

# DISCERNER POUR MIEUX CHOISIR

FRÈRE LOUIS FRANÇOIS, FSJ



FRÈRES DE  
SAINT-JEAN  
COTIGNAC

## INTRODUCTION

---

Le célibat n'est pas une fatalité

---

Le célibat n'est pas une malédiction

---

C'est le fait de ne pas être marié. Mais  
mariage=bonheur ? Non marié=malheureux ?

---

1° Y a-t-il un chemin de bonheur dans le célibat ?

---

2° Quels clés de discernement pour choisir une  
personne avec qui vivre par les liens du mariage ?

# 1° CÉLIBAT ET BONHEUR

---

survalorisation du mariage ; on en attend beaucoup aujourd'hui

---

si on n'est malheureux seul, il y'a de fortes probabilités qu'on soit malheureux à deux ; il est important d'apprendre à être heureux seul

---

« il y'a plus de joie à donner qu'à recevoir » Ac 20, 35

---

tout ce qui n'est pas donné est perdu ; beaucoup de personnes célibataires sont malheureuses parce qu'elles n'ont pas trouver l'occasion de donner ou de se donner et n'ont pas appris gérer leurs frustrations et manques.

---

« mets ta joie dans le Seigneur : il comblera les désirs de ton coeur. Dirige ton chemin vers le Seigneur, fais-lui confiance, et lui, il agira. » Ps 36, 4-5

---

Est-ce que je laisse Jésus combler ma solitude ? Me consoler ? Me réjouir par son Amour, sa Sagesse, sa Lumière, sa Tendresse ?

## 2° CHOIX ET DÉsir

---

« Beaucoup de personnes souffrent parce qu'elles ne savent pas ce qu'elles veulent de leur propre vie, beaucoup ! elles n'ont probablement jamais pris contact avec leur désir le plus profond, elles n'ont jamais su : "Que veux-tu de ta vie ?" - "Je ne sais pas.". D'où le risque de passer son existence entre des tentatives et des expédients de toutes sortes, sans jamais arriver à rien, et en gaspillant de précieuses opportunités. Ainsi, certains changements, bien que souhaités en théorie, ne sont jamais mis en œuvre quand se présente l'occasion, il manque le désir fort de réaliser quelque chose. » (Pape François)

---

Si on a choisi de se marier. C'est un temps pour travailler sur soi, pour préparer la rencontre, enlever tous les obstacles à la communion, à l'harmonie: les peurs, les vices, grandir dans les vertus sociales: l'humilité, la bienveillance, la douceur, la tendresse, la patience, la maîtrise de soi, la fidélité dans les relations, la justice...

---

est-ce qu'il y'a de la place pour un homme ou une femme dans ma vie concrète ?

# 3° DES CLÉS POUR DISCERNER SUR UN CHOIX (CF. PASCAL IDE)

- Il est important de distinguer le sentiment amoureux du choix volontaire et libre d'une personne.
- Suis-je au clair sur ce que j'attends de l'autre comme qualités, valeurs, vertus ? Qu'est-ce qui est non négociable pour moi dans mon choix ? Par exemple pour un mariage catholique : l'indissolubilité du mariage, l'exclusivité de la relation, la fidélité, le consentement libre et l'ouverture à la vie. L'autre est-il capable de changer sur un point qui me tient à cœur dans les 6 mois (se convertir à la foi catholique, sortir d'une petit à petit d'une addiction...)?
- Est-ce que le profil de cette personne est dans mon environnement immédiat ? Suis-je prêt à quitter mon milieu de vie pour mieux réaliser mon projet de vie si nécessaire ?
- Gaudete et Exultate: « 166. Comment savoir si une chose vient de l'Esprit Saint ou si elle a son origine dans l'esprit du monde ou dans l'esprit du diable ? Le seul moyen, c'est le discernement qui ne requiert pas seulement une bonne capacité à raisonner ou le sens commun. C'est aussi **un don qu'il faut demander. Si nous le demandons avec confiance au Saint Esprit, et que nous nous efforçons en même temps de le développer par la prière, la réflexion, la lecture et le bon conseil, nous pourrons sûrement grandir dans cette capacité spirituelle.**

# 3.1 ÉCOUTER SON CŒUR

La décision va se faire en prenant en compte ma foi et mon histoire ; en m'appuyant sur ce que je désire réellement au fond de moi ; en dialogue avec le Seigneur dans la prière.

En repérant et nommant les différents mouvements intérieurs qui me traversent, m'habitent et m'agitent (consolation spirituelle, désolation spirituelle...) et en aboutissant à une décision qui me mettra durablement dans la paix.

Qu'est-ce que je ressens quand je suis avec l'autre, suis-je bien ou mal ?

Imagine-toi de répondre favorablement au choix que tu as posé :

- sois attentif à tes sentiments intérieurs
- Ressens-tu de l'enthousiasme, de la joie, de la paix, ou plutôt de l'anxiété, de la peur, un poids ?
- Choisis cinq mots pour décrire tes sentiments

# 3.2 FAIRE APPEL À SA RAISON

---

❖ exercer sa raison pratique avec la vertu de prudence. Il n'y a pas forcément une âme sœur. Nous pouvons tomber amoureux (se) de plusieurs personnes. Et il revient à chacun de choisir librement la personne avec qui il ou elle veut passer leur vie.

❖ 3 discernements et 3 consentements

➤ **3 discernements**

- Discerner entre le possible et l'impossible (sauf si Dieu intervient)
  - Discerner entre un bien et un autre bien

- Peser le pour et le contre: par écrit, deux colonnes, pour et contre, dégager des raisons (honnêteté, patience, respect, travailleur, protecteur, tendresse, maîtrise de soi, équilibre psychique, égalité d'humeur...), les hiérarchiser avec une échelle de valeur de 1 à 10, compter les points à la fin

➤ **3 consentements**

- consentir au contingent

la réalité est complexe, les événements imprévisibles, la liberté des hommes non maîtrisables

- consentir à l'échec : on a le droit de se tromper
  - consentir à prendre son temps

## 3.3 DEMANDER UN SIGNE

- Le signe extérieur s'accompagne d'un signe intérieur affectif de consolation qui tend à le confirmer. (exemple l'apparition au bord du lac Jn 21)
- **demander un signe clair dans certains choix décisifs (Jg 6, 36-40 :** <sup>36</sup> Gédéon dit à Dieu: "Si vraiment tu veux délivrer Israël par ma main, comme tu l'as dit, <sup>37</sup> voici que j'étends sur l'aire une toison de laine: s'il y a de la rosée seulement sur la toison et que le sol reste sec, alors je saurai que tu délivreras Israël par ma main, comme tu l'as dit." <sup>38</sup> Et il en fut ainsi. Gédéon se leva le lendemain de bon matin, il pressa la toison et, de la toison, il exprima la rosée, une pleine coupe d'eau. <sup>39</sup> Gédéon dit encore à Dieu: "Ne t'irrite pas contre moi si je parle encore une fois. Permits que je fasse une dernière fois l'épreuve de la toison: qu'il n'y ait de sec que la seule toison et qu'il y ait de la rosée sur tout le sol!" <sup>40</sup> Et Dieu fit ainsi en cette nuit-là. La toison seule resta sèche et il y eut de la rosée sur tout le sol.)

# 3.4 PRENDRE CONSEIL

- le conseiller ne décide pas à notre place, il ne doit pas être intrusif, ni sauveteur
- éviter de le choisir pour des raisons d'affinité affective (personne accueillante, sympathique), de proximité (un ami ou quelqu'un qui me connaisse) ou de consonance (personne qui est d'accord avec nous)
- critères positifs d'après sainte Thérèse d'Avila pour le choix d'un directeur spirituel : quelqu'un qui a de l'expérience, du jugement, de la science et de la sainteté
- exposer au conseiller la situation sans rien dissimuler ; ensuite écouter son conseil avec docilité et humilité ; si besoin, demander des éclaircissements sans entrer en débat, ni contester ; conjuguer la lumière du conseil avec la lumière de notre conscience pour décider (Si 37, 13-14)

# 3.5 SIGNE DE CONFIRMATION DU CHOIX

---



Présente ton choix à Dieu et demande-lui une confirmation



Quand Dieu confirme, on ressent un profond sentiment de paix, que c'est juste



Si cette paix ne t'est pas donnée, reprends le discernement

## CONCLUSION

---

Je suis fait pour le bonheur et c'est pour maintenant

---

Dieu m'aime et veut me combler de son Amour

---

Je n'attends pas de me marier pour être heureux

---

Je discerne quelle est la volonté de Dieu sur moi

---

Je prends des moyens avec l'aide de Dieu, de la Vierge Marie et de saint Joseph pour accomplir cette volonté