



UN ENTRAÎNEMENT SPIRITUEL
en famille



COMPÉTITION &
ESPRIT D'ÉQUIPE

PRÉSENTATION DE LA SÉRIE CORPS & ÂME

A l'occasion de cette année olympique, les jésuites vous invitent à explorer la dimension spirituelle de la pratique sportive et du rapport au corps à travers des tensions qui se vivent dans le sport comme dans la vie spirituelle (forces & fragilité, compétition & esprit d'équipe...).

Le parcours « Corps & Âme » propose un entraînement spirituel à vivre en famille. Une prière, un temps de partage, le topo d'un jésuite pour approfondir le thème et des témoignages de sportifs composent chaque étape. Chaque famille est invitée à se réunir pour un temps d'écoute, d'échange et de prière.

1. JEU & DISCIPLINE
2. CORPS & ÂME
3. FORCES & FRAGILITÉS
4. ÉPREUVE & COMBAT
5. DÉFAITE & VICTOIRE
6. ESPRIT D'ÉQUIPE & COMPÉTITION

Nous voici à la sixième étape, « **Esprit d'équipe et Compétition** », prêts à prendre de l'élan pour ce temps en famille !

SOMMAIRE

Méditer en famille	p. 3
Avancer avec un jésuite	p. 7
Un autre regard	p. 10
Petit pas de plus	p. 11

MÉDITER EN FAMILLE



UNE MÉDITATION PROPOSÉE PAR LE LYCÉE SAINT-LOUIS DE GONZAGUE

Le collège jésuite de Paris, Saint-Louis de Gonzague-Franklin, accueille 2000 élèves de la maternelle jusqu'aux classes préparatoires dont 6 élèves autistes en primaire dans une classe *Soleil*. Ici, tous s'engagent à faire vivre la devise de notre établissement « Former des hommes et des femmes pour et avec les autres » à travers la catéchèse, les Journées Missionnaires, les projets d'action sociale, le parrainage entre élèves, les défis de solidarité et bien d'autres choses. Enfin, au cœur de notre d'établissement, la grande chapelle est le lieu qui nous rassemble pour célébrer et prier, tout au long de l'année.

PRENONS DE L'ÉLAN

Coup de sifflet final ! Est-ce la fin, vraiment ? Une certitude doit nous rester : « en tout nous sommes les grands vainqueurs grâce à celui qui nous a aimés » (Rm 8, 37).

Fort de cette confiance, l'apôtre saint Paul a mené sa mission jusqu'au bout, mais s'il l'a fait, ce n'est pas pour lui-même, pour obtenir sa couronne personnelle et s'endormir sur ses lauriers. Son dernier souci au bout de la course, c'est de passer le flambeau à d'autres pour que tous soient sauvés.

Voici le début d'un nouveau match. Un match qui demande d'élargir notre équipe, notre ligue, notre fédération, d'aller jouer avec d'autres avec qui nous n'avons encore jamais joué. À la rencontre de qui pourrions-nous aller ? Pourrions-nous construire une nouvelle équipe, une équipe plus large : une Église ?

OUVERTURE DE LA PRIÈRE

Mise en présence de Dieu

Nous nous installons ensemble, en silence. Nous restons debout en cercle et nous nous donnons la main. Nous restons ainsi un moment, puis nous nous lâchons les mains et nous nous asseyons pour vivre le temps de prière.

Nous traçons sur nous le signe de croix : Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit. Amen.

Demande de Grâce

Nous demandons à Dieu la grâce d'être attentifs à sa présence dans notre famille et faire vivre entre nous un esprit d'équipe.



TEXTE BIBLIQUE À MÉDITER

Introduction de la lecture

Fin de course pour l'apôtre Paul. Après de longs et nombreux voyages dans toutes les communautés chrétiennes de Grèce, de Palestine et de Turquie, le voici prisonnier à Rome.

Il choisit alors d'envoyer une lettre à son ami et disciple, Timothée. Celui-ci a grandi en foi et coordonne désormais une communauté chrétienne. Paul lui donne quelques conseils et le coache pour que Timothée progresse lui-même vers le salut, sa propre « couronne de justice », comme Paul lui-même l'a fait depuis sa conversion.

Néanmoins, il ne s'arrête pas là. Pour Paul, l'évangile est un sport d'équipe. Ce n'est pas seulement notre propre salut que nous recherchons, mais le salut de tous. C'est tous ensemble, en Église, que nous cherchons à soulever la couronne de justice.

De la deuxième lettre de saint Paul, apôtre à Timothée

(2 TM 4, 1-8)

Devant Dieu, et devant le Christ Jésus qui va juger les vivants et les morts, je t'en conjure, au nom de sa Manifestation et de son Règne : proclame la Parole, intervien à temps et à contretemps, dénonce le mal, fais des reproches, encourage, toujours avec patience et souci d'instruire.

Un temps viendra où les gens ne supporteront plus l'enseignement de la saine doctrine ; mais, au gré de leurs caprices, ils iront se chercher une foule de maîtres pour calmer leur démangeaison d'entendre du nouveau. Ils refuseront d'entendre la vérité pour se tourner vers des récits mythologiques.

Mais toi, en toute chose garde la mesure, supporte la souffrance, fais ton travail d'évangéliste, accomplis jusqu'au bout ton ministère.

Moi, en effet, je suis déjà offert en sacrifice, le moment de mon départ est venu. J'ai mené le bon combat, j'ai achevé ma course, j'ai gardé la foi. Je n'ai plus qu'à recevoir la couronne de la justice : le Seigneur, le juste juge, me la remettra en ce jour-là, et non seulement à moi, mais aussi à tous ceux qui auront désiré avec amour sa Manifestation glorieuse.

Quelques pistes

- > Nous voyons Paul confier à Timothée le rôle d'entraîneur de l'équipe du Christ.
Au sein de cette grande équipe qu'est l'Eglise, notre famille elle aussi forme une Eglise : chacun a sa place, son rôle unique et précieux. Et moi, qu'est-ce que j'apporte à mon équipe ? Comment pourrions-nous constituer une équipe plus soudée, plus joyeuse ?
- > Paul nous dit que pour faire vivre la confiance, l'amour, l'attention, dans notre famille, il faut s'entraîner régulièrement, comme au sport.
À quels moments ai-je ressenti des courbatures, des baisses de forme, l'envie de jouer solo ? Qu'est-ce qui m'a redonné du souffle pour reprendre l'entraînement ?

Méditation personnelle

Nous lisons à nouveau cette lettre de Paul en étant attentifs à ce qui nous touche le plus : écoutons Dieu en nous. Nous pouvons aussi parler personnellement à Dieu. Nous pouvons penser et prier pour ceux qui nous entourent, à commencer par notre famille.

INTERCESSION

Donne-nous Seigneur du souffle pour traverser ensemble les épreuves, en restant unis, et pour nous faire confiance les uns les autres. Nous te confions les familles désunies, où le manque d'amour sème la tristesse, la solitude, la violence.

NOTRE PÈRE

Pour terminer ce temps de prière, avec les mots de Jésus, nous disons ensemble **Notre Père, qui es aux cieux...**

CONCLUSION

Seigneur, que ta grâce inspire notre action et la soutienne jusqu'au bout, pour que toutes nos activités prennent leur source en toi et reçoivent de toi leur achèvement.

Nous traçons sur nous le signe de croix. Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit. Amen

AVANCER AVEC UN JÉSUITE

» *Portez les fardeaux les uns des autres »*
(Ga 6,2)



PRÉSENTATION PERSONNELLE

Je m'appelle Marc Rastoin. J'ai grandi en apprenant l'hébreu dans ma paroisse près de Paris tout en étant enfant de chœur et c'est là qu'est née ma vocation.

Après des études de sciences politiques, je suis entré dans la Compagnie de Jésus. J'y ai fini mes études avec une thèse sur la lettre aux Galates et j'enseigne maintenant la Bible aux Facultés Loyola Paris et à Rome (Institut Biblique). J'aime la littérature et le cinéma mais aussi le tennis et le football !

EN BREF

Les exemples sportifs que prend saint Paul pour parler de la vie spirituelle peuvent nous paraître très centrés sur la performance et la compétition. Mais que fait-il donc de cette dimension collective, communautaire, ecclésiale qui semble pourtant si importante dans notre vie de foi ?

Rassurons-nous, il ne la néglige pas ! Entrons dans la culture de son temps pour mieux comprendre la manière dont saint Paul considère la vie spirituelle du chrétien comme un défi personnel et collectif.

Une chose frappe en lisant les lettres de l'apôtre Paul.

Lorsqu'il parle de la vie chrétienne, il emploie deux types d'exemples. Parfois, il évoque un sport individuel comme la course (2 Tm 4, 7) ou la boxe (1 Co 9,24-26). Il y a une dimension nécessairement individuelle dans tout sport. Même dans les sports collectifs d'ailleurs, il faut qu'à l'entraînement, et dans le match, chacun se donne à fond. Il en va de même dans la vie spirituelle : c'est à chacun de prier, de penser à ce qu'il peut faire pour le Seigneur : chacun est responsable de sa vie et de ses choix. Mais c'est vrai aussi que chacun a besoin des autres : même un grand joueur de tennis ou de golf – sports où l'entraînement et le mental de l'individu sont décisifs – a besoin d'entraîneurs, de préparateurs physiques et bien sûr de sa famille et de ses amis. Mais pourquoi l'apôtre Paul prend-il comme exemple de vie chrétienne des sports individuels dans lesquels les athlètes sont en compétition les uns contre les autres ? Saint Paul ne devrait-il pas plutôt prendre l'exemple de sports collectifs ? La question se complique lorsqu'on réalise que, pour parler de la vie chrétienne de façon collective, Paul emploie une image militaire. La raison est simple : il n'y avait pas vraiment de sports collectifs dans l'Antiquité !

Paul n'a pas le choix, il doit emprunter l'image d'une légion romaine : cette unité d'élite où la vie de chaque soldat dépend du courage de son voisin de droite. Si celui-ci cède, il sera menacé. De même que la force des légions réside en premier lieu dans leur discipline, de même les chrétiens doivent faire bloc dans l'épreuve :

« Veillez, demeurez fermes dans la foi, soyez des hommes, soyez forts » (1 Co 16,13).

Dans ce combat, le Christ est celui qui mène les troupes. Il y a une joie à courir et à s'encourager les uns les autres. Le chrétien ne court pas seul et il s'agit de s'encourager à courir ensemble. De même que les premières lignes des légions ne doivent pas plier sous le choc, de même les persécutions et les péchés des uns et des autres ne doivent pas disperser la communauté. « Menez seulement une vie digne de l'Évangile du Christ, afin que je constate [...] que vous tenez ferme dans un même esprit, combattant ensemble et d'un cœur unanime pour la foi de l'Évangile, et nullement effrayés par vos ennemis » (Ph 1,27-28a).

C'est ici aussi que les forts peuvent aider les faibles et que le risque de l'individualisme, propre à tout sport individuel, est contrebalancé par l'insistance sur le soutien des plus faibles.

« Frères, reprenez les désordonnés, encouragez les craintifs, soutenez les faibles » (1 Th 5,14).

Il est très heureux que nous ayons ces deux types d'image pour parler de la vie chrétienne. Les deux sont utiles. La vie spirituelle repose d'abord personnellement sur chacun de nous. C'est à chacun de parler au Christ et de décider pour sa vie ; c'est à chacun de faire des efforts de carême ou pas ; c'est à chacun que le Seigneur demandera ce qu'il a fait de sa vie. Mais c'est tout aussi vrai que nous ne sommes vraiment humains qu'en relation les uns avec les autres et que nous ne vivons notre vie chrétienne que grâce aux autres, grâce à l'Église. On n'est jamais chrétien tout seul. Il en va ainsi dans une famille. Chacun a son caractère et son talent, chacun a une couleur particulière dans sa foi et vie spirituelle, chacun a sa course à mener. Mais c'est vrai aussi que les frères et sœurs sont appelés à être nos premiers supporters. En famille, comme en Église et dans la société en général, il s'agit bien de sortir d'une logique de jalousie et d'individualisme pour entrer vraiment dans un esprit d'équipe et de solidarité.

L'apôtre Paul a eu une façon géniale d'exprimer cette tension à la fin de la lettre aux Galates. Il souligne l'aspect communautaire de la vie (chrétienne et de la vie tout court au fond) en disant : « Portez les fardeaux les uns des autres » et il relève, juste après, la dimension personnelle unique de la foi (et de la vie) : « chacun portera son propre fardeau » (Ga 6,2 et 5).



UN AUTRE REGARD



PRÉSENTATION DES TÉMOINS

À la fin de notre parcours, nous retrouvons Pierre-Alexandre et Paul-Emmanuel. Ils ont 18 ans, sont frères jumeaux et habitent Saint-Denis (93). En parallèle de leurs études en Terminale, ils sont footballeurs amateurs avec le Paris 13 Atletico, s'entraînent trois fois par semaine et jouent un match de championnat le dimanche. Ils feront le maximum pour poursuivre dans cette voie, mais envisagent aussi des études de journalisme pour devenir commentateurs sportifs.

TÉMOIGNAGE

” *Pierre, Paul, vous êtes jumeaux et footballeurs dans la même équipe : sacré sens du collectif ! Mais le foot, ce n'est pas juste des bons moments ensemble, c'est aussi la compétition, chercher la victoire : est-ce que les deux vont ensemble ?*

— *C'est vrai comme jumeaux, on joue ensemble au foot depuis qu'on est petit. On a fait toutes nos équipes, des classes jeunes jusqu'à maintenant ensemble. C'est un avantage de toujours être ensemble et aussi pour l'équipe, parce que comme on se connaît bien, on peut faire de bonnes choses pour l'équipe.*

— *On essaie de se surpasser : si mon frère fait quelque chose de bien, je serai content pour lui, si je fais quelque chose de bien, il sera content pour moi. **De la bonne compétition**, mais pas de jalousie entre nous. Et quand il y a la victoire on est content : on aime gagner, on est des compétiteurs.*

— *Mais parfois, la victoire n'est pas là. Quand on est trop déçu, il ne faut surtout pas craquer, parce que tu peux aller voir l'arbitre, tu vas lui dire un truc déplacé, il va sortir un carton rouge et ça va pénaliser ton équipe. **Penser à ton équipe, c'est faire passer ton équipe avant toi-même.***

— *C'est le collectif avant tout et pas toi personnellement. Et c'est pareil dans la vie, **il faut penser aux autres et avoir cette discipline-là qui nous fait avancer dans la vie.** Personnellement, je pense que pour moi, cette discipline de penser aux autres, de savoir se canaliser, de savoir toujours respecter les règles, ça peut aussi nous faire avancer dans la vie au quotidien.*

PETIT PAS DE PLUS



UN TEMPS DE PARTAGE EN FAMILLE

Organisons un relai. Il y a deux équipes et chaque équipe doit remplir d'eau un bol. Pour ce faire, il faut transporter l'eau depuis son camp dans une cuillère à soupe. Il n'y a qu'une seule cuillère par équipe, il faut donc attendre que son partenaire soit revenu avec la cuillère vide avant de pouvoir y aller à son tour! Quand nous avons fini, nous pouvons féliciter les vainqueurs, reconforter les perdants, prendre un goûter et discuter :

- > *Quand j'allais pour remplir le bol, j'étais seul : qu'est-ce que je ressentais ? De la fierté ? De la responsabilité ? De la pression ?*
- > *Quand j'attendais le retour de mes coéquipiers, qu'est-ce que je ressentais ? De l'urgence ? De l'impatience ? De la gratitude ?*

POUR ALLER PLUS LOIN

- > Deux athlètes utilisant chacun leur talent pour quelque chose de plus grand qu'eux : Le film [Les chariots de feu](#)
- > Pour les plus grands : Éloi Laurent, *L'impasse collaborative. Pour une véritable économie de la coopération*, Les Liens qui Libèrent, 2018
- > À propos de [la deuxième lettre de saint Paul à Timothée](#)

ET MAINTENANT ...

Nous franchissons la ligne d'arrivée ! Voici la fin de notre parcours ! Félicitations et merci à tous de l'avoir suivi !

Gardons avec nous ce que nous y avons appris ou découvert. Bien sûr, il ne s'agit pas de se souvenir de tout, mais de garder une petite chose : un mot, un geste, un moment qui nous a touchés et qui pourra nous aider pour la suite.

Car le match continue ! On n'est pas chrétien seulement dans les temps de prière, mais on prie pour être chrétien dans toute notre vie ! Alors, tous ensemble, poursuivons notre course !

Ce parcours est proposé par la **Pastorale des Familles de la Compagnie de Jésus**, en partenariat avec Prie en Chemin, **4 établissements scolaires jésuites** (Saint-Louis de Gonzague, Sainte-Marie la Grand'Grange, Provence, Saint-Marc), **un établissement scolaire des Frères des Écoles chrétiennes** (La Salle-Saint Denis), l'église **Saint-Paul de la Plaine** et le **diocèse de Saint-Denis**.



Contact et informations

familles@jesuites.com

jesuites.com/familles

42 rue de Grenelle - 75007 Paris

