|  |  |
| --- | --- |
|  | we Cana Welcome « choisir nos priorités en couple »Atelier discernement |

1. **Temps en couple (5 min)**

* La ou les question(s) qui se pose(nt) à nous ou que nous portons en ce moment

*Si nous n’avons pas de décision à prendre en ce moment, on peut aussi choisir de relire une décision que nous avons prise récemment.*

* En choisir une et la formuler clairement :

Soit nous avons 2 options : *est-il préférable de ou est-il préférable de ?*

Soit nous n’avons qu’une option : *devons-nous ou ne devons-nous pas ?*

* Sur cette question, poser les pistes qui se présentent

1. **Temps seul (15 min)** Discerner selon la méthode ignatienne

Se donner rendez-vous dans un lieu avec une heure précise avant de partir seul.

**Conseil : lire les 6 étapes avant de commencer à répondre seul aux 3 premières questions.**

1. Quelle question se pose à nous ?

Quelles sont les options possibles ?

Quelles informations avons-nous sur les pistes ? sont-elles suffisantes ?

1. A quoi est-ce que je désire contribuer ? Qu’est-ce qui me motive profondément ?

*A la lumière de ce que nous avons échangé le samedi (nos valeurs, ce qui a du sens dans notre vie)*

* Ce qui donne du sens à ma vie, qui rejoint mes aspirations profondes
* Ce qui va dans le sens du bien commun

1. Nommer mes “attracteurs”, mes tentations

Ce qui intervient “malgré moi” dans ma décision et peut la fausser.

Les nommer pour les identifier et gagner en liberté.

* Être (regard ou jugement des amis, de la famille, reconnaissance,...)
* Avoir (argent, biens, savoir…)
* Pouvoir

1. **Temps en couple (40 min)**

Prendre le temps de se retrouver.

Si on le souhaite, on peut prendre le temps de dire ensemble à Dieu un Merci et Lui confier notre temps de couple, notre désir de partager avec lui nos projets et espoirs pour demain.

Puis, partager l’un après l’autre sans s’interrompre le fruit de notre temps seul (points 1 à 3).

Puis, ensemble, entrer dans la délibération :

1. Délibération

* + - Soit une évidence naît dans mon cœur (si c’est la même pour le couple c’est plus facile). Alors on peut envisager ce choix,
    - Soit on envisage l'une des options, et on écoute les "motions" en nous :

*On peut se servir de la Boussole de la Joie pour nous aider.*

* + - * Quelle option me met dans la joie ?
      * Est-ce que cela me paraît simple, ou suis-je tendu(e), inquiet(e) ? Quelle décision me rend plus paisible ?
      * Quelle option résonne le plus en mon coeur ? Laquelle est-ce que je désire au plus profond de moi ?
    - Soit pas d’évidence : on peut utiliser sa raison, et tracer des colonnes, en faisant apparaître les + et les – du choix. Quelquefois les critères d’importance, ou bien la longueur d’une colonne, permettront de décider.

*Retenir là où la dynamique de vie est la plus forte.*

1. Confirmationde notre choix :

On peut vérifier le choix qui a été fait en utilisant les critères suivants : les 4 pieds de la table :

1. La Parole de Dieu (un texte entendu récemment, ou qui me guide ou résonne pour moi…)

2. L’intime conviction (partagée entre époux) ou les sentiments (apaisement / crainte)

3. Les conseils d’autres personnes (amis, famille, relation de confiance)

4. Les événements

**A la fin de notre temps, on peut écrire la décision qui se profile en une phrase**

1. Vérifier et mettre en œuvre la décision

Pour cette étape, un peu de temps est nécessaire. Donnons-nous rendez-vous dans quelques jours pour en discuter ensemble.

Pendant ce temps, nous serons attentifs ensemble aux motions de l’Esprit Saint en nous : sommes-nous dans la Joie, dans la Paix, dans la Consolation ?

**Conclusion (10 min)**

Avant de finir, nous pouvons lire ensemble le texte de Saint Augustin ci-dessous et, si on le souhaite, confier notre couple et notre famille au Seigneur et terminer en disant un Notre Père tous les 2.

**St Augustin :**

*Aime et fais ce que tu veux.  
Si tu te tais, tais-toi par amour,  
Si tu parles, parle par amour,  
Si tu corriges, corrige par amour,  
Si tu pardonnes, pardonne par amour.  
Aie au fond du cœur la racine de l'amour :  
De cette racine, rien ne peut sortir de mauvais*

