

## Guide de lecture et pratique

### Contexte

L'une des grandes contributions et intuitions spirituelles de saint Ignace de Loyola réside dans sa façon d'entrer en conversation avec une autre personne. Pour saint Ignace, l'autre personne est un enfant de Dieu, qui mérite le respect et la considération, peu importe ses opinions ou l'histoire de ses relations interpersonnelles avec cette personne. Nous appelons cela la conversation ignatienne.

Au début des Exercices spirituels, saint Ignace expose les « présuppositions » pour l'entièreté de la retraite et pour les conversations ignatiennes. Dans celles-ci, chaque personne « présuppose » le bien chez l'autre et la « bienveillance » de la déclaration qui est faite. Quand quelqu'un croit que l'affirmation est incorrecte, alors, avec amour on cherche à la rectifier ou à tenter de la comprendre afin « qu'elle soit sauvée » ou de la comprendre de la bonne manière.

Une année ignatienne amplifie la conscience que nous avons de la vie de saint Ignace et de sa manière de procéder ; afin que nous devenions de plus en plus proches les uns des autres et que nous en venions à savoir que Dieu nous aime tous inconditionnellement. Avoir recours aux conversations spirituelles est une manière pratique de nous rapprocher les uns des autres. Chacune de nos leçons vidéo sur les PAU constitue non seulement une célébration, mais nous encourage également à avoir ses conversations. En tant qu'étudiants et professeurs dans les écoles secondaires jésuites à travers le monde, nous tentons d'avoir des conversations honnêtes, courageuses et fructueuses qui possèdent les attributs et les indicateurs suivants.

### Pratique

Pour préparer au visionnement des vidéos et aux différentes leçons, distribuez la prochaine page à chaque étudiant de la classe. Jumeler les étudiants pour qu'ils pratiquent la conversation spirituelle fondée sur l'une ou l'autre ou sur l'ensemble des quatre déclencheurs énumérés plus loin. Laissez chaque étudiant de la paire jouer tour à tour le rôle de « meneur » et « de celui qui écoute » durant l'exercice des déclencheurs. Après 2-4 minutes, échangez les rôles. Chaque exercice peut prendre de 4 à 8 minutes.



Les étudiants devraient (1) revoir les attributs, (2) écrire le déclencheur, (2) brièvement réfléchir au déclencheur, (3) avoir une conversation spirituelle tant à titre de meneur que de celui qui écoute, et (4) compléter une réflexion après la conclusion de la conversation.

#### *Déclencheurs pour une pratique de la conversation spirituelle*

1. Parlez d'une expérience particulière quand quelque chose qui vous est arrivé a changé votre manière de penser ou d'agir. Revisiter les détails précis des 24-48 heures.
2. Avec quels éléments de la terre, de la nature, des ressources naturelles avez-vous été en contact ou avec lesquels vous avez interagi ? Ou, quel rôle la nature joue-t-elle dans votre vie ?

3. Identifiez un moment où vous avez été « écarté » ou « empêché » d'entrer dans un endroit, de faire partie d'un groupe, ou de profiter d'un privilège — quand vous avez été « gardé à l'écart » ou vous n'avez pas été pris en compte. Décrivez cette expérience et dites comment vous vous êtes senti.
4. Identifiez un moment où vous avez aidé un étudiant de votre école. Décrivez cette expérience et dites comment vous vous êtes senti.

## Pratiquer la conversation spirituelle : cadre des attributs pour le meneur et celui qui écoute

**Lent à prendre la parole.** Le meneur prend connaissance de la situation et entre doucement dans la conversation, en se servant du déclencheur. Pendant ce temps, celui qui écoute parle moins et écoute davantage.

**Écouter attentivement.** Au lieu de parler, celui qui écoute le fait en tentant de comprendre le point de vue de l'autre. Tout en écoutant, celui qui écoute reste silencieux et il n'interrompt pas le locuteur. Peut-être que celui qui écoute peut essayer de se mettre dans les souliers de l'autre ? Et, ce faisant, il peut en venir à mieux comprendre.

**Chercher ce qui est vrai dans les propos de votre interlocuteur.** Toutes les situations n'invitent pas au débat. Tout au long de la conversation, celui qui écoute adopte l'esprit « appreni » curieux et qui s'étonne.

**Exprimer son désaccord avec humilité, respect et considération.** Lorsque vous vous trouvez dans une situation ou une conversation avec laquelle vous êtes en désaccord, évitez de blâmer, de faire des suppositions, de présumer et de généraliser.

**Prenez le temps nécessaire.** Toutes les situations ou conversations ne constituent pas une fin en soi. Peut-être que la situation ou la conversation est un point de départ vers quelque chose de plus grand. Celui qui écoute recherche les occasions pour poursuivre le dialogue et faire un suivi lorsque nécessaire.

### Réflexion après la conclusion de la conversation

**Meneur:** qu'avez-vous remarqué quand vous meniez la conversation ?

**Celui qui écoute:** qu'avez-vous remarqué quand vous étiez celui qui écoute ?

## Conversation spirituelle

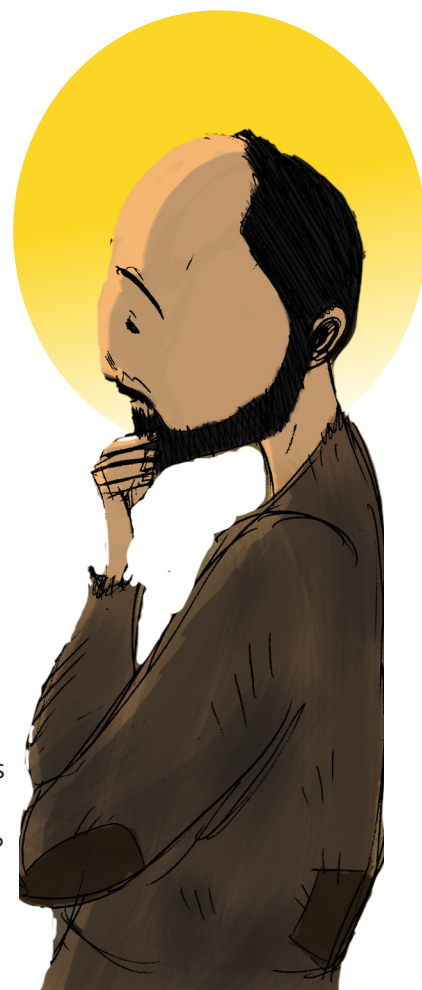
### [Chercher Dieu vidéo \(lien ici\)](#)

Après la présentation de la conversation spirituelle (et sa pratique) et de la médiation sur le Principe et le Fondement, la classe entre dans une conversation spirituelle. Jumeler les étudiants pour qu'ils pratiquent la conversation spirituelle fondée sur l'une ou l'autre ou sur l'ensemble des quatre déclencheurs énumérés plus loin.

Laissez chaque étudiant de la paire jouer tour à tour le rôle de « meneur » et « de celui qui écoute » durant l'exercice avec les déclencheurs. Après 2-4 minutes, échangez les rôles. Chaque exercice peut prendre de 4 à 8 minutes.

### **Déclencheurs pour une pratique de la conversation spirituelle**

1. Revoir le Principe et Fondement ; quels sont les réflexions, les mots, les idées ou les images que cela fait résonner en vous ?
2. Quels sont les dons reçus de Dieu qui vous aident et aident les autres ?
3. Quelles sont les choses qui constituent des obstacles pour que vous aimiez les autres et aimiez Dieu ?
4. Si vous étiez libéré de certains de ces obstacles, à quoi cela ressemblerait-il ?



Art par Ignasi Flores

# Pratiquer la conversation spirituelle: Cadre complet

**Lent à prendre la parole.** Familiarisez-vous doucement avec la situation et la conversation, en permettant à chacun de prendre la parole. Durant ce temps, parlez moins et écoutez davantage. Alors que vous et vos partenaires vous vous préparez à initier une conversation significative, faites un autoexamen rapide:

- Réfléchissez à votre attitude quand vous entrez dans une situation ou quand on vous pose une question à partir d'un déclencheur.
- À l'approche de la situation et de la conversation, évaluez le contexte, votre attention à la présomption de bien et les acteurs présents.
- Soyez conscients de l'espace et de l'environnement.
- Soyez conscients de la perception que les autres ont de vous — êtes-vous ouvert d'esprit ? Êtes-vous souriant ? Joyeux ? Êtes-vous curieux ? Comment montrez-vous vos sentiments ?
- Soyez conscients de votre apparence physique — êtes-vous assis ? Adoptez-vous une attitude qui fait montre de votre ouverture ? Votre attitude est-elle ouverte ? Bras et jambes non croisés ? Invitant à la conversation ?
- Soyez calme et ouvert dans votre attitude. Personnellement, comment percevez-vous la situation ?
- Pensez à vos meilleurs atouts. De quoi avez-vous l'air et quelle est votre attitude quand vous êtes au meilleur de vous-mêmes ? Soyez le meilleur de vous-même durant la conversation.
- Avez-vous mis de côté vos préjugés ? Votre bagage émotionnel ? Prenez la décision de les mettre de côté.

**Écouter attentivement.** Au lieu de parler, écoutez en tentant de comprendre le point de vue de l'autre. En écoutant, restez silencieux et n'interrompez pas votre interlocuteur. Peut-être pouvez-vous essayer de vous mettre dans les souliers de l'autre ? Et, ce faisant, on peut en venir à comprendre. Alors que vous et vos partenaires vous vous préparez à initier une conversation significative, faites un autoexamen rapide:

- Comment vous préparez-vous à écouter ? Prenez quelques grandes inspirations.
- Portez attention à la position de votre corps. Faites face à la personne qui parle.
- Gardez un contact visuel et regardez votre interlocuteur durant la conversation.
- Mettez de côté les pensées distrayantes et ce qui se passe autour de vous — cela peut s'avérer difficile quand il se passe différentes choses autour de vous. Restez concentré.
- Soyez attentif au langage corporel de votre interlocuteur.

**Chercher ce qui est vrai dans les propos de votre interlocuteur.** Toutes les situations n'invitent pas au débat. Tout au long de la conversation, celui qui écoute adopte l'esprit d'un « apprenti » curieux et qui s'étonne. Commentez seulement pour partager de l'information, et non pas pour persuader. Alors que vous et vos partenaires vous vous préparez à initier une conversation significative, gardez en tête:

- Mon approche de la situation est-elle celle d'un croyant ou d'une personne qui doute ?
- Soyez actif durant votre écoute. Pour ce faire, quand vous écoutez, prétendez que votre tâche consiste à rapporter les paroles de votre interlocuteur à un groupe plus élargi.
- Lorsque vous répondez, paraphrasez, clarifiez et résumez les affirmations:
  - o « Vous dites... » — paraphraser
  - o « On dirait que tu dis... » — paraphraser
  - o « Pouvez-vous me donner un exemple ? » — clarifier
  - o « Vous dites que tel et tel sont importants, pouvez-vous m'aider à comprendre ce que cela veut dire pour vous ? » — clarifier
  - o « Les idées importantes sont... » — résumer

**Exprimer son désaccord avec humilité, respect et considération.** Lorsque vous vous trouvez dans une situation ou une conversation avec laquelle vous êtes en désaccord, les personnes présentes évitent de blâmer, de spéculer, de présumer et de généraliser. Commencez à développer et à pratiquer un langage et des habitudes qui favorisent les désaccords équilibrés. Alors que vous et vos partenaires êtes en désaccord, utilisez le langage suivant:

- « Je vois ce que vous voulez-dire... »
- « Je comprends d'où tu viens, et... »
- « C'est un bon point, et... »

**Prenez le temps qu'il faut.** Toutes les situations ou conversations ne constituent pas une fin en soi. Peut-être que la situation ou la conversation est un point de départ vers quelque chose de plus grand. Celui qui écoute recherche les occasions pour poursuivre le dialogue et faire un suivi lorsque nécessaire. Alors que la conversation tire à sa fin, pensez au moyen de la poursuivre à un autre moment:

- « Merci pour cette conversation. J'apprécie le partage. Aimerez-vous qu'on aille plus loin ? »
- « Pendant que nous continuons à réfléchir à ces choses, quelles sont les prochaines étapes qu'on peut faire ; quelles actions pouvons-nous entreprendre ? »
- « Cela semble un bon départ pour une bonne conversation. Merci. Et maintenant ? »
- « Peut-on poursuivre cette conversation, et si oui, quand et où ? »
- « Eh! comment cela s'est-il passé aujourd'hui ? »