

# Préparation à l'effusion de l'Esprit Saint

D'abord, avant d'entrer dans la neuvaine de préparation, lire les chapitres 1 et 2 des Actes des apôtres. (C'est pourquoi il vous est proposé 9 jours de méditation alors qu'il y a 10 jours d'ici à la pentecôte, le premier jour étant consacré exclusivement à la méditation des actes des apôtres et à la prière du *Veni Creator* comme chant continu sur les 10 jours).

Lire lentement la Parole de Dieu (ni comme une leçon à apprendre en bâclant la moitié des mots pour aller vite, ni comme une notice de médicament en ânonnant les textes sans affect), s'arrêter sur tel ou tel mot, essayer de retenir une phrase par cœur (je sais c'est horrible, ça ne se demande plus..) et la reprendre dans la journée, ou durant tout le séminaire de préparation à l'effusion. De plus la méthode de la lectio divina (qui se trouve à la suite des textes) vous permettra d'avoir une proposition concrète de mise en œuvre.

Avec la lettre de pentecôte (1/2) je vous propose une méditation de la Parole qui oriente vers cette gratuité de l'Esprit Saint à travers trois thèmes : - le temps du désir, savoir désirer Dieu, - le temps de l'élection (qui est à double sens, se laisser saisir par Dieu et dans un libre choix répondre à l'exigence de son amour), et enfin - un temps d'onction car le temps de préparation est déjà temps d'onction.

Un texte de méditation suivi de la prière du *Veni sancte spiritus*, que vous pourrez reprendre le matin en vous levant, à l'heure du déjeuner (avant, après, selon la bonne opportunité), et le soir avant de vous coucher. Reprendre la phrase, et l'apprendre permet aussi de garder la prière constante, et de se la rappeler dans la journée (il peut être utile de la recopier éventuellement sur un papier pour la relire aux occasions propices).

Je vous propose aussi, en ce mois de Marie, d'intensifier le chapelet en méditant de manière particulière les mystères lumineux durant le temps du désir, les mystères glorieux durant le temps de l'élection et de terminer par le rosaire afin de prier sur l'ensemble du salut. Toutefois si certains, pour des raisons spécifiques, auraient du mal à prier le rosaire ou une réelle difficulté à trouver le temps, qu'ils prennent au moins un chapelet en méditant le mystère de la visitation et le mystère de la naissance de Jésus, le mystère du crucifiement et la mort de Jésus sur la croix et enfin les deux mystères sur Pâques et Pentecôte (ce qui fait 5 en tout mais dans le kerygme de la foi et tourné vers l'appel de l'Esprit).

Enfin un Psaume peut aider ceux qui le souhaitent à formuler une prière ou à trouver les mots nécessaires à l'adoration. Le même psaume étant proposé durant trois jours pour assurer une méditation continue. Comme une prière du cœur proposée à la méditation voire à la contemplation.

Le temps de prière sera d'une demi-heure pour ceux qui n'ont pas l'habitude, d'une heure pour ceux qui ont une familiarité avec le Seigneur, chacun selon le temps de la grâce, la prière débutera par un signe de croix par lequel nous faisons attention aux trois personnes de la Trinité en les nommant. Puis commencer par le chant du *Veni Creator*. Laisser les paroles raisonner/résonner sur la journée qui vient de se passer, offrir sa journée (ou se remémorer sa journée si nous faisons la prière le soir) avec la prière du *Veni Sancte Spiritus* du jour qu'on aura méditée. Puis s'en remettre au Seigneur, méditer consciencieusement le texte de la Parole proposé (*en lectio divina*), et offrir un temps de louange pour remercier le Seigneur de tout ce qu'il met à notre disposition. Entrer dans une prière de demande de l'Esprit Saint et terminer par un temps d'action de grâce pour tous les bienfaits du Seigneur. Demander chaque jour une intention particulière (voire répéter la même) pour l'effusion de l'Esprit, puis terminer la prière par un Notre Père, et, si le chapelet n'a pas été récité dans la journée, terminer notre prière (si elle est le soir), par cette méditation sur Marie médiateuse de toute grâce.

## Veni Sancte Spiritus

## Chapelet

Le temps du désir	1	Isaie 55 La Parole une grâce	<i>Viens Esprit Saint en nos cœurs, et envoie du haut du ciel un rayon de ta lumière</i>	Les mystères lumineux	Psaume 17 (18)
	2	Jean 4 - La samaritaine	<i>Viens en nous Père des pauvres, Viens dispensateur des dons, viens lumière en nos cœurs</i>		
	3	Mt 16,13-20 - Qui suis-je	<i>Consolateur souverain, hôte très doux de nos âmes, adoucissante fraîcheur</i>		
Le temps de l'élection	4	Luc 15,11-32 - Fils Prodigue	<i>Dans le labeur, le repos, dans la fièvre, la fraîcheur, dans les pleurs le réconfort</i>	Les mystères glorieux	Psaume 138 (139)
	5	1 Co 12 - Dons et Charismes	<i>O lumière bienheureuse viens remplir jusqu'à l'intime le cœur de tous tes fidèles</i>		
	6	Isaie 11 - les dons	<i>Sans ta puissance divine, il n'est rien en aucun homme, rien qui ne soit perverti</i>		
Le temps de l'onction	7	Rm 8 vie dans l'Esprit	<i>Lave ce qui est souillé, baigne ce qui est aride, guéris ce qui est blessé</i>	Rosaire	Psaume 84 ( 85)
	8	1 Co 13 L'Amour	<i>Assouplis ce qui est raide, réchauffe ce qui est froid, rends droit ce qui est faussé</i>		
	9	Ga 5,13 - 6,10 Fruits de l'Esprit	<i>A tous ceux qui ont la foi et qui en toi se confient donne tes 7 dons sacrés. Donne mérite et vertu, donne le salut final, donne la joie éternelle.</i>		

## Verbum domini 87 (Exhortation apostolique de Benoit XVI)

la *lectio divina*, qui « est capable d'ouvrir au fidèle le trésor de la Parole de Dieu, et de provoquer ainsi la rencontre avec le Christ, Parole divine vivante. »<sup>1</sup>. Je voudrais rappeler brièvement ici ses étapes fondamentales :

1. elle s'ouvre par la lecture (*lectio*) du texte qui provoque une question portant sur la connaissance authentique de son contenu : *que dit en soi le texte biblique* ? Sans cette étape, le texte risquerait de devenir seulement un prétexte pour ne jamais sortir de nos pensées.
2. S'en suit la méditation (*meditatio*) qui pose la question suivante : *que nous dit le texte biblique* ? Ici, chacun personnellement, mais aussi en tant que réalité communautaire, doit se laisser toucher et remettre en question, car il ne s'agit pas de considérer des paroles prononcées dans le passé mais dans le présent.
3. L'on arrive ainsi à la prière (*oratio*) qui suppose cette autre demande : *que disons-nous au Seigneur en réponse à sa parole* ? La prière comme requête, intercession, action de grâce et louange, est la première manière par laquelle la Parole nous transforme.
4. Enfin, la *lectio divina* se termine par la contemplation (*contemplatio*), au cours de laquelle nous adoptons, comme don de Dieu, le même regard que Lui pour juger la réalité, et nous nous demandons : *quelle conversion de l'esprit, du cœur et de la vie le Seigneur nous demande-t-il* ? ... La contemplation, en effet, tend à créer en nous une vision sapientielle de la réalité, conforme à Dieu, et à former en nous « la pensée du Christ » (*1 Co 2, 16*).

La Parole de Dieu se présente ici comme un critère de discernement : « elle est vivante, (...) énergique et plus coupante qu'une épée à deux tranchants ; elle pénètre au plus profond de l'âme, jusqu'aux jointures et jusqu'aux moelles ; elle juge des intentions et des pensées du cœur » (*He 4, 12*). Il est bon, ensuite, de rappeler que la *lectio divina* ne s'achève pas comme dynamique tant qu'elle ne débouche pas dans l'action (*actio*), qui porte l'existence croyante à se faire don pour les autres dans la charité.

## L'après effusion – communauté de l'Emmanuel

### Ce que tu as reçu :

*Tu as demandé l'Effusion dans l'Esprit Saint, c'est le début d'un nouveau chemin avec le Christ. En donnant ta vie à Jésus, tu constateras sans doute en ton cœur quelques changements ! Par exemple :*

1 – **Jésus** est vraiment une personne vivante. Je prends plaisir à vivre de cette relation, à découvrir qu'Il est vraiment **Sauveur et Seigneur** de ma vie. J'ai un amour plus personnel pour Lui. **L'Esprit Saint** n'est plus un « inconnu ». Je l'invoque plus facilement pour guider ma vie et mes décisions. Il me fait crier : « **Abba Père** »

2 – **La prière** devient plus naturelle... et plus nécessaire ! La source de la prière coule davantage dans mon cœur. Je comprends davantage ce que signifie « adorer en esprit et en vérité »

3 – J'ai soif de la **Parole de Dieu** et j'ai envie d'en faire une nourriture quotidienne. Quand je la lis, je la comprends davantage. Elle est plus vivante et me parle concrètement.

4 – Je redécouvre les **sacrements**. Je m'étonne même à avoir désormais beaucoup de joie à aller à l'Eucharistie, à y trouver une nourriture pour mon âme.

5 – Mon cœur et mon intelligence s'ouvrent davantage pour recevoir les **charismes**. Je comprends de l'intérieur que ces charismes sont nécessaires pour ma vie et pour le service de l'Eglise. Je n'hésite pas à demander le plus petit des charismes, le chant en langues... Je sens que le Seigneur veut faire grandir en moi la charité.

6 – Dans le chemin à la suite de Jésus, je fais aussi l'expérience du **combat spirituel** (comme Jésus). Je prends davantage conscience des tentations, de mes pauvretés, de mon péché, de la nécessité de la grâce.

7 – Je découvre dans les autres chrétiens des « frères et sœurs ». Je goûte la **vie fraternelle**, le partage. Dans mon cœur peuvent naître des désirs de vie communautaire.

### Des conseils pour approfondir la grâce reçue :

*Pour que ces dons reçus grandissent, il est important d'en prendre soin... Il s'agit vraiment de laisser l'Esprit Saint agir...*

1 – Tu as reçu des **textes/images** lors de ton Effusion dans l'Esprit Saint. Garde-les précieusement et prie avec : le Seigneur te parle en particulier.

2 – Une graine a été plantée. Pour qu'elle pousse, il faut l'arroser par **ta prière quotidienne**.

3 – La prière a besoin d'être nourrie par la Parole de Dieu. N'hésite pas à prendre du temps pour **lire la Bible**. L'Esprit Saint te donnera envie de mieux la connaître. Ne résiste surtout pas à cette envie ! Commence par lire les Evangiles et les Actes des Apôtres.

4 – Une graine doit pousser sur une bonne terre : C'est la terre de l'Eglise. Fréquente régulièrement la messe et **les sacrements**, surtout la **communion** et la **réconciliation**.

5 – Cherche un **groupe de prière** près de chez toi pour louer le Seigneur, l'écouter avec d'autres, apprendre à exercer les charismes, demander la prière, fréquenter d'autres chrétiens. Un chrétien seul est un chrétien en danger !

6 – Une plante a parfois besoin d'un tuteur : cherche un **accompagnateur** formé, quelqu'un qui est ton aîné dans la foi, qui va t'aider à reconnaître Dieu dans ta vie. Il pourra t'aider dans le discernement des esprits et t'apprendre à combattre les inévitables attaques de l'ennemi. Il t'accompagnera sur les chemins de guérison que le Seigneur opérera dans ta Vie.

7 – Pour que les racines poussent bien, il faut se former, s'enraciner dans la foi. Participe à des weekends ou soirées de **formation**, à un groupe biblique... Surtout, n'hésites pas à rejoindre une **fraternité** de frères et sœurs qui t'aideront à faire grandir les dons de l'Esprit.

<sup>1</sup> Message final, n. 9.