

# Exercice de discernement

## Catholic200SG

### Objectif

A l'occasion du jubilé, les catholiques de Singapour sont invités à contempler le passé avec gratitude, réfléchir sur le rôle de notre foi dans la situation présente de l'Eglise, discerner comment répondre à l'appel de Dieu pour devenir une église plus vivante, évangélisatrice et missionnaire.

Cet exercice, à faire en groupe ou individuellement, permet de comprendre dans quelle mesure nous sommes appelés à être des témoins de lumière dans nos familles, au travail, notre communauté, notre société et notre monde en laissant l'Esprit Saint travailler nos cœurs et raviver la foi qui nous a été transmise.

### Comment faire l'exercice ?

- S'installer dans un lieu calme avec un crucifix et une bougie allumée (coin prière)
- Faire le signe de croix et se mettre en présence de Dieu par 5 mn de silence
- On peut écouter de la musique sacrée pour s'aider à entrer dans ce silence sacré
- Lire la partie de la prière de Catholic200SG et les deux textes bibliques proposés pour chaque section en prenant le temps de les méditer et de réfléchir aux questions qui nous sont posées.

### I – Gratitude

#### Prière :

Notre Père du Ciel,  
Ton Fils a envoyé en mission ses apôtres pour porter l'Évangile jusqu'aux  
extrémités de la terre.

A leur suite, des missionnaires ont quitté leur pays et grâce à eux la Bonne  
Nouvelle du Salut offert par amour est arrivée chez nous à Singapour.

Merci pour le don de la foi et pour tous ceux qui ont œuvré pour la maintenir  
vivante et ardente pendant ces 200 années.

#### Lectures :

##### Lecture 1: *Tim 1 :3-9*

**03** Je suis plein de gratitude envers Dieu, à qui je rends un culte avec une conscience pure, à la suite de mes ancêtres, je lui rends grâce en me souvenant continuellement de toi dans mes prières, nuit et jour.

**04** Me rappelant tes larmes, j'ai un très vif désir de te revoir pour être rempli de joie.

**05** J'ai souvenir de la foi sincère qui est en toi : c'était celle qui habitait d'abord Loïs, ta grand-mère, et celle d'Eunice, ta mère, et j'ai la conviction que c'est aussi la tienne.

**06** Voilà pourquoi, je te le rappelle, ravive le don gratuit de Dieu, ce don qui est en toi depuis que je t'ai imposé les mains.

**07** Car ce n'est pas un esprit de peur que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de pondération.

**08** N'aie donc pas honte de rendre témoignage à notre Seigneur, et n'aie pas honte de moi, qui suis son prisonnier ; mais, avec la force de Dieu, prends ta part des souffrances liées à l'annonce de l'Évangile.

**09** Car Dieu nous a sauvés, il nous a appelés à une vocation sainte, non pas à cause de nos propres actes, mais à cause de son projet à lui et de sa grâce. Cette grâce nous avait été donnée dans le Christ Jésus avant tous les siècles,

### **Lecture 2 : Mt 28 :16-20**

**16** Les onze disciples s'en allèrent en Galilée, à la montagne où Jésus leur avait ordonné de se rendre.

**17** Quand ils le virent, ils se prosternèrent, mais certains eurent des doutes.

**18** Jésus s'approcha d'eux et leur adressa ces paroles : « Tout pouvoir m'a été donné au ciel et sur la terre.

**19** Allez ! De toutes les nations faites des disciples : baptisez-les au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit,

**20** apprenez-leur à observer tout ce que je vous ai commandé. Et moi, je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin du monde. »

### **Réflexion et action :**

Je pense aux sacrifices que les missionnaires étrangers ont faits pour pouvoir sauver les âmes et apporter la Bonne Nouvelle à Singapour.

Dans quelle mesure la construction de l'église locale est-elle une preuve de gratitude à leur égard ? [Ou en d'autres mots pour être plus ajusté aux membres de la CCFS : Suis-je reconnaissant pour les missionnaires qui me permettent d'exprimer et vivre librement ma foi à Singapour aujourd'hui ? Dans quelle mesure mon engagement ici est une manière d'exprimer ma gratitude, d'être reconnaissant pour leurs sacrifices ?]

Je prends le temps de réfléchir à ma rencontre avec Dieu, à un moment précis où j'ai été frappé, touché par une annonce de l'Évangile. Je visualise ce moment.

Quelles personnes ont eu un rôle clef dans la transmission de la foi ? Je prie pour elles et rends grâce pour elles. Je peux aussi leur envoyer un petit message de remerciement.

## **II – La chrétienté mise à l'épreuve**

### **Prière :**

**Seigneur Jésus, la sécularisation, le matérialisme, l'individualisme, le relativisme sont de graves menaces pour notre foi.**

**Renouvelle le zèle missionnaire de nos communautés et donne-leur le courage de proclamer Ton nom et Ta souveraineté.**

## Lectures :

### Lecture 1 : Ro 1 :18-32

**18** Or la colère de Dieu se révèle du haut du ciel contre toute impiété et contre toute injustice des hommes qui, par leur injustice, font obstacle à la vérité.

**19** En effet, ce que l'on peut connaître de Dieu est clair pour eux, car Dieu le leur a montré clairement.

**20** Depuis la création du monde, on peut voir avec l'intelligence, à travers les œuvres de Dieu, ce qui de lui est invisible : sa puissance éternelle et sa divinité. Ils n'ont donc pas d'excuse,

**21** puisque, malgré leur connaissance de Dieu, ils ne lui ont pas rendu la gloire et l'action de grâce que l'on doit à Dieu. Ils se sont laissé aller à des raisonnements sans valeur, et les ténèbres ont rempli leurs cœurs privés d'intelligence.

**22** Ces soi-disant sages sont devenus fous ;

**23** ils ont échangé la gloire du Dieu impérissable contre des idoles représentant l'être humain périssable ou bien des volatiles, des quadrupèdes et des reptiles.

**24** Voilà pourquoi, à cause des convoitises de leurs cœurs, Dieu les a livrés à l'impureté, de sorte qu'ils déshonorent eux-mêmes leur corps.

**25** Ils ont échangé la vérité de Dieu contre le mensonge ; ils ont vénéré la création et lui ont rendu un culte plutôt qu'à son Créateur, lui qui est béni éternellement. Amen.

**26** C'est pourquoi Dieu les a livrés à des passions déshonorantes. Chez eux, les femmes ont échangé les rapports naturels pour des rapports contre nature.

**27** De même, les hommes ont abandonné les rapports naturels avec les femmes pour brûler de désir les uns pour les autres ; les hommes font avec les hommes des choses infâmes, et ils reçoivent en retour dans leur propre personne le salaire dû à leur égarement.

**28** Et comme ils n'ont pas jugé bon de garder la vraie connaissance de Dieu, Dieu les a livrés à une façon de penser dépourvue de jugement. Ils font ce qui est inconvenant ;

**29** ils sont remplis de toutes sortes d'injustice, de perversité, de soif de posséder, de méchanceté, ne respirant que jalousie, meurtre, rivalité, ruse, dépravation ; ils sont détracteurs,

**30** médisants, ennemis de Dieu, insolents, orgueilleux, fanfarons, ingénieux à faire le mal, révoltés contre leurs parents ;

**31** ils sont sans intelligence, sans loyauté, sans affection, sans pitié.

**32** Ils savent bien que, d'après le juste décret de Dieu, ceux qui font de telles choses méritent la mort ; et eux, non seulement ils les font, mais encore ils approuvent ceux qui les font.

### Lecture 2 : Mt 4 :1-11

**01** Alors Jésus fut conduit au désert par l'Esprit pour être tenté par le diable.

**02** Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim.

**03** Le tentateur s'approcha et lui dit : « Si tu es Fils de Dieu, ordonne que ces pierres deviennent des pains. »

**04** Mais Jésus répondit : « Il est écrit : L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. »

**05** Alors le diable l'emmène à la Ville sainte, le place au sommet du Temple

**06** et lui dit : « Si tu es Fils de Dieu, jette-toi en bas ; car il est écrit : Il donnera pour toi des ordres à ses anges, et : Ils te porteront sur leurs mains, de peur que ton pied ne heurte une pierre. »

**07** Jésus lui déclara : « Il est encore écrit : Tu ne mettras pas à l'épreuve le Seigneur ton Dieu. »

**08** Le diable l'emmène encore sur une très haute montagne et lui montre tous les royaumes du monde et leur gloire.

**09** Il lui dit : « Tout cela, je te le donnerai, si, tombant à mes pieds, tu te prosternes devant moi. »

**10** Alors, Jésus lui dit : « Arrière, Satan ! car il est écrit : C'est le Seigneur ton Dieu que tu adoreras, à lui seul tu rendras un culte. »

**11** Alors le diable le quitte. Et voici que des anges s'approchèrent, et ils le servaient.

## **Réflexion et action :**

De quelle manière ma foi est-elle affectée par la sécularisation, le matérialisme, l'individualisme et le relativisme ?

Comment Jésus est-il le maître de ma vie et influence-t-il ma façon de vivre, mes décisions morales, mes œuvres de charité ?

Qu'est-ce qui m'empêche de partager la vérité et les valeurs universelles de l'évangile avec mes amis et les autres en général ?

Je visualise ces expériences de tentation et de difficulté.

Je note mes difficultés et je prie le Seigneur de me donner la force de les surmonter avec courage.

## **III – L'appel de la foi**

### **Prière :**

**Envoie Ton Esprit, Seigneur, pour raviver dans Ton peuple la conviction et le courage de nos premiers missionnaires.**

**Ranime notre foi pour que nous soyons des témoins de lumière dans un monde assombri par le péché, le désespoir et l'ignorance.**

**Protège-nous des pièges du Malin et accorde-nous la grâce de Te rester fidèles.**

### **Lectures :**

**Lecture 1 : P 3 :13-17**

**13** Qui donc vous fera du mal, si vous cherchez le bien avec ardeur ?

**14** Mais s'il vous arrivait de souffrir pour la justice, heureux seriez-vous ! Comme dit l'Écriture : N'ayez aucune crainte de ces gens-là, ne vous laissez pas troubler.

**15** Honorez dans vos cœurs la sainteté du Seigneur, le Christ. Soyez prêts à tout moment à présenter une défense devant quiconque vous demande de rendre raison de l'espérance qui est en vous ;

**16** mais faites-le avec douceur et respect. Ayez une conscience droite, afin que vos adversaires soient pris de honte sur le point même où ils disent du mal de vous pour la bonne conduite que vous avez dans le Christ.

**17** Car mieux vaudrait souffrir en faisant le bien, si c'était la volonté de Dieu, plutôt qu'en faisant le mal.

### **Lecture 2 : Mt 5 :13-16**

**13** « Vous êtes le sel de la terre. Mais si le sel devient fade, comment lui rendre de la saveur ? Il ne vaut plus rien : on le jette dehors et il est piétiné par les gens.

**14** Vous êtes la lumière du monde. Une ville située sur une montagne ne peut être cachée.

**15** Et l'on n'allume pas une lampe pour la mettre sous le boisseau ; on la met sur le lampadaire, et elle brille pour tous ceux qui sont dans la maison.

**16** De même, que votre lumière brille devant les hommes : alors, voyant ce que vous faites de bien, ils rendront gloire à votre Père qui est aux cieux.

### **Réflexion et action :**

Je visualise les difficultés auxquelles les missionnaires ont été confrontés, seuls, à des milliers de kilomètres de chez eux.

Qu'est-ce qui les a poussés à sacrifier leur vie, famille, sécurité et confort pour partir annoncer la Bonne Nouvelle à l'étranger ?

Je pense aux moments où je me suis senti seul et ai eu peur de partager ma foi. Je note les moments où j'ai refusé de témoigner et je demande le courage d'être un témoin du Christ.

## **IV – Renouveler notre environnement**

### **Prière :**

**Puissent nos familles être des modèles d'amour et d'unité ; puissent la justice et l'intégrité régner sur nos lieux de travail ;**

**Puissent la vérité et la charité être enseignées dans nos écoles ; puissent nos paroisses vivre leur mission dans un esprit de communion ;**

**Puissent les pauvres, les malades et les laissés pour compte voir en nous le visage de Dieu**

**Et puissent la paix et l'harmonie régner entre les personnes de toutes origines, langues et religions dans notre pays.**

## Lectures :

### Lecture 1 : Col 3 :12-24

**12** Puisque vous avez été choisis par Dieu, que vous êtes sanctifiés, aimés par lui, revêtez-vous de tendresse et de compassion, de bonté, d'humilité, de douceur et de patience.

**13** Supportez-vous les uns les autres, et pardonnez-vous mutuellement si vous avez des reproches à vous faire. Le Seigneur vous a pardonnés : faites de même.

**14** Par-dessus tout cela, ayez l'amour, qui est le lien le plus parfait.

**15** Et que, dans vos cœurs, règne la paix du Christ à laquelle vous avez été appelés, vous qui formez un seul corps. Vivez dans l'action de grâce.

**16** Que la parole du Christ habite en vous dans toute sa richesse ; instruisez-vous et reprenez-vous les uns les autres en toute sagesse ; par des psaumes, des hymnes et des chants inspirés, chantez à Dieu, dans vos cœurs, votre reconnaissance.

**17** Et tout ce que vous dites, tout ce que vous faites, que ce soit toujours au nom du Seigneur Jésus, en offrant par lui votre action de grâce à Dieu le Père.

**18** Vous les femmes, soyez soumises à votre mari ; dans le Seigneur, c'est ce qui convient.

**19** Et vous les hommes, aimez votre femme, ne soyez pas désagréables avec elle.

**20** Vous les enfants, obéissez en toute chose à vos parents ; cela est beau dans le Seigneur.

**21** Et vous les parents, n'exaspérez pas vos enfants ; vous risqueriez de les décourager.

**22** Vous les esclaves, obéissez en toute chose à vos maîtres d'ici-bas, non pas seulement sous leurs yeux, par souci de plaire aux hommes, mais dans la simplicité de votre cœur, en craignant le Seigneur.

**23** Quel que soit votre travail, faites-le de bon cœur, comme pour le Seigneur et non pour plaire à des hommes :

**24** vous savez bien qu'en retour vous recevrez du Seigneur votre héritage. C'est le Christ, le Seigneur, que vous servez.

### Lecture 2 : Mt 25 :31-46

**31** « Quand le Fils de l'homme viendra dans sa gloire, et tous les anges avec lui, alors il siégera sur son trône de gloire.

**32** Toutes les nations seront rassemblées devant lui ; il séparera les hommes les uns des autres, comme le berger sépare les brebis des boucs :

**33** il placera les brebis à sa droite, et les boucs à gauche.

**34** Alors le Roi dira à ceux qui seront à sa droite : "Venez, les bénis de mon Père, recevez en héritage le Royaume préparé pour vous depuis la fondation du monde.

**35** Car j'avais faim, et vous m'avez donné à manger ; j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ; j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli ;

**36** j'étais nu, et vous m'avez habillé ; j'étais malade, et vous m'avez visité ; j'étais en prison, et vous êtes venus jusqu'à moi !"

**37** Alors les justes lui répondront : "Seigneur, quand est-ce que nous t'avons vu... ? tu avais donc faim, et nous t'avons nourri ? tu avais soif, et nous t'avons donné à boire ?

**38** tu étais un étranger, et nous t'avons accueilli ? tu étais nu, et nous t'avons habillé ?

**39** tu étais malade ou en prison... Quand sommes-nous venus jusqu'à toi ?"

**40** Et le Roi leur répondra : “Amen, je vous le dis : chaque fois que vous l’avez fait à l’un de ces plus petits de mes frères, c’est à moi que vous l’avez fait.”

**41** Alors il dira à ceux qui seront à sa gauche : “Allez-vous-en loin de moi, vous les maudits, dans le feu éternel préparé pour le diable et ses anges.

**42** Car j’avais faim, et vous ne m’avez pas donné à manger ; j’avais soif, et vous ne m’avez pas donné à boire ;

**43** j’étais un étranger, et vous ne m’avez pas accueilli ; j’étais nu, et vous ne m’avez pas habillé ; j’étais malade et en prison, et vous ne m’avez pas visité.”

**44** Alors ils répondront, eux aussi : “Seigneur, quand t’avons-nous vu avoir faim, avoir soif, être nu, étranger, malade ou en prison, sans nous mettre à ton service ?”

**45** Il leur répondra : “Amen, je vous le dis : chaque fois que vous ne l’avez pas fait à l’un de ces plus petits, c’est à moi que vous ne l’avez pas fait.”

**46** Et ils s’en iront, ceux-ci au châtement éternel, et les justes, à la vie éternelle. »

## **Réflexion et action :**

Comment suis-je un instrument de communion et d’unité dans ma famille, ma communauté, mon lieu de travail ?

Est-ce que mon ambition, mon égoïsme, orgueil et manque d’empathie a été facteur de discorde ?

Comment est-ce que je participe à la mission et à la vision de l’archidiocèse et de ma paroisse pour les catholiques ? La vision de l’archidiocèse est « Ignite and shine with faith » (Brûler de Charité et rayonner de Foi), celle de la CCFS est « Confiance, lève-toi il t’appelle » (Mc 10 :49).

J’essaye de voir comment Jésus m’appelle à un élan de renouveau dans ma famille, mon travail, mon école, ma paroisse, auprès des pauvres et laissés-pour-compte.

Je réfléchis à mes différents engagements privés et au niveau de la paroisse.

Je note des idées concrètes sur la manière dont il ne tient qu’à moi d’initier un renouveau dans mon environnement.

Je choisis 1 ou 2 engagements particuliers pour participer au jubilé.

## **V – Se tourner vers Marie notre modèle dans la foi**

### **Prière :**

**Sainte Mère, modèle des disciples et des missionnaires, tu as été la première à annoncer Jésus Sauveur au monde.**

**L’avenir est lourd d’incertitudes : ne cesse pas d’intercéder pour nous, sois toujours là pour nous conseiller et nous protéger.**

## Lectures :

**Lecture 1 :** *Actes 1 :12-14 ; 2 :1-4*

**12** Alors, ils retournèrent à Jérusalem depuis le lieu-dit « mont des Oliviers » qui en est proche, – la distance de marche ne dépasse pas ce qui est permis le jour du sabbat.

**13** À leur arrivée, ils montèrent dans la chambre haute où ils se tenaient habituellement ; c'était Pierre, Jean, Jacques et André, Philippe et Thomas, Barthélemy et Matthieu, Jacques fils d'Alphée, Simon le Zélote, et Jude fils de Jacques.

**14** Tous, d'un même cœur, étaient assidus à la prière, avec des femmes, avec Marie la mère de Jésus, et avec ses frères.

**01** Quand arriva le jour de la Pentecôte, au terme des cinquante jours, ils se trouvaient réunis tous ensemble.

**02** Soudain un bruit survint du ciel comme un violent coup de vent : la maison où ils étaient assis en fut remplie tout entière.

**03** Alors leur apparurent des langues qu'on aurait dites de feu, qui se partageaient, et il s'en posa une sur chacun d'eux.

**04** Tous furent remplis d'Esprit Saint : ils se mirent à parler en d'autres langues, et chacun s'exprimait selon le don de l'Esprit.

**Lecture 2 :** *Lc 1 :39-45*

**39** En ces jours-là, Marie se mit en route et se rendit avec empressement vers la région montagneuse, dans une ville de Judée.

**40** Elle entra dans la maison de Zacharie et salua Élisabeth.

**41** Or, quand Élisabeth entendit la salutation de Marie, l'enfant tressaillit en elle.

Alors, Élisabeth fut remplie d'Esprit Saint,

**42** et s'écria d'une voix forte : « Tu es bénie entre toutes les femmes, et le fruit de tes entrailles est béni.

**43** D'où m'est-il donné que la mère de mon Seigneur vienne jusqu'à moi ?

**44** Car, lorsque tes paroles de salutation sont parvenues à mes oreilles, l'enfant a tressailli d'allégresse en moi.

**45** Heureuse celle qui a cru à l'accomplissement des paroles qui lui furent dites de la part du Seigneur. »

## Réflexion et action :

Quel est le rôle de Marie dans ma vie spirituelle ? Comment puis-je cultiver une dévotion mariale authentique pour m'aider à mieux connaître notre Seigneur ? En imitant Marie, je peux devenir un témoin vibrant et évangéliste du Christ.

Comment puis-je imiter Marie qui apporte le Christ aux autres ? Marie portait Jésus dans son cœur et pas seulement dans son corps. Elle est le modèle de celui qui apporte Jésus aux autres, pas en paroles mais par sa charité, par son attention aux besoins des autres (comme lors de la Visitation et des noces de Cana). Elle agit discrètement, sans qu'on le lui demande, et sans rien attendre en retour.

Elle ne dit rien contre les ennemis de son fils, elle se tient simplement au pied de la croix, pour témoigner de son soutien tandis qu'il y est suspendu.



Serais-je capable d'en faire autant dans ma vie quotidienne, ma famille, au travail et dans la communauté ?

## VI – Récapitulatif

### Prière :

**Père, que Ton amour et Ta grâce enflamment nos cœurs, qu'ils poussent notre foi à entrer dans une ère nouvelle ; notre Eglise sera ainsi plus vivante, plus missionnaire.**

**Nous Te le demandons par Jésus Christ notre Seigneur, qui vit et règne avec Toi et le Saint Esprit, Dieu pour toujours.**

**Amen**

**Si je suis inscrit dans une paroisse locale**, j'ouvre le formulaire en ligne avec le QR Code suivant :



Je le remplis avec mes réflexions et mes engagements spirituels. Je réfléchis à ce que l'Esprit Saint m'a inspiré et je partage mes suggestions pour le renouveau de l'église dans les domaines de la formation personnelle, vie de famille, lieu de travail, vie de la communauté, mission sociale et leur impact à Singapour au sens large.

**Si je ne suis pas inscrit dans une paroisse locale**, je prends le temps de relire mes notes et de réfléchir à ce que cet exercice m'a apporté, à ce que l'Esprit Saint m'a inspiré. Je peux rédiger un court témoignage pour encourager les autres membres de la CCFS à prendre le temps de faire cet exercice de discernement.