduquer la mémoire pour retrouver une identité
- 2- L'éducation à la vie spirituelle
- 3- L'éducation au choix et à la décision
- 4- La maîtrise du corps
- 5- La gestion du temps

### **Pour bâtir une grille de relecture**

#### **Grille pour un groupe**

*Sur le « ressenti »*

*Sur le fond*

*Sur la forme*

- Quels **moyens** ont été mis en oeuvre ?
- Quels sont les **résultats** ?
- Quelles **conséquences** ?
- Qu'en conclure pour l'avenir, **quelle décisions prendre** ?

#### **grille personnelle.**

Comment ai-je vécu **ce mois, cette année** dans la vie :

- Familiale
- Professionnelle
- Spirituelle
- Amicale
- Associative
- Culturelle et sportive

ou encore :

- Est-ce que je suis heureux(se) de vivre ma vie d'aujourd'hui?
- Qu'est-ce qui me rend heureux(se) ?
- qu'est-ce qui me manque, m'agace, me fait mal ?
- Que faudrait-il changer ?
- Quel est mon combat ? qu'est-ce qui me révolte ?