

Boîte à outils

02

Conversation dans l'Esprit



Union Mondiale des
Organisations
Féminines Catholiques



Chères sœurs dans la foi,

Soyez les bienvenus dans ce cahier d'exercices. Il s'agit d'un outil spécialement conçu pour les femmes catholiques, destiné à vous aider à vous préparer au discernement communautaire à travers la pratique de la « **Conversation dans l'Esprit** ».

Il s'agit d'une manière de « **cheminer ensemble** » qui nous fait dépasser la surface de nos opinions pour plonger dans les eaux profondes de l'Esprit Saint. Au cœur du cheminement synodal, cette méthode crée **un espace sacré où l'Église peut grandir, agir et répondre à l'inspiration de l'Esprit**. Elle fait passer une communauté au-delà des perspectives individuelles vers une **reconnaissance collective** de la direction vers laquelle l'Esprit Saint nous conduit.

L'Union Mondiale des Organisations Féminines Catholiques (UMOFC) a créé cette boîte à outils grâce aux ressources publiques mises à disposition par le Secrétariat Général du Synode, ainsi que par d'autres écoles et institutions de synodalité avec lesquelles nous cheminons ensemble dans cette mission.

Ce cahier d'exercices est votre compagnon dans ce cheminement ; il offre une manière structurée d'écouter et de respecter chaque voix alors que nous cherchons à reconnaître où Dieu nous conduit aujourd'hui.

Conversation dans l'Esprit

Une dynamique de discernement dans l'Église synodale



PRÉPARATION PERSONNELLE

En se confiant au Père, en dialoguant dans la prière avec le Seigneur Jésus et en se mettant à l'écoute de l'Esprit Saint, chacun prépare sa propre contribution sur la question sur laquelle il est appelé à discerner.

Silence et prière ; écoute de la Parole de Dieu

« Prendre la parole et écouter »

Chacun prend la parole à tour de rôle, à partir de son expérience et de sa prière, et écoute attentivement la contribution des autres.



Le silence et la prière



« Faire place à l'autre et à l'Autre »

Chacun partage, à partir de ce que les autres ont dit, ce qui a résonné le plus en lui ou ce qui a suscité le plus de résistance en lui, en se laissant guider par l'Esprit Saint : « Quand, en écoutant, mon cœur a-t-il brûlé dans ma poitrine ? » .

Le silence et la prière

« Construire ensemble »

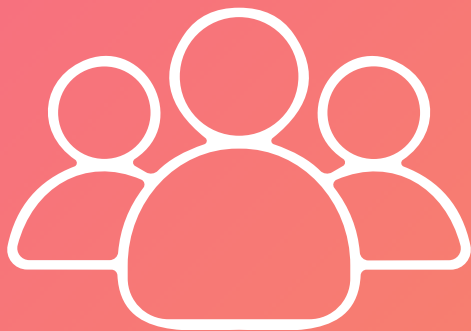
On dialogue ensemble à partir de ce qui a émergé précédemment pour discerner et recueillir le fruit de la conversation dans l'Esprit : reconnaître les intuitions et les convergences ; identifier les discordances, les obstacles et les questions supplémentaires ; laisser émerger les voix prophétiques. Il est important que chacun puisse se sentir représenté par le résultat du travail. « Quels sont les pas auxquels l'Esprit Saint nous appelle ensemble ? »



Prière finale d'action de grace

Conversation dans l'Esprit

*Savez-vous en quoi cela consiste et comment la
mettre en pratique ?*



Créer un petit groupe
de conversation dans
l'Esprit



Préparer l'Espace Sacré et le cœur

Avant de commencer notre écoute dans l'Esprit, nous devons préparer à la fois notre environnement physique et notre disposition intérieure afin d'être accueillants à l'action de l'Esprit.

Préparation personnelle :

Installez-vous confortablement et plongez-vous dans 10 minutes de silence. Suivez ces quatre étapes pour ouvrir votre cœur à Dieu :

Reconnaissez la Presence : respirez profondément. Laissez-vous imprégner par la certitude que Dieu vous regarde en ce moment même avec un amour infini.

Reconnaissance : Repensez à la prière que vous avez récemment adressée à ce sujet. Où avez-vous perçu les « traces » de Dieu ? Quelles petites grâces avez-vous reçues ?

Faites le point en toute honnêteté : observez les mouvements de votre âme. Où avez-vous ressenti un sentiment de « consolation » (paix, espoir ou amour) ? Où avez-vous ressenti de la « désolation » ou de la « résistance » (anxiété, frustration ou fermeture du cœur) ?

Abandon : Parlez au Seigneur Jésus comme à un ami. Confiez vos paroles et vos silences au Père, en lui demandant aujourd'hui la grâce de l'« écoute sainte ».

Consignes relatives à l'environnement physique

Le cercle : Disposez 6 à 8 chaises en cercle. Dans un cercle, il n'y a pas de place d'honneur ; nous sommes tous des disciples à part entière.

La table de prière : placez une petite table au centre pour créer un point de repère visuel.

La table de prière : placez une petite table au centre pour créer un point de repère visuel.

Cahier d'exercices et stylo : veillez à ce que chaque femme dispose de ce guide et d'un stylo pour noter les mouvements de son cœur.

Préparer l'espace sacré et le cœur

Une fois que vous avez choisi un thème, formulez une question simple et claire pour orienter la conversation.

- **Notre thème choisi :** _____
- **Notre question directrice:** _____

Se préparer à la conversation

Préparation personnelle (10 min) : Entrez dans le silence et la prière avec la Parole de Dieu. Utilisez un examen de conscience pour préparer votre cœur à partager en toute sincérité.

1er TOUR - Accueillir la Parole (3 min chacun) : Partagez librement votre réponse à la question. Les autres écoutent avec « l'oreille du cœur » sans interrompre.

2e TOUR - Résonance (2 minutes chacun) : Partagez ce qui a « résonné » en vous ou ce qui a « enflammé » votre cœur en écoutant les autres..

3e TOUR - Construire ensemble (1 min chacun) : Identifiez les points de convergence (accord), les divergences (désaccord) et les voix prophétiques. Posez la question suivante : « Quelles mesures le Saint-Esprit nous appelle-t-il à prendre ensemble ? ».

Récolter les fruits

Une fois vos trois tours terminés, notez les résultats correspondant au thème que vous avez choisi.

Convergences

.....

Nouvelles Questions / Voix Prophétiques

.....

Actions recommandées

.....

Prière de clôture

« Seigneur Jésus... accorde-nous la grâce de vivre en communion avec toi et les uns avec les autres... et de faire avancer ta mission dans le monde. Amen. »



LIGNES DIRECTRICES

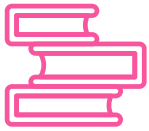
Comment choisir le thème de la conversation | 5 pistes



THÈME CONTEXTUEL (basé sur la réalité)

Observez la réalité actuelle de votre groupe ou de votre paroisse afin d'**identifier les questions « brûlantes » ou les joies** qui animent votre communauté.

- **L'exercice** : Asseyez-vous en silence pendant cinq minutes.
- **La question** : Demandez-vous : « Quelle est la question « brûlante » ou la joie particulière qui anime actuellement notre communauté ? »



• THÈME BIBLIQUE (contemplatif)

Découvrir ce qui « fait brûler votre cœur » lorsque vous rencontrez l'Évangile. (Luc 24, 32)

À partir d'un passage de l'Évangile, vous pouvez soit :

- **Poser une question directe** : « Qu'est-ce qui m'a le plus touché dans ce passage et pourquoi ? Comment suis-je appelé à le vivre cette semaine ? »
- **Créer une « question vivante »** : par exemple, en utilisant l'histoire de la femme au puits (Jean 4) : « Où se trouvent les « puits » dans notre quartier où les gens cherchent l'eau vive, et comment y sommes-nous présents ? »



LE PARCOURS « TENSION » (axé sur la croissance)

L'Esprit s'exprime souvent à travers les situations qui nous mettent mal à l'aise ou qui nous posent des défis.

- **Unité dans le témoignage** : « Quelles sont les tensions qui nous empêchent d'être « un seul corps » ou qui font obstacle à notre témoignage de communion devant le monde ? »
- **Charité** : « Comment gérer les désaccords au sein de notre groupe tout en restant ancrés dans la charité ? »



LIGNES DIRECTRICES

Comment choisir le thème de la conversation | 5 pistes



MISE EN ŒUVRE SYNODALE (Stratégique)

Concentrez-vous sur les trois piliers du Synode sur la synodalité pour évaluer votre mission commune.

- **Communion** : « Quels obstacles nous empêchent actuellement de nous sentir véritablement « unis » au sein de notre communauté de foi locale ? »
- **Participation** : « Qui manque à notre table, et quelle petite initiative pouvons-nous prendre pour l'inviter à se joindre à nous ? »
- **Mission** : « Comment pouvons-nous exercer notre leadership en tant que femmes pour faire entrer l'Évangile dans nos sphères professionnelles et familiales ? »



Parcours structurel (orientation institutionnelle)

Répondre au besoin de changements concrets et de leadership au sein de vos institutions.

- **Structures institutionnelles** : « Comment nos structures locales actuelles favorisent-elles — ou entravent-elles involontairement — la pleine participation des femmes à la prise de décision ? »
- **Propositions concrètes** : « Quels changements structurels spécifiques sont nécessaires pour renforcer notre mission, et comment pouvons-nous contribuer personnellement à leur mise en œuvre ? »



CONVERSATION DANS L'ESPRIT

FORMATION | RESSOURCES | ÉVÉNEMENTS



La « conversation dans l'Esprit » est un processus de discernement communautaire s'inscrivant dans le cheminement synodal. Elle s'inspire profondément de la tradition du discernement ignatien, en mettant l'accent sur l'écoute de l'action de l'Esprit Saint au sein de chaque personne et du groupe



[Règles pour le discernement](#)



Conférence "Synodalité et discernement communautaire" par
Sr Nathalie BECQUART, xavière



[Conférence](#)



Conversation dans l'Esprit Règles de base



[Document](#)



Comment animer des Conversations dans l'Esprit :
Programmes de formation de l'Union Internationale des
Supérieures Générales



[Webinaires](#)



WWOQx

PRIERE DE CLÔTURE

Seigneur Jésus, nous te rendons grâce pour ce moment de rencontre. Toi qui as rencontré la femme au puits, qui as appelé Marie-Madeleine par son nom et qui t'es assis à table avec Marthe et Marie, nous te demandons de rester avec nous alors que nous quittons ce cercle.

Esprit Saint, tu es le souffle qui anime notre dialogue. Nous te remercions pour le courage de parler avec parrhesia et l'humilité d'écouter avec amour. Prends les graines du « nous » qui ont été semées dans cette conversation et fais-les germer en fruits d'action au sein de nos paroisses et de nos foyers.

Père céleste, accorde-nous la grâce d'une véritable coresponsabilité. Que notre leadership en tant que femmes soit le reflet de ton amour qui n'exclut personne. Aide-nous à être des bâtisseuses de ponts en période de tension, des témoins d'espérance dans les moments de désert, et des ouvrières joyeuses dans ta vigne alors que nous cheminons vers 2028.

Marie, Mère de l'Église et Étoile de l'évangélisation, enseigne-nous ton « Fiat ». Aide-nous à chérir ces paroles dans nos cœurs afin que notre participation mène toujours à une communion plus profonde et à une mission plus vivante.
Amen.

