

Paths of Wisdom II

Chemins de Sagesse II

Time-Tested Practices
for Making Meaningful Decisions

Principes et pratiques éprouvés
pour prendre de bonnes décisions



Service for Discernment in Common
Service pour le Discernement en Commun



Le Service pour le Discernement en Commun

The Service for Discernment in Common



- Créé en mars 2019
- Un service de la Province Jésuite du Canada
- Aide aux communautés religieuses et apostolats dans leurs démarches de discernement communautaire
- Formations, ateliers, animation



- Established in March 2019
- A service of the Canadian Jesuit Province
- Assisting religious communities and apostolates with communal discernment processes
- Trainings, workshops, facilitation

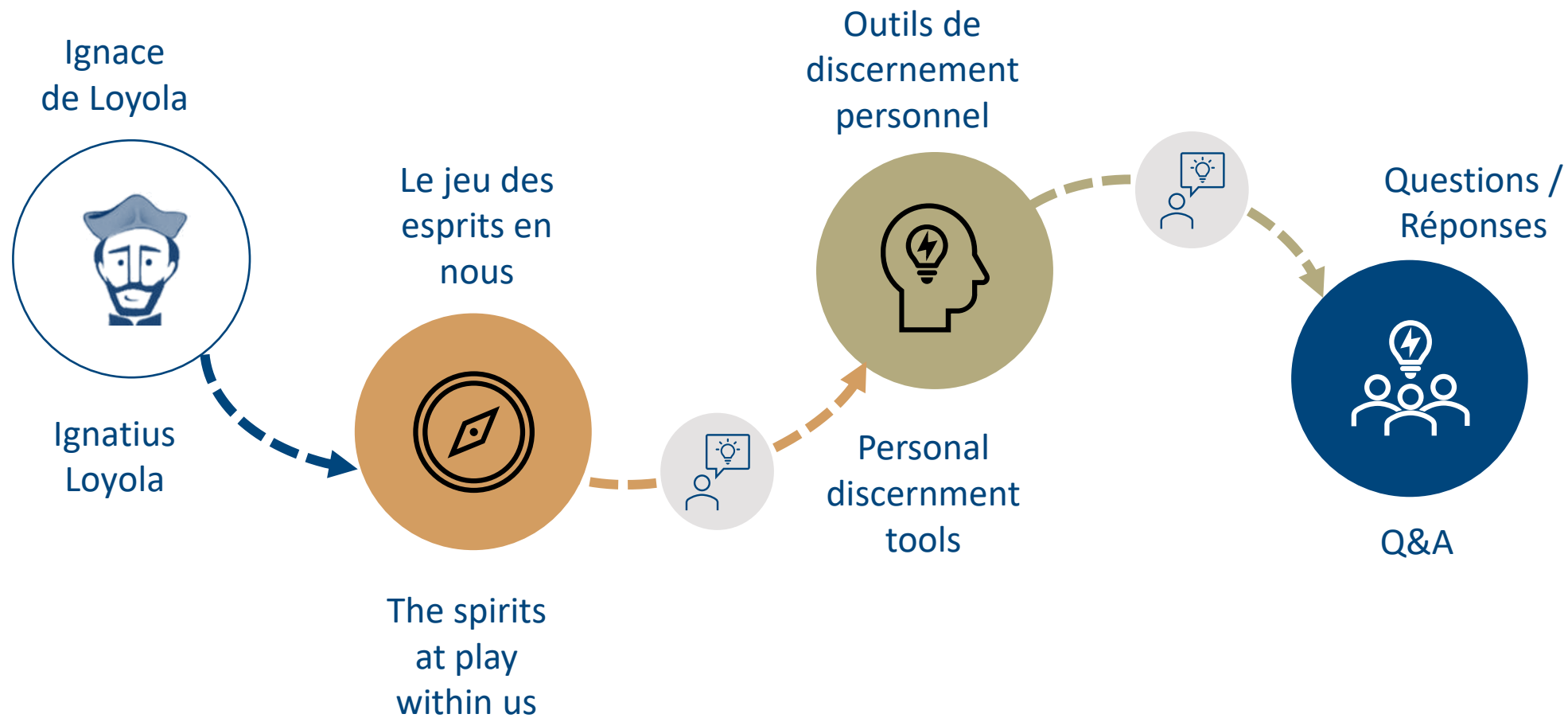


Sr. Laurence Loubières, xmcj

Examples of missions
Exemples de missions



Agenda



Notre guide: Saint Ignace de Loyola

Our guide : Saint Ignatius Loyola



- Né en 1491 dans un monde en pleine mutation, entre Moyen Âge et Renaissance : nouveaux mondes, Réforme, imprimerie, humanisme, bouleversements sociaux, guerres...
- Fils cadet d'un noble basque. Formé à la cour du roi Ferdinand, il rêve de gloire chevaleresque.
- Aider les âmes en proposant une vision et des outils tirés de son expérience personnelle
 - Trouver leur appel fondamental
 - Acquérir une méthode de prise de décision pour vivre concrètement cet appel
 - A partir de leur propre expérience personnelle



St Ignatius writing the Constitutions of the Jesuits in 1540

- Born in 1491 in a world of radical change, between middle ages and Renaissance: new worlds, Reformation, printing press, humanism, social upheaval, wars...
- Youngest son of a Basque nobleman. Trained in the court of King Ferdinand, he dreamed of the glories of knighthood
- Helping souls by offering a vision and tools drawn from personal experience
 - Finding their fundamental call
 - Acquiring a method of decision making to live out this call in a concrete way
 - Starting with their own personal experience

Les Exercices Spirituels the Spiritual Exercises



- Fruits de l'expérience d'Ignace
- Retraite de 30 jours
- Recevoir et choisir son appel fondamental
- Orienter et ordonner sa vie en conséquence
- « Devenir qui nous sommes »
- **Désirer et choisir** ce qui aide à être fidèles à cet appel profond
- **Nous écarter** de ce qui nous en éloigne
- **Règles pour le discernement des esprits**



- Fruits of Ignatius' experience
- 30-day retreat
- Receive and choose your fundamental call
- Orienting and ordering one's life accordingly
- "Becoming who we are"
- **Desiring and choosing** what helps us to be faithful to this deep call
- **Moving away** from that which moves us away from it
- **Rules for the discernment of spirits**

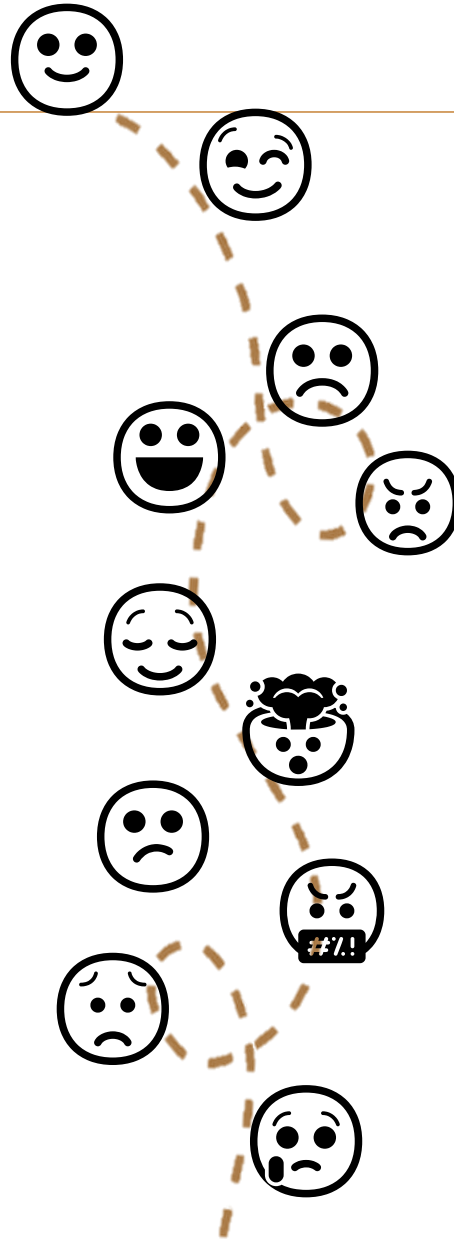


I. Le jeu des esprits en nous
The spirits at play within us

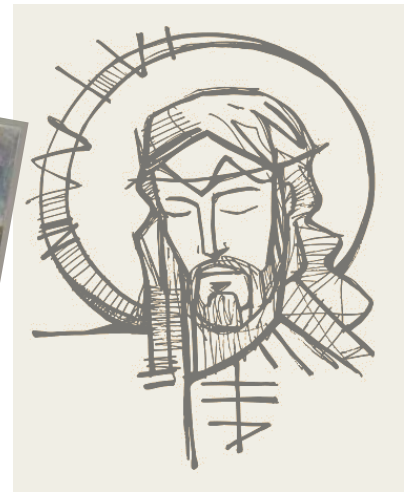
Comment ça va? How are you?



- A certains moments : dynamisme, joie de vivre, courage...
- D'autres moments : tristesse, lourdeur, inquiétude, abattement...
- La situation évolue tout le temps
- Différentes manières de vivre une situation difficile (stress, maladie, échec...)
 - Avec courage et espoir
 - Sans courage et anxieux
- Nous sommes sans cesse traversés par ces mouvements
- Si on y prête attention : deux types de mouvements
 - Un courant qui porte vers la vie
 - Un courant qui éteint la vie



- At certain times: dynamism, joy of living, courage...
- At other times: sadness, heaviness, anxiety, dejection...
- The situation changes all the time
- Different ways of living a difficult situation (stress, illness, failure...)
 - With courage and hope
 - Without courage and anxious
- We are constantly going through these movements
- If we pay attention: two types of movements
 - A current that leads to life
 - A current that extinguishes life

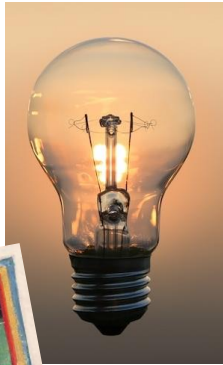


Une alternance
de projets...
et d'émotions

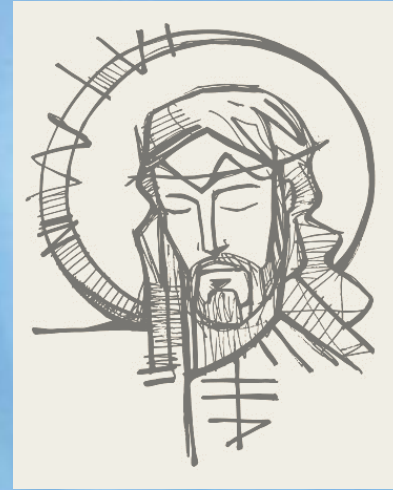
Alternating
perspectives...
and
associated
feelings

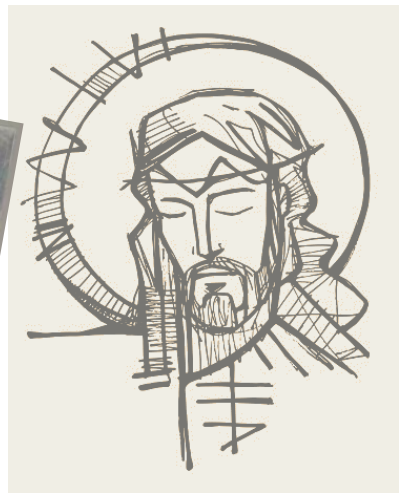
La prise de
conscience essentielle

The key insight



Vs.



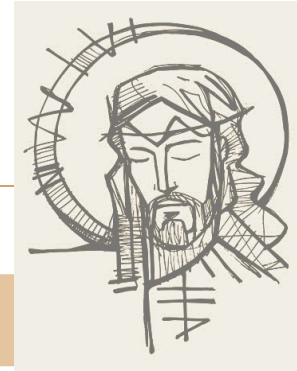


“ Il se mit alors à s'étonner de cette diversité et à faire réflexion sur elle, saisissant par expérience qu'après certaines pensées il restait triste et qu'après d'autres il restait joyeux [...] et peu à peu, il en vint à connaître la diversité des esprits qui s'agitaient en lui, l'un du démon, l'autre de Dieu. ”

Récit du pèlerin #8

“ He then began to wonder at this diversity and to reflect on it, realising by experience that after certain thoughts he remained sad and after others he remained joyful [...] and little by little he came to know the diversity of the spirits that were stirring within him, one of the devil, the other of God. ”

Contraste des émotions et des mouvements des Esprits Contrasting feelings and spiritual movements



Servir Dieu
Serving God

Un Esprit qui conduit vers Dieu
A spirit drawing closer to God

A spirit driving away from God
Un Esprit qui écarte de Dieu

La vaine gloire
Vain glory



Les Esprits opposés qui nous traversent

The opposite spirits in our hearts



- L'Esprit de Dieu
 - nous rapproche de Dieu, de notre vraie identité,
 - Vraie vie en Jésus Christ!
- L'esprit du Mal
 - nous détourne de Dieu et de nous-mêmes,
 - nous enferme dans le mensonge
- Reconnaître et distinguer : accepter / refuser
- Faire grandir - ou non la vérité **de** notre vie, par la vérité **dans** notre vie
- Règles pour le Discernement des Esprits



- The Spirit of God
 - brings us closer to God,
 - to our true identity, True life in Jesus Christ!
- The spirit of Evil
 - turns us away from God and from ourselves,
 - locks us in the lie
- Recognise and distinguish accept / refuse
- Growing - or not – the truth **of** our life, through the truth **in** our life
- Rules for the Discernment of Spirits

Le bon Esprit

The good Spirit



- Invite, respecte notre liberté
- Eclaire, fait la vérité
- Encourage, fortifie
- Apaise, met dans la confiance
- Aide à vivre le moment présent
- Fortifie la foi
- Enracine dans l'espérance
- Entretient l'amour, l'ouverture
- Construit l'unité, la fraternité
- Met dans l'humilité
- Éveille à la joie, la louange
- Donne le goût spirituel
- Invite à la conversion, à la reconnaissance de notre péché
- Ouvre à la miséricorde



- Invites, respects our freedom
- Enlightens, shows the truth
- Encourages, strengthens
- Soothes, gives confidence
- Helps us to live in the present moment
- Strengthens our faith
- Grounds us in hope
- Sustains love, openness
- Builds unity, fraternity
- Brings humility
- Awakens to joy, praise
- Gives a spiritual taste
- Invites to conversion, to the recognition of our sin
- Opens to mercy

Le mauvais esprit

The evil spirit

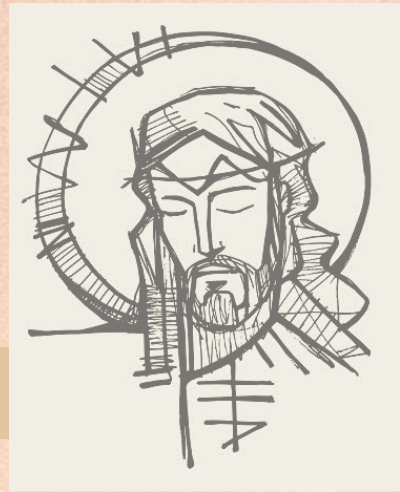


- Contraint, oblige, enchaîne
- Embrouille, trompe
- Décourage, affaiblit
- Trouble, met dans la peur
- Inquiète sur le passé et le futur
- Fait douter
- Plonge dans le désespoir
- Favorise égoïsme et repli sur soi
- Divise, accuse, rend malveillant
- Enferme dans l'orgueil
- Rend triste, amer
- Entraîne à la désolation
- Aveugle et endurecit le cœur
- Fait douter du pardon



- Constrains, obliges, binds in chains
- Confuses, deceives
- Discourages, weakens
- Confuses, frightens
- Worries about the past and the future
- Makes one doubt
- Plunges into despair
- Promotes selfishness and withdrawal
- Divides, accuses, makes one malicious
- Locks into pride
- Makes one sad, bitter
- Leads to desolation
- Blinds and hardens the heart
- Makes one doubt forgiveness

Lorsqu'on est sur le chemin de Vie
When we are on the path of true Life



Le bon Esprit
encourage, met en confiance,
stimule, inspire, écarte les obstacles



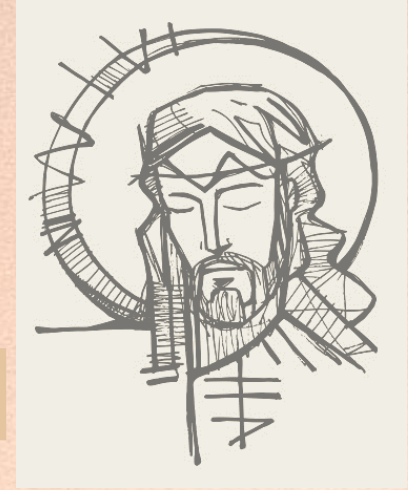
Le mauvais Esprit
Pique!
Décourage, inquiète,
fait douter, montre des obstacles

Lorsqu'on s'éloigne du chemin de Vie When we stray away from the true Life

Le mauvais Esprit encourage, suscite d'autres idées, attise la convoitise...

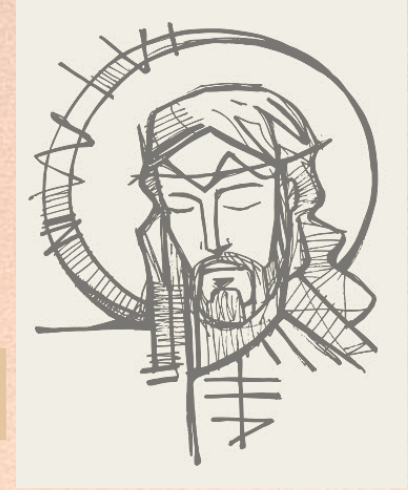


Le bon Esprit aiguillonne la conscience, dérange, laisse insatisfait



Quelle est la direction que prend ma vie aujourd'hui ?

Quelles sont des manifestations concrètes du bon esprit et du mauvais esprit dans ma vie ces derniers jours ?



Which way is my life going now?

What are some concrete manifestations of the good spirit and of the bad spirit in my life in the last few days?

Consolation



- Le bon Esprit nous mène
- Dynamisme, gratitude
- Augmentation de l'espérance, de la foi en Dieu, de l'amour pour Dieu et le prochain
- Moments de souffrance à cause du péché, du mal
- Alignement, cohérence avec l'invitation de l'Esprit,
- Signe que nous sommes sur la bonne piste !

→ Profiter de ce moment, le fixer en mémoire

→ Revenir dans un lieu de dépendance envers Dieu



- The good spirit is leading us
- Dynamism, gratitude
- Increased hope, faith in God, love for neighbour
- Moments of suffering because of sin, evil
- Alignment, consistency with the Spirit's invitation,
- Sign that we are on the right track!

→ Profit of this moment, fix it in memory

→ Go back to an inner place of dependence on God

Desolation



- Le mauvais esprit nous mène !
 - Diminution du dynamisme, découragement, doutes, obscurité intérieure
 - Repli sur soi, Impression d'être séparé de Dieu
 - Moments où nous ne sommes plus dans cet alignement

 - Causes
 - Péchés
 - Epreuve de nos résolutions
 - Prendre conscience de notre dépendance envers Dieu
- Ne pas changer ce que l'on a décidé en temps de consolation!
- Intensifier prière, examen
- Me souvenir que la grâce m'est donnée pour dépasser cette désolation
- Garder patience: la consolation va revenir



- The bad spirit is leading us!
 - Decreased dynamism, discouragement, doubts, inner darkness
 - Withdrawal into oneself
 - Feeling separated from God
 - Moments when we are no longer in alignment

 - Causes
 - Sin
 - Testing of our resolutions
 - Be aware of our dependency on God
- Do not change what you have decided in time of consolation!
- Intensify prayer, examination
- Remember that grace is given to me to overcome this desolation
- Be patient: consolation will return

Pour contrer l'ennemi

To overcome the evil one




L'ennemi agit comme :

- **Un tyran** : il s'enhardit devant les signes de faiblesse, mais recule devant les actes de force > Résister hardiment !
- **Un séducteur** : il s'appuie sur le secret, mais s'enfuit lorsqu'il est exposé à la lumière > Parler de mes difficultés à quelqu'un
- **Un commandant d'armée** : il cherche à exploiter les failles de mes défenses, mais je peux les renforcer.
> Renforcer mes points faibles

The enemy acts like:

- **A bully**: emboldened by signs of weakness, but backs down from acts of strength > Resist boldly!
- **A seducer**: empowered by secrecy, but flees when exposed to the light > Talk about your struggles to someone
- **An army commander**: seeks to exploit gaps in my defenses, but I can build them up. > Shore up my weak areas

A person is sitting on the edge of a large, layered rock formation on the left side of the frame. They are looking out over a vast desert landscape under a sunset sky. The sky transitions from a deep blue at the top to a bright orange near the horizon. The desert floor is sandy and dotted with small rocks and sparse vegetation. In the distance, more rocky hills are visible against the horizon.

What touched me the most in this section?
What is for me the main takeaway?

Qu'est ce qui m'a le plus touché(e)
dans cette partie ?
Qu'est-ce que je retiens pour moi-même ?



II. Outils de discernement personnel

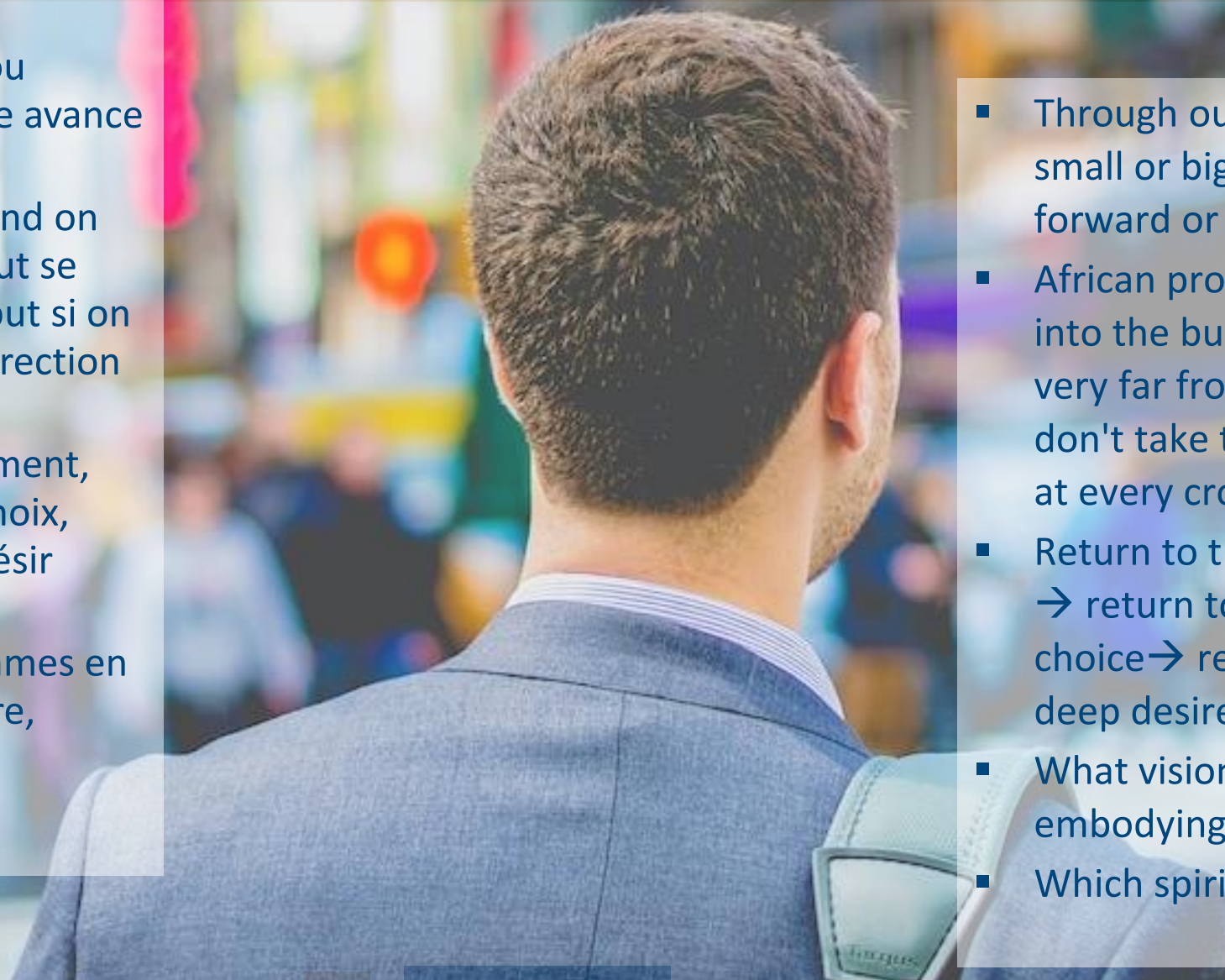
Personal discernment tools

Ce que nous choisissons et faisons compte! What we choose and do matters!



- A travers les décisions quotidiennes, petites ou grandes, quelque chose avance ou se défait
- Proverbe Africain : quand on part en brousse, on peut se retrouver très loin du but si on n'a pas pris la bonne direction a chaque croisement
- Revenir à l'embranchement,
→ revenir au lieu du choix,
→ revenir au lieu du désir profond
- Quelle vision nous sommes en train d'incarner, de vivre, d'espérer?
- Quel esprit me mène?

- Through our daily decisions, small or big, something moves forward or backwards
- African proverb: when you go into the bush, you can end up very far from your goal if you don't take the right direction at every crossroads
- Return to the fork in the road
→ return to the place of choice → return to the place of deep desire
- What vision are we embodying, living, hoping for?
- Which spirit is leading me?

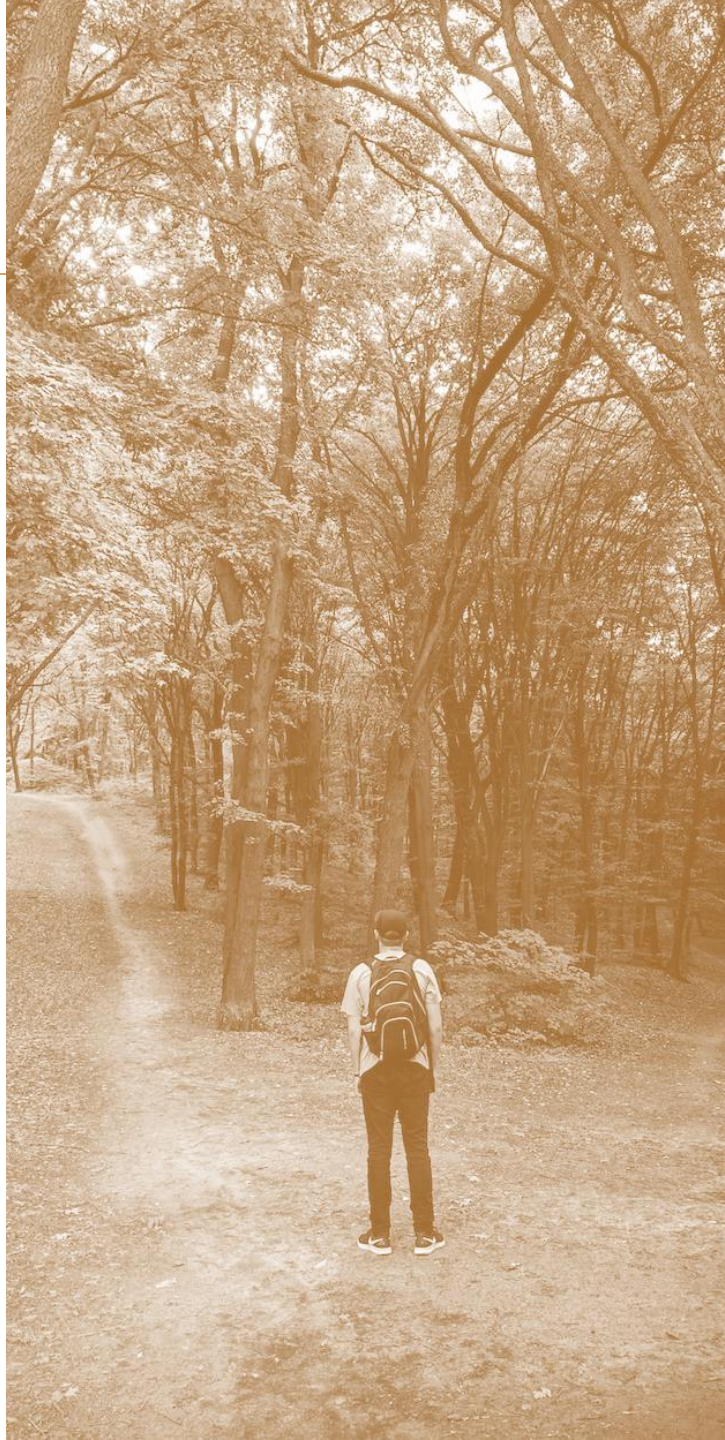


Relire une décision

Reviewing a decision



- Me rappeler ce que j'avais à décider
- Me rappeler de ce qui s'est passé en moi au moment de la décision
- Quels sont les arguments qui sont venus à mon esprit?
- Quels arguments ai-je retenu? Et pourquoi?
- Comment je me sens à propos de cette décision?
- Qu'est-ce qu'elle m'apprend sur moi-même?



- Recall what I had to decide
- Remember what happened to me at the time of the decision
- What arguments came to mind?
- Which arguments did I choose? And why?
- How do I feel about this decision?
- What does it tell me about myself?



Dieu nous
rejoint là
où nous
sommes



God meets
us where
we are

Dieu présent en toutes choses

God in all things



- Dieu travaille !
(Exercices Spirituels n° 230)
- A l'œuvre en toutes créatures,
en toutes personnes, en toutes
circonstances, dans tous les
événements
- Aligner nos désirs, décisions sur
la direction indiquée par l'Esprit
- Collaborer avec Dieu
- Devenir qui nous sommes en
vérité
- L'Esprit nous configure au Christ
- Porter du fruit pour le bien de
tous



- God is at work!
(Spiritual Exercises #230)
- In all creatures, in all people, in
all circumstances, in all events
- Aligning our desires
and decisions with the direction
indicated by the Spirit
- Collaborating with God
- Becoming who we are
in truth
- The Spirit makes us grow more
and more Christ-like
- Bearing fruit for the good of all

Une prière qui rassemble tout A prayer that says it all



“ Que toutes mes intentions, actions, opérations, soient purement ordonnées à ta louange, à ton service, à ta gloire ! ”

Exercices Spirituels n° 46

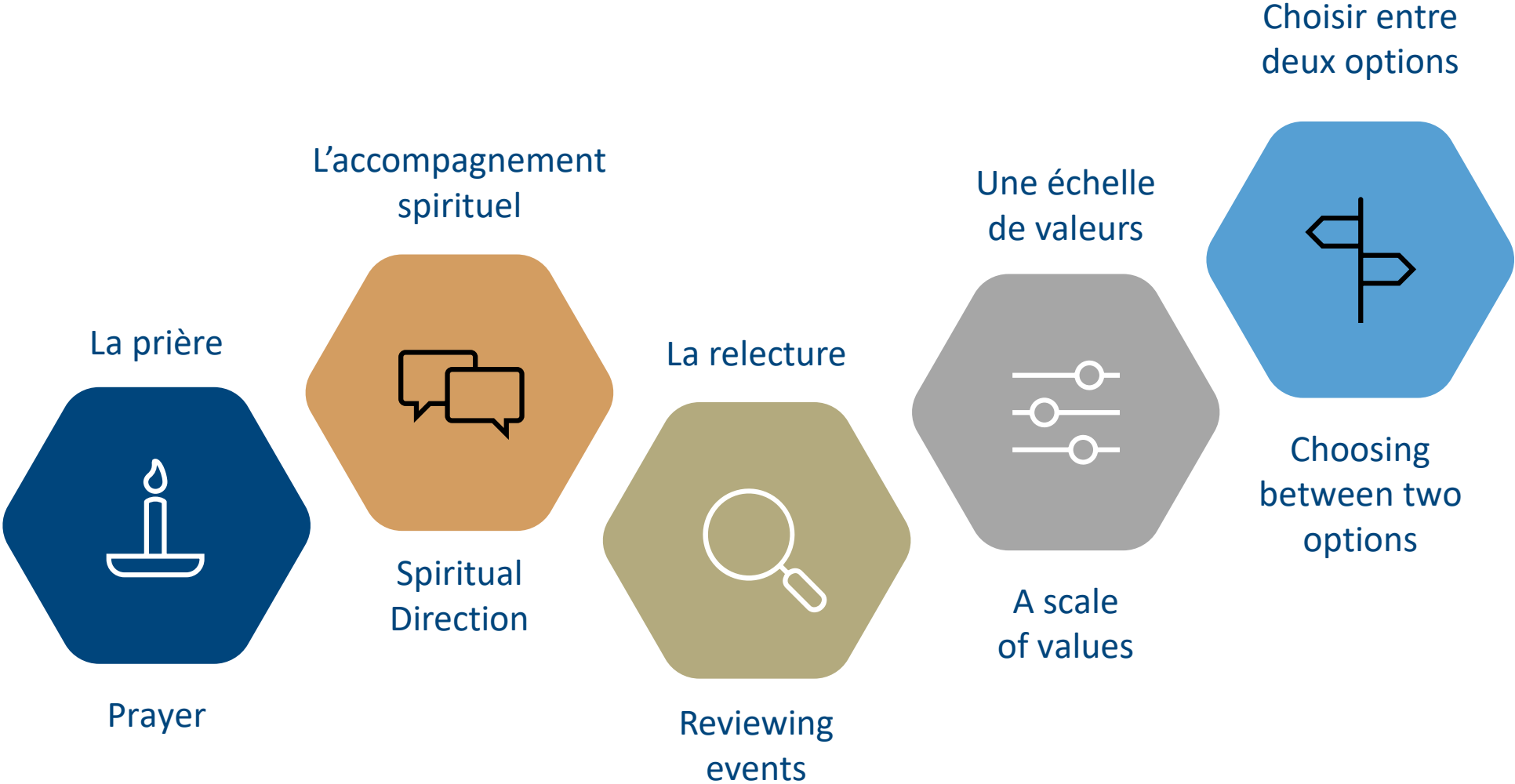


“ May all my intentions, actions, operations, be purely ordered to your praise, your service, your glory! ”

Spiritual Exercises #46

Des outils pour le discernement

Tools for discernment



Prière

Prayer



- L'Esprit nous enseigne toutes choses !
- Pas de discernement sans prière
- Prière préparatoire:
Que toutes mes intentions, actions, opérations soient purement ordonnées à la louange et au service de Dieu
- Contemplation du Christ dans les Evangiles
- Prière de l'Examen
- Prière d'offrande
- Vivre une retraite
1j- 2j....30j



- The Spirit teaches us all things!
- No discernment without prayer
- Preparatory prayer:
May all my intentions, actions, operations be purely directed to the praise and service of God
- Contemplation of Christ in the Gospels
- Examen prayer
- Prayer of Offering
- Living a retreat
1day- 2days....30 days

L'accompagnement spirituel

Spiritual Accompaniment



- Rencontrer régulièrement une personne formée à l'accompagnement spirituel
- Être écouté, mettre des mots sur notre vie spirituelle,
- Recevoir un écho, un encouragement
- Grandir en liberté



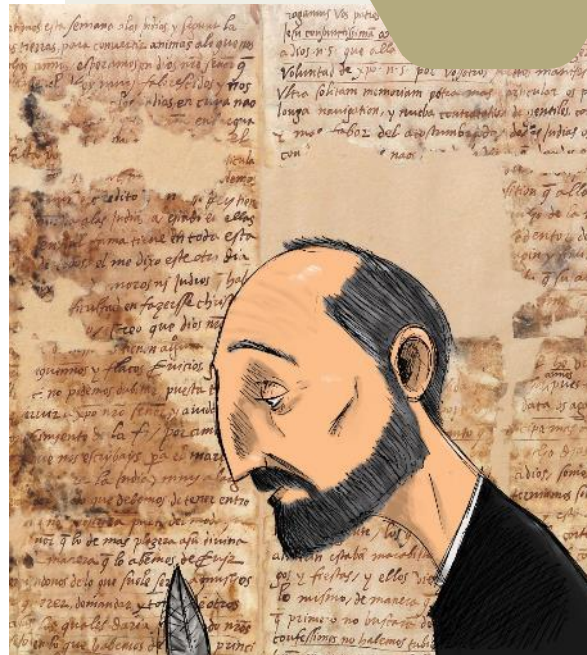
- Meeting regularly with a person trained in spiritual direction
- Being listened to, expressing our spiritual life in words
- Receive encouragement
- Grow in freedom

La Relecture

Reviewing events



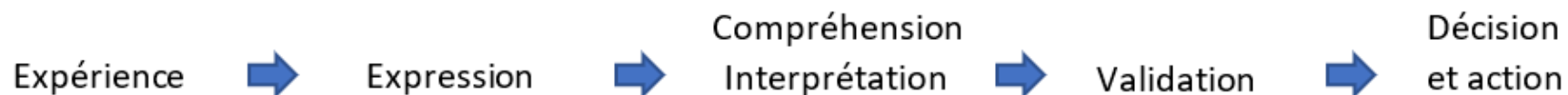
- Relire un événement ou une période de temps
- Repérer le travail des esprits en nous
- Choisir une orientation, une action
- Exercer notre liberté



- Reviewing an event or a period of time
- Identifying the work of the spirits within us
- Choosing an orientation, an action
- Exercising our freedom

Un outil de relecture

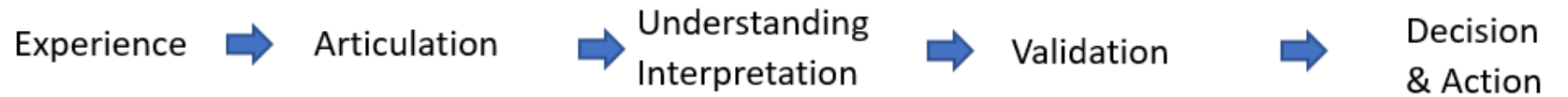
A tool to review events



Événements	Que s'est-il passé? (description de l'événement)	Quels sentiments montent en moi a propos de cet événement ?	Pourquoi est-ce que je ressens cela ?	Est-ce que mon explication est valide ?	Et donc, qu'est-ce que je décide a partir de cela?
++ Ce qui me met le plus dans l'action de grace					
+ Ce pour quoi je rends grace					
- Ce qui ne me met pas dans l'action de grace					
-- Ce qui me met le moins dans l'action de grâce					

Un outil de relecture

A tool to review events



Events	What happened? (description of event)	What feelings did this trigger?	Why is this the case?	Is this understanding / interpretation valid?	What do I decide accordingly?
++ Most grateful					
+ Grateful					
- Not grateful					
-- Least grateful					

Une échelle de valeurs

A scale of values



- Comprendre à quel niveau se situent les questions dans ma vie
- Repérer
 - Ce qui est ordonné
 - Ce qui a besoin de l'être
- Décider
 - Poursuivre
 - Opérer des changements


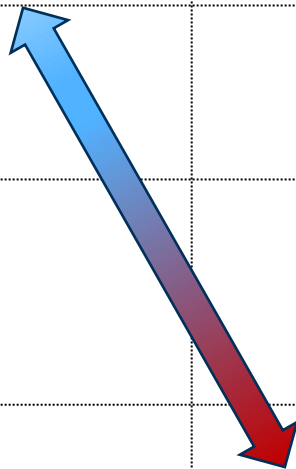



- Understand at which level issues in my life are located
- Identify
 - What is ordered
 - What needs to be ordered
- Decide
 - Pursue
 - Make changes

Une échelle de valeurs

A scale of values



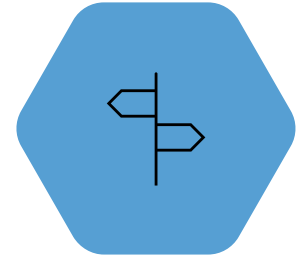
Niveau / Level	Eléments	Elements	Consolations	Désolations
Religieux / religious	Identité d'enfant de Dieu Grâces reçues dans la prière	Identity of child of God Graces received in prayer		
Personnel / Personal	Choix / Décisions	Choices / Decisions		
Culturel / Cultural	Valeurs culturelles, Façons de voir les choses,	Cultural values, Ways of looking at things		
Social	Travail, Etudes Relations	Work, Studies, Relations		
Vital	Santé, nourriture, sommeil	Health, food, sleep		

Choisir entre deux options

Choosing between two options



	Avantages / Benefits	Désavantages / Drawbacks
Oui / Yes		
Non / No		



- Ramener la question à une alternative : oui / non
- Rassembler les éléments
- Dans la prière, lister les avantages et inconvénients pour chaque branche
- Me replacer intérieurement dans mon désir / mon appel profond
- Peser les arguments: quels sont ceux qui ont le plus de "poids" ? les plus significatifs ?
- Choisir l'option pour laquelle je me sens invitée par l'Esprit à opter

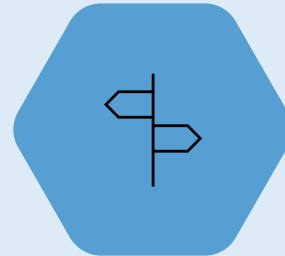
- Formulate the question as an alternative: yes / no
- Gather elements
- Prayerfully list the advantages and disadvantages of each branch
- Inwardly place myself in my deepest desire/call
- Weigh the arguments: which ones have the most "weight"? the most significant?
- Choose the option which I feel invited by the Spirit to select

Les trois manières de prendre une décision


Three ways of making a decision



- Lorsque je reçois une grâce indubitable sur la volonté de Dieu : la suivre !
- La plupart du temps, la relecture de expériences de consolations et de désolations au fil du temps permet de repérer l'orientation de la volonté de Dieu
- Quand je ne sens pas de mouvements des esprits en moi, utiliser la raison pour déterminer quel choix est le meilleur pour vivre ce que je désire profondément



- When receiving an unmistakable grace about God's will: simply follow!
- Most of the time, reviewing experiences of consolations and desolations over time sheds light on the positive direction of God's will
- When there is no experience of agitating spirits, use reason to determine which choice is best for the end-goal of our life

A person is sitting on the edge of a large, layered rock formation on the left side of the frame. They are looking out over a vast desert landscape under a sunset sky. The sky transitions from a deep blue at the top to a bright orange near the horizon. The desert floor is a mix of sand and scattered rocks, with some low-lying vegetation in the distance. The overall mood is contemplative and serene.

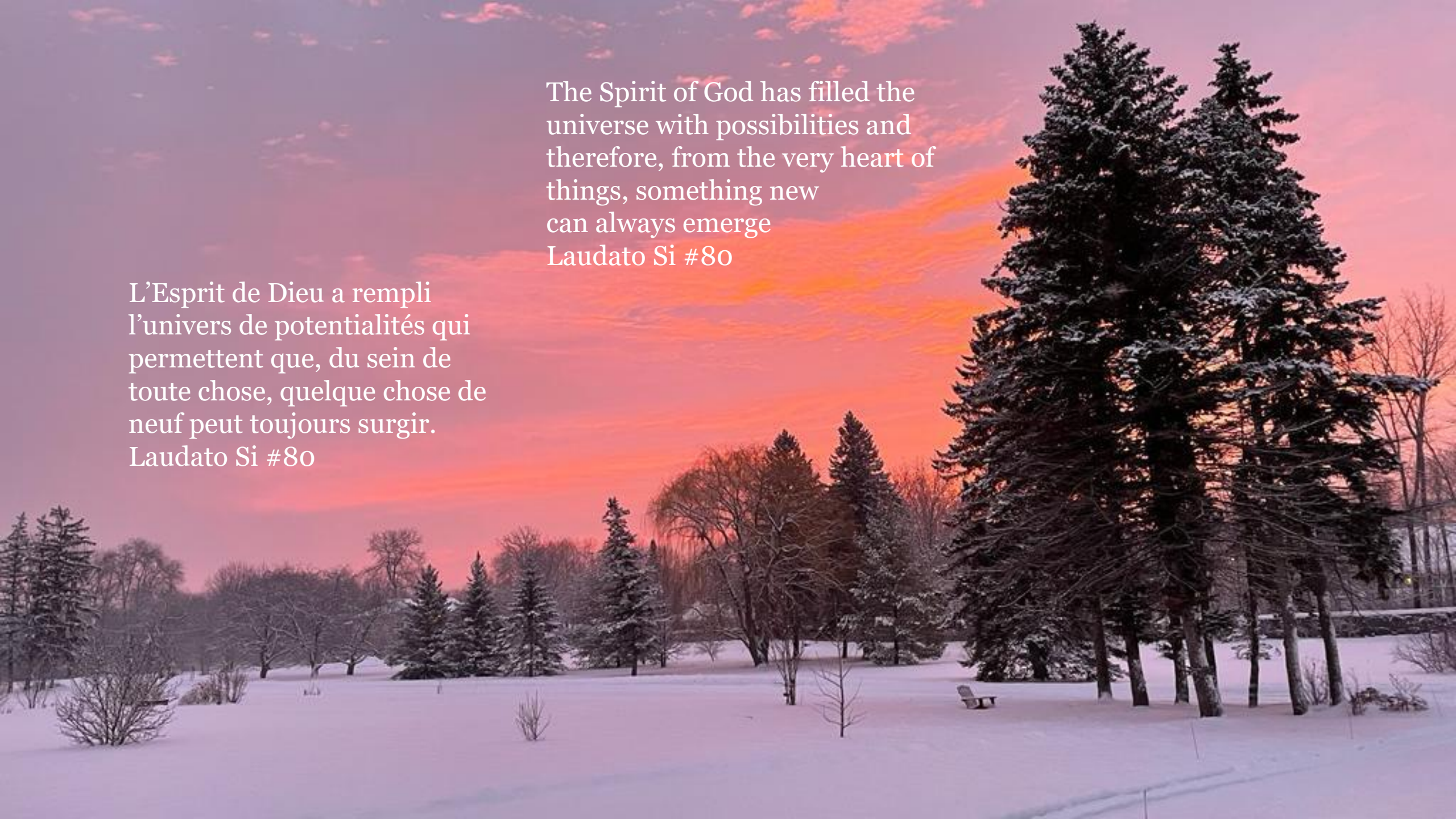
What touched me the most in this section?
What is for me the main takeaway?

Qu'est ce qui m'a le plus touché(e)
dans cette partie ?
Qu'est-ce que je retiens pour moi-même ?

A serene sunset over a beach. The sun is low on the horizon, casting a warm, golden glow across the sky and reflecting on the wet sand. In the background, there are silhouettes of mountains. A person is standing in the shallow water on the right side of the frame.

Act as if everything depended on you,
Trust as if everything depended on God.

Agissez comme si tout dépendait de vous,
Faites confiance comme si tout dépendait de Dieu.

A winter landscape with snow-covered ground and trees under a vibrant sunset sky. The sky is a mix of orange, pink, and purple, with some clouds. In the foreground, there is a large, dark evergreen tree on the right side, and several smaller evergreen trees in the middle ground. The ground is covered in snow, and there are some bare trees in the background.

The Spirit of God has filled the
universe with possibilities and
therefore, from the very heart of
things, something new
can always emerge
Laudato Si #80

L'Esprit de Dieu a rempli
l'univers de potentialités qui
permettent que, du sein de
toute chose, quelque chose de
neuf peut toujours surgir.
Laudato Si #80

Conclusion



- Prise de décision en fonction d'un désir profond de servir Dieu et de donner le meilleur de nous-mêmes
- Rassembler tous les éléments
 - Recherche d'options
 - Engagement dans la prière et l'écoute
- Moins résoudre un problème que se laisser conduire par l'Esprit, qui nous accompagne toujours



- Making decisions grounded in a deep desire to serve God and to give our best
- Gather all elements
 - Researching options
 - Commitment to prayer and listening
- Not so much problem solving as being led by the Spirit, who always accompanies us
- Let ourselves be inspired by the Holy Spirit to transform the world!



Laurence Loubières
43 Queen's Park Crescent East
Toronto, Ontario, M5S 2C3
lloubieres@jesuits.org



Service for Discernment in Common
Service pour le Discernement en Commun

