

Une retraite proposée par le CÉFFA

À partir du DVD de la victoire de l’Amour avec

L’abbé Donald Thompson

et Pier-Luc Bordeleau

**Cahier du participant**





**Animée par**

**Caroline Maillet-Rao,** coordonnatrice

**et Diane Roy,** adjointe

**Les 29 février et 1er mars 2020**

**À**

**L’ÉGLISE SAINT- THOMAS-D’AQUIN**

**DE 19 h À 20 h 30**

**L’ENTRÉE EST GRATUITE**

**BIENVENUE À TOUS ET À TOUTES**

A

TABLE DES MATIÈRES

[Introduction 3](#_Toc25753303)

[**Étape 1** – TÉmoignage de Marthe, professeure 4](#_Toc25753304)

[Premier témoignage : **un baume sur l’image de soi** 4](#_Toc25753305)

[**Étape 1** – TÉmoignage de Marthe, professeure 5](#_Toc25753306)

[Deuxième témoignage : **Laisser derrière soi et avancer** 5](#_Toc25753307)

[**Étape 1** – TÉmoignage de Marthe, professeure 6](#_Toc25753308)

[Troisième témoignage : **Une certitude intérieure** 6](#_Toc25753309)

[**Étape 2** – Le cheminement spirituel 7](#_Toc25753310)

[Réflexion personnelle et retour en groupe 9](#_Toc25753311)

[Évaluation **Erreur ! Signet non défini.**](#_Toc25753312)

**Coordonnées du CÉFFA**

La Cité Francophone - bureau 114

8627, rue Marie-Anne-Gaboury

Edmonton, Alberta T6C 3N1

Site Web : leceffa.ca

Caroline Maillet-Rao, coordonnatrice

(587) 597-2909

Diane Roy, adjointe administrative

(780) 619-9597



# Introduction

Rencontrer Jésus, c’est faire l’expérience du Ressuscité-Exalté à travers un cheminement spirituel enrichissant qui propulse notre foi à un autre niveau.

Cette retraite est basée sur le DVD de La Victoire de l’Amour. Votre animatrice vous invitera à vous mettre en route vers une rencontre personnelle avec votre humanité et surtout avec Jésus vivant et agissant dans nos vies aujourd’hui.

Dans un premier temps, nous verrons la définition d’une expérience spirituelle et du cheminement spirituel avec un témoignage d’une enseignante.

Dans un deuxième temps, nous approfondirons la définition de notre chemin spirituel et de quelle manière Jésus prend contact avec nous, de quelle manière il nous guide afin de nous faire découvrir notre mission et ainsi nous confirmer que nous sommes à notre place.

# **Étape 1** – TÉmoignage de Marthe, professeure

# Premier témoignage : **un baume sur l’image de soi**

Pour vivre une expérience spirituelle, il y a quelques critères :

* C’est un événement marquant dans ma vie ;
* Une expérience repérable dans le temps et dans l’espace qui favorise la compréhension de mes pensées et de mes émotions ;
* Faire preuve d’une certaine capacité d’attention ;
* C’est un don inattendu.

Comme la rencontre fortuite d’un ancien étudiant dans un lieu quelconque, ici à l’épicerie, qui reconnaît la valeur d’une parole, d’un geste posé quelques années plus tôt.

**Suis-je capable de me souvenir d’un événement qui pour moi a été marquant, un moment de reconnaissance provenant d’une personne inattendue dans un endroit inattendu ? Décris en quelques mots ton expérience :**

**Quelle pensée ou émotion est montée en moi à ce moment-là ?**

**Quelle est mon ouverture personnelle face à cet événement ?**

**Es-tu capable de reconnaître ceux et celles qui sont passés dans ta vie pour t’aider à grandir ?** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# **Étape 1** – TÉmoignage de Marthe, professeure

# Deuxième témoignage : **Laisser derrière soi et avancer**

Pour vivre une expérience spirituelle, il y a quelques critères :

* Toujours un événement précis repérable dans le temps et l’espace ;
* Un événement difficile comme un deuil suivi d’un regain de vie ;
* Qui favorise la compréhension de mes pensées et de mes émotions reliées au deuil et au regain de vie ;
* Accueil de l’événement douloureux, c’est un appel imprévisible à grandir si on l’accepte ;
* Faire une relation avec l’Évangile dans le passage de la mort à la vie et ainsi intégrer la foi chrétienne à sa vie.

**Suis-je capable de me souvenir d’une perte ou d’un deuil qui pour moi a été marquant, un moment où j’ai dû lâcher prise et m’ouvrir pour avancer :**

**Quelle pensée et/ou émotion est montée en moi à ce moment-là ?**

**Quelle est mon ouverture personnelle face à cet événement ou comment ai-je réagi à cette situation ?** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Es-tu capable de faire la relation entre cet événement et le Mystère Pascal ?** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# **Étape 1** – TÉmoignage de Marthe, professeure

# Troisième témoignage : **Une certitude intérieure**

Les critères pour une expérience spirituelle de confirmation :

* Avoir une certitude intérieure que l’on est à la bonne place, notre place dans un moment et un espace précis ;
* L’événement n’est pas relié nécessairement à une expérience religieuse ;
* Une expérience qui ne peut pas être visible de l’extérieur ;
* Trouver une réponse inattendue à une question personnelle ;
* Elle est reçue comme un don ;
* Il est important d’être réceptif.

**Suis-je capable de me souvenir et d’écrire une expérience de ce genre dans mon cheminement ? :**

**Quelle pensée et/ou émotion est montée en moi à ce moment-là ? \_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# **Étape 2** – Le cheminement spirituel

Le cheminement spirituel est la suite des expériences spirituelles, les moments de reconnaissances, les deuils et les pertes assumés et acceptés nous font grandir intérieurement. La seule condition est d’être à l’écoute de ces événements inattendus et des émotions ressenties afin prendre conscience de notre valeur et de l’amour de Dieu pour nous. Les apprentissages et le détachement nous permettent de réaliser et de comprendre notre mission.

**Les critères du cheminement spirituel :**

* Éprouver quelque-chose au cours d’un évènement précis de ma vie repérable dans le temps et l’espace, comme une force, une inspiration, une certitude, une compréhension, une inspiration, une intuition.
* Porter attention à des évènements de ma vie ou à l’intérieur de moi dans les régions du cœur et de l’esprit ou chacun et chacune peut accéder en relation ou non avec des croyances religieuses, de sorte que l’on peut dire qu’il y a des expériences spirituelles, des expériences spirituelles religieuses qui sont mises en relation avec ma foi.
* Expérience religieuse chrétienne : mise en relation avec Jésus le Christ.
* Faire preuve d’une réceptivité. Accueillir les évènements de la vie qui ont des résonnances en soi. Cela demande une certaine capacité d’intériorité, d’attention à soi, aux autres, à l’absolu. Parce que le spirituel n’est ni prévisible, ni contrôlable, ni maîtrisable. C’est ce qui vient à soi comme un don. Sans réceptivité, je n’aurai pas accès à la face intérieure de l’évènement, à sa profondeur, à son effet sur moi, je n’ai pas de croissance de ma personnalité.

**4 dimensions:**

* Dimension progressive du cheminement spirituel quand on relit toutes les expériences
* Dimension cognitive (ce que je comprends) : on a une vision plus claire de ce que je suis appelé à devenir et que je me réajuste ;
* Dimension affective, deuil : c’est quand je fais preuve d’une certaine docilité et de détachement ;
* Dimension active : elle aboutit dans le cheminement à une réorientation de mon agir, plus en conformité avec ce que je viens de découvrir.

Comment je me développe spirituellement comme catholique ? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Comment suis-je appelé à avancer ?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ma rencontre avec le RessuscitÉ-ExaltÉ

**Grâce à la croix**

* La Croix, c’est ce qui nous identifie comme croyant et croyante en Jésus-Christ ;
* La Croix a été le moment de vérité pour Jésus, le moment de sa vérité dernière ;
* La Croix, symbole de honte, représente une mort méprisable - sans dignité, difficile de parler de la croix pour les disciples, signe de victoire sur la mort. Jésus a montré son obéissance et à cause de cela il a été exalté. Signe d’amour, choix de Jésus, **Dieu s’est vidé de lui-même par tendresse pour l’humanité ; la force de Dieu est dans sa faiblesse** (l’amour qu’il a pour nous) ; le mystère de Dieu réside dans sa faiblesse et non dans sa force ; la mort n’est pas le dernier mot : victoire de l’amour.

**Grâce à Pâques**

* Quand après un cheminement, on arrive à la certitude que Jésus est vivant, on voit avec les yeux de la foi, on voit les agissements de Dieu dans notre vie, le passage de Jésus à la Vie c’est notre joie, **l’essentiel de la foi chrétienne est que Jésus est vivant et agissant**.
* L’expérience du tombeau vide : attitude d’étonnement, Jésus est resté lui-même mais ressuscité, exalté par Dieu. **Ressuscité** : Appel à une vie nouvelle, dans une autre dimension. **Exalté** : appel à une fonction nouvelle, capacité d’agir dans l’histoire comme Christ – puissance de Dieu la rend opérante dans l’histoire par le don de l’esprit à la suite de gestes posés par des croyants et des croyantes. On devient témoins de Lui.
* Être baptisé, c’est se noyer en Lui !!! Confirmation : don du Saint-Esprit, capacité d’agir de Dieu. Jésus est capable d’influencer le cours de l’histoire à la suite de gestes posés par les croyants et croyantes. **Être Eucharistiés**, c’est être nourris de son héritage de présence, de sa parole et avec la communion.
* **Résurrection** : Jésus, Dieu l’a ressuscité. Il est le Vivant, le Ressuscité, l’Exalté. Si nous croyons, rien ne sera plus jamais pareil. Dieu est Amour, et que le rêve de Jésus d’une vie transformée par l’Amour est possible. La Vie est plus forte que la mort. La résurrection de Jésus ne se démontre pas, elle se vit. Et nous sommes transformés par la force de cette résurrection. La vie nous fait moins peur. La mort est aussi un passage dans nos vies. La foi n’est pas une fuite du monde, mais la vraie manière de se tenir debout et de prendre la vie à pleine main. **Joyeuses Pâques : prends ta vie à pleine main !**

# Réflexion personnelle et retour en groupe

Mon expérience de la mort et de la résurrection (le mystère pascal) dans ma vie:

* Pourquoi est-ce que j’ai vécu des expériences douloureuses dans ma vie ? Divorce, perte d’emploi, maladie, perte d’un enfant, échecs, etc.? Comment est-ce que j’ai fait l’expérience spirituelle chrétienne de la mort du Christ dans ma vie ? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Comment est-ce que je me suis remis de ces expériences douloureuses ? Comment est-ce que j’ai fait l’expérience spirituelle chrétienne de la résurrection du Christ dans ma vie ? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_