

DÉCISION

Ne pas prendre de décision est aussi une décision. Rester dans l'indécision dévore ton énergie.

► Souvent, nous prenons des décisions pour plaire aux autres, éviter leur désapprobation, ou encore pour avoir du succès aux yeux du monde. Une approche plus authentique consiste à nous interroger : « **Est-ce que cette décision me satisfait réellement ?** Est-elle vraiment bonne pour moi et pour les autres ? Est-elle en consonance avec mes valeurs les plus chères ? »

► Il est bon de nous rappeler que nous ne pouvons pas tout avoir tout le temps ! **Dire oui** à une chose **signifie dire non** à une autre. C'est sans doute dur, mais avec notre oui, nous laissons la vie se déployer davantage en nous.



PRENDS UNE DÉCISION QUI SOIT « TA » DÉCISION.

ENGAGEMENT

Où a-t-on besoin de toi ? Où peux-tu aider le mieux les autres ? Où ta venue pourrait-elle rendre service ?

► Nous ne prenons pas nos décisions dans le vide. Nous sommes enracinés dans un **espace-temps**, une **culture** et une **tradition religieuse** spécifiques. Nos décisions ne sont pas uniquement tournées vers nous-mêmes : elles doivent prendre en compte ce moment et cet endroit précis où nous vivons ainsi que les **besoins concrets de notre situation**.

► Nous pouvons ainsi nous interroger : **quels besoins ou urgences** est-ce que je perçois dans le monde et autour de moi ? Comment puis-je **y répondre** au mieux ? Et **quand je serai vieux**, qu'est-ce que j'aimerais vraiment avoir fait de ma vie ?



JETTE UN COUP D'ŒIL SUR LES DÉFIS DU MONDE.

TALENTS

Que sais-tu faire ? Qu'aimes-tu faire ? Quelles sont les qualités que les autres voient chez toi ?

Prendre des décisions demande de **nous connaître nous-mêmes**. Ce processus dure toute la vie, mais quelques questions aident :

► Quels sont **mes dons** ?

► Quelles sont **mes forces et mes faiblesses** ?

► Qu'est-ce que j'ai en moi qui peut rendre le monde meilleur ?

Demander à d'autres les dons (ou faiblesses) qu'ils voient en moi aide aussi. Confirmeront-ils ce que je vois en moi-même ? Voient-ils des traits de ma personnalité que je n'ai pas vus moi-même ? Nous ne cessons jamais d'apprendre sur nous-mêmes.



APPRENDS À RECONNAÎTRE TES DONS ET COMPÉTENCES.

RÊVES

Dieu te parle à travers tes rêves, tes songes et tes désirs. Ose les suivre : ils te montreront le chemin !

► Nos rêves sont enfouis dans les profondeurs de notre être, mais ils font partie de nous. Ils sont le **reflet de nos espoirs** pour nous-mêmes et pour le monde. Ils nous font découvrir nos aspirations les plus personnelles. Ils peuvent nous être inspirés par Dieu, et c'est en vivant à partir d'eux que nous pouvons **devenir co-créateurs avec Dieu** dans nos décisions.

► Pour savoir quels sont tes rêves, demande-toi ce qui te passionne réellement. Ne réponds pas trop vite à cette question, sinon ta réponse sera superficielle. Consacre beaucoup de temps à cette question, rumine-la, médite-la... Permetts à la question de s'approfondir de plus en plus, jusqu'à ce que...



PRENDS DU TEMPS POUR REGARDER RÊVES ET DÉSIRS.

UN DERNIER CONSEIL ?

Ce dépliant vous est proposé par le service jésuite des vocations et s'inspire de la méthode de discernement mise au point par saint Ignace de Loyola à travers les **Exercices spirituels**.

Pour en savoir + : jesuites.com

► Nous avons toujours et sans cesse à revenir aux huit points qui sont présentés dans ce dépliant, jusqu'à ce qu'ils nous habitent et deviennent nôtres.

► **Aucun point ne tient tout seul** : chacun est relié aux autres.

► Bien évidemment, il ne s'agit pas d'une recette miracle. Il n'existe pas de « trucs » car **se décider est un art**.

► Tout commence et repose sur la **confiance accordée au Seigneur**. Sans prière, sans temps de méditation pour parler avec Lui du choix que nous désirons poser selon son Esprit, rien de spirituel ne pourra se décider.



LES ESSENTIELS DE LA PRIÈRE SELON SAINT IGNACE DE LOYOLA

N°2



Comment prendre

UNE
BONNE
DÉCISION



www.jesuites.com @ f X y in

SENTIMENTS

Quelle option résonne plus profondément en ton cœur, même si c'est un défi pour toi ?

► Parfois, nous nous laissons entraîner avec **enthousiasme**... puis nous prenons **peur** face au défi que cela représente. Un **mauvais pressentiment** peut suggérer de prendre une autre voie, et notre raison peut émettre des **doutes sérieux** pour l'une ou l'autre solution. Bref, tout cela est parfois déroutant. Que faire ?

► Rester **patient** et permettre aux mouvements intérieurs, sentiments et pensées de se décànter jusqu'à ce que le **calme** revienne. Quand une décision est en accord avec le fond de notre cœur, nous sentons que « c'est bon pour nous ». Nous sommes alors pleins de **courage et d'énergie**. Nous trouvons la paix, et **une paix qui dure**.



ÉCOUTE ET HARMONISE
TA TÊTE ET TON CŒUR.

CONFIANCE

D'habitude, les décisions ne tombent pas du ciel, mais tu peux compter sur Dieu pour te guider intérieurement.

Nous portons en nous un « **GPS de la grâce** » qui nous accompagne pour prendre nos décisions. Nous avons tout intérêt à l'écouter et lui faire confiance car c'est la présence de L'Esprit Saint, envoyé par Dieu le Père qui travaille en nous.

Rien n'est plus fiable que ce GPS.

► Il **éveille notre liberté** pour ne pas suivre aveuglément ce que les autres peuvent nous dire de faire ou de ne pas faire.

► Il **nous conduit à une paix intérieure profonde**, à mieux nous mettre en relation avec les autres et à découvrir la contribution unique au monde qui correspond à notre vocation.



AIE CONFIANCE :
DIEU EST PRÉSENT.

CONSEILS

Tes motivations vont devenir plus claires quand tu parleras à quelqu'un d'autre. Partager en confiance fait toujours grandir.

Nous n'aimons pas que quelqu'un d'autre nous dise ce qu'il faut faire ! Mais nous avons un **grand besoin d'écouter des personnes qui nous connaissent bien**, qui ne désirent que le meilleur pour nous ou qui ont des connaissances et une expérience qui nous font défaut. De telles personnes peuvent nous aider à découvrir et à **clarifier ce que nous désirons vraiment**, si notre raisonnement est solide et si le choix que nous nous apprêtons à faire est en cohérence avec nos convictions essentielles.

Souvent, ces personnes peuvent montrer des possibilités auxquelles nous n'avions pas encore pensé et que nous pouvons explorer.



CHERCHE QUELQUES
BONS CONSEILS.

ALTERNATIVES

Pour poser un vrai choix, au minimum deux solutions plausibles sont nécessaires, sinon les dés sont pipés.

Quand on a une décision à prendre, il est bon d'avoir **une alternative réaliste**, un choix entre deux **possibilités a priori bonnes toutes les deux**. En les comparant l'une à l'autre, nous pouvons nous demander :

- Quelle décision me rend plus paisible ?
- Laquelle est-ce que je désire au plus profond de moi ?
- Quelle décision met davantage en jeu mes talents ?
- Quelle décision est la plus sensée ?
- Quelle décision va aboutir à un meilleur service des autres ?



IMAGINE PLUSIEURS
OPTIONS POSSIBLES.

RELECTURE QUOTIDIENNE

Ce sont les 15 minutes les plus importantes de ta journée.

Pour prendre une bonne décision, il est important de se rendre attentif à ce qu'on vit dans le monde et avec Dieu. Pour cela, les jésuites recommandent **une courte prière chaque soir**. En garder une trace écrite peut aussi aider.

- Trouve **un endroit calme et une position** qui t'aide à te concentrer et à prier 15 min.
- Promène-toi **avec Dieu à travers ta journée**. Il désire que ta vie soit source de joie.
- Dis à Dieu ce **pour quoi tu lui es reconnaissant** : telle rencontre, parole dite ou entendue
- Avec Lui, regarde tout **ce qui a été difficile** et a provoqué blessures, regrets, honte....
- Fort de ces expériences, **partage avec Dieu tes projets**, désirs et espoirs pour demain.

? QUI SONT LES JÉSUITES ?

À la suite de saint Ignace de Loyola, les jésuites sont des hommes de contemplation et d'action engagés dans l'annonce de la foi à travers les Exercices spirituels, l'aide aux plus fragiles, l'accompagnement des jeunes et l'écologie intégrale.



POUR APPRENDRE À PRIER

5 centres spirituels jésuites proposent des retraites d'initiation aux Exercices spirituels, tout au long de l'année.

jesuites.com/centres-spirituels



POUR NOURRIR SA VIE SPIRITUELLE

Prie en chemin est le portail de référence pour vivre les Exercices spirituels au quotidien : podcasts de méditation guidée, vidéos, prières...

[prie en chemin](http://prie-en-chemin.org) prieenchemin.org



RESTONS EN LIEN

S'abonner à la newsletter et à la revue Échos jésuites
jesuites.com/abonnements
f @ X in @jesuiteeof

jesuites.com

