



« A vos marques, prêts ? Partez ! »

« Le sport revêt aujourd'hui une grande importance, car il peut favoriser chez les jeunes l'affirmation de valeurs importantes telles que la loyauté, la persévérance, l'amitié, le partage, la solidarité. C'est précisément pour ce motif que, ces dernières années, il s'est toujours davantage développé comme l'un des phénomènes typiques de la modernité presque un « signe des temps » capable d'interpréter de nouvelles exigences et de nouvelles attentes de l'humanité. »

Jean-Paul II Homélie pour le jubilé des sportifs, 28 octobre 2000

Mesdames, Messieurs les Chefs d'établissement,

Vous trouverez ci-après une proposition pour un temps d'intériorité et de prière pour la pré-rentrée en lien avec la thématique d'année « Corps, cœur, esprit », dans la perspective des Jeux olympiques et paralympiques de l'été 2024.

L'Eglise Catholique se mobilise pour ces JO en lançant le programme « Holy Games » qui s'articulera autour de deux points :

- Célébrer avec enthousiasme, à travers le sport, l'éminente dignité de la personne humaine et l'appel à la fraternité entre les peuples.
- Favoriser l'accès des plus vulnérables à ces JO, en particulier des personnes en situation de grande précarité, pour ne laisser personne au bord du chemin, afin d'honorer la devise olympique : « Plus vite, plus haut, plus fort – ensemble »

Les papes, depuis Pie XI, ont insisté sur l'importance du sport dans le développement intégral de la personne et sur son rôle pour unifier le corps social.

Lors de cette pré-rentrée, nous vous proposons de vous mobiliser autour du « Faire équipe », à l'image des sportifs, pour se préparer à accueillir les enfants et les jeunes ainsi que leurs familles, et les accompagner tout au long de l'année, pour les aider à se connaître, à persévérer, à se donner, à être connecté à leur corps...

Certains choisiront de proposer en plus (ou plutôt) un temps de célébration eucharistique : nous vous transmettrons le déroulement de la messe de rentrée ainsi que les chants, à la suite de la journée du 24 août.

1. Introduction au thème « A vos marques, prêts ? Partez ! »

2. Vidéos au choix

- **Sur les JMJ de Lisbonne** : permettre aux équipes de réagir à la suite du clip sur cet évènement.
 - Jeunes et catholiques : rétrospective par « Le Monde » (3 min 40s)
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64eda9b619077> (ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)
 - Message d'Olivier Giroud aux 40 000 français
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64edab7aaa3e4> (ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)
 - Tout le pays, remix pour les JMJ :
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64ee48ce351b4>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)
- **Ou sur le sport et les jeux olympiques**
 - Teaser « Holy Games » (1 minute)
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64ac779bb798e>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)
 - Ou vidéo du pape (1 min 30s)
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64ac81bca0c34>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)
 - Ou **témoignage de Nelson Monfort**, journaliste sportif (2 min) dans Paroles inattendues
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64afc9966c67e>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)

Proposer 5 minutes en binôme pour que chacun dise ce qu'il/elle vise pour l'année, le défi qu'il/elle se donne pour cette année

3. Parole de Dieu et/ou prière

- Lire le texte de la première lettre de St Paul apôtre aux Corinthiens (1 CO 12, 4-27)
Apporter quelques commentaires : ils peuvent être choisis dans le document des dominicains article extrait de la revue Initiales « Sport et foi, à l'école de Saint Paul »
- Et/ ou choisir une prière : celle des guides de Belgique ou prière des engagements Notre Père

4. Temps d'écoute d'un chant (vidéo) pour interioriser, au choix :

- Anaël Pin, Psaume 103 : « Tout mon être, bénis l'Eternel »
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64ac79411818b>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)
- Paul Baloche, « Open the eyes of my heart, Lord » :
<https://ladigitale.dev/digiview/#/v/64ac7cdd37b7d>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)

- Schubert : le trio n°2, op. 100, Renaud Capuçon, Gautier Capuçon et Franck Braley
<https://youtu.be/3kuFzjkUcLw>
(ce lien vous permet d'accéder à la vidéo sur youtube sans avoir la publicité)

5. Relever un défi en équipe :

Une proposition par exemple

Pour se connaître dans le territoire, faire une photo originale de l'équipe éducative et la mettre sur un padlet commun aux territoires.

Election de la photo la plus originale à la fin de la journée de pré-rentrée ou lors d'une réunion de territoire.

ANNEXES

Lettre de St Paul apôtre aux Corinthiens (1 CO 12, 4-27)

4 Les dons de la grâce sont variés, mais c'est le même Esprit.

05 Les services sont variés, mais c'est le même Seigneur.

06 Les activités sont variées, mais c'est le même Dieu qui agit en tout et en tous.

07 À chacun est donnée la manifestation de l'Esprit en vue du bien.

[...]

12 Prenons une comparaison : le corps ne fait qu'un, il a pourtant plusieurs membres ; et tous les membres, malgré leur nombre, ne forment qu'un seul corps. Il en est ainsi pour le Christ.

14 Le corps humain se compose non pas d'un seul, mais de plusieurs membres.

15 Le pied aurait beau dire : « Je ne suis pas la main, donc je ne fais pas partie du corps », il fait cependant partie du corps.

16 L'oreille aurait beau dire : « Je ne suis pas l'œil, donc je ne fais pas partie du corps », elle fait cependant partie du corps.

17 Si, dans le corps, il n'y avait que les yeux, comment pourrait-on entendre ? S'il n'y avait que les oreilles, comment pourrait-on sentir les odeurs ?

18 Mais, dans le corps, Dieu a disposé les différents membres comme il l'a voulu.

19 S'il n'y avait en tout qu'un seul membre, comment cela ferait-il un corps ?

20 En fait, il y a plusieurs membres, et un seul corps.

21 L'œil ne peut pas dire à la main : « Je n'ai pas besoin de toi » ; la tête ne peut pas dire aux pieds : « Je n'ai pas besoin de vous ».

22 Bien plus, les parties du corps qui paraissent les plus délicates sont indispensables.

[...]

25 Il a voulu ainsi qu'il n'y ait pas de division dans le corps, mais que les différents membres aient tous le souci les uns des autres.

26 Si un seul membre souffre, tous les membres partagent sa souffrance ; si un membre est à l'honneur, tous partagent sa joie.

27 Or, vous êtes corps du Christ et, chacun pour votre part, vous êtes membres de ce corps.

Quelques repères pour un commentaire.

Sport et foi, à l'école de saint Paul

Cet article est paru dans la revue [Initiales n°270 : À vos marques, prêts, partez !](#)

A priori, entre le sport et la religion, il n'y a pas de rapport.

Et pourtant, regardez le nombre de sportifs qui prient ou qui se signent avant les matchs. Le sport serait-il une école de [sainteté](#) ?

Saint Paul : la vie chrétienne comme une course ou un combat

[Saint](#) Paul compare la vie chrétienne au sport. C'est très explicite dans la première lettre aux Corinthiens : "Vous savez bien que, dans le stade, tous les coureurs participent à la course, mais un seul reçoit le prix. Alors, vous, courez de manière à l'emporter." (1 Co 9, 24).

En réalité, il fait la comparaison de manière implicite dans toutes ses lettres. À son époque, ce n'est pas très original. Les philosophes, en particulier les stoïciens, comparent souvent les exercices philosophiques, qui élèvent l'âme, aux exercices sportifs, qui permettent de maîtriser le corps. Les deux sports dont il parle le plus sont la course à pied et la lutte. Ainsi, il vit sa [mission](#) d'annoncer l'Évangile parfois comme une course (1 Co 9, 26 ; Ga 2, 2 ; Ph 2, 16) et parfois comme un combat (1 Th 2, 2 ; 1 Co 9, 26).

Il [vit aussi la foi comme un combat](#) : il y a un "bon combat" à mener, et c'est celui de la foi (1 Tm 6, 12) : "Mène le bon combat, celui de la foi, empare-toi de la vie éternelle ! C'est à elle que tu as été appelé, c'est pour elle que tu as prononcé ta belle profession de foi devant de nombreux témoins."

Enfin, pour lui, il y a une lutte contre le mal, qui est plutôt une lutte spirituelle. C'est ce qu'il écrit dans la lettre aux Ephésiens (Ep 6, 12) : "Car nous ne luttons pas contre des êtres de sang et de chair, mais contre les Dominateurs de ce monde de ténèbres, les Principautés, les Souverainetés, les esprits du mal qui sont dans les régions célestes."

Le point commun avec le sport, c'est la ténacité et le renoncement. La vie chrétienne, comme le sport, est un combat fatigant et dur, mais je lutte avec l'énergie du Christ qui agit en moi (Col 1, 29 – 2, 1).

Premier parallèle : se connaître soi-même

Souvent, pour les sportifs, le point de départ, c'est à la foi une passion et une physionomie. Beaucoup de sportifs professionnels parlent de leur sport comme d'une [vocation](#), d'une passion, d'une activité pour laquelle ils sont faits. Et puis, ils ont parfois un corps adapté au sport qu'ils pratiquent : les footballeurs sont plutôt grands, les coureurs de fond plutôt sveltes...

Cette diversité des points de départ peut nous faire penser à la diversité des dons reçus dans la vie chrétienne. [Saint](#) Paul présente là différents dons reçus comme autant de vocations.

"Et selon la grâce que Dieu nous a accordée, nous avons reçu des dons qui sont différents. Si c'est le don de prophétie, que ce soit à proportion du message confié ; si c'est le don de servir, que l'on serve ; si l'on est fait pour enseigner, que l'on enseigne ; pour reconforter, que l'on reconforte. Celui qui donne, qu'il soit généreux ; celui qui dirige, qu'il soit empressé ; celui qui pratique la [miséricorde](#), qu'il ait le sourire." (Rm 12, 6-8).

La connaissance de soi est ainsi indispensable, aussi bien dans le sport que dans la vie chrétienne. Il s'agit à la fois de connaître ses dons, et de connaître ses limites. Pour chaque don, il y a une attitude à avoir pour développer ce don. Un peu comme en sport, où chacun va développer son corps de manière particulière pour réussir dans le sport qu'il pratique. On peut reconnaître la silhouette d'un nageur, celle d'un lanceur de poids...

En sport, mieux vaut maîtriser une technique à fond que plein de techniques un tout petit peu. La répétition permet d'agir, même sous la pression et le stress : ça passe dans le cerveau reptilien. La répétition d'actes millimétrés : on sait combien de pas il faut faire, on connaît l'acte par cœur.

On retrouve un peu de cela dans la vie chrétienne avec des saints "spécialisés". Des saints proches des plus pauvres comme mère Teresa, des saints proches des autres religions comme Charles de Foucauld, des saints dénonciateurs des injustices comme Oscar Roméro.

La connaissance de soi est indispensable, aussi bien dans le sport que dans la vie chrétienne.

Deuxième parallèle : l'exercice

Le sportif le sait, pour réussir, il donne le meilleur de lui-même. Et c'est aussi le cas du chrétien. Comme nous le rappelle le Deutéronome : "Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de tout ton être, de toute ta force." (Dt 6, 5). L'entraînement sportif n'est pas seulement physique, il est aussi stratégique : il y a tous les exercices à planifier. Et il est mental. Il s'agit de persévérer dans l'épreuve. Pour faire face à l'épreuve, le sportif visualise la difficulté. Il visualise le combat et la victoire.

Dans le sport, on apprend dans la défaite plus que dans la victoire. De même, [saint](#) Jacques nous dit que c'est l'épreuve qui apporte la constance : "Considérez comme une joie extrême, mes frères, de buter sur toute sorte d'épreuves. Vous le savez, une telle vérification de votre foi produit l'endurance." (Jc 1, 2-3).

Troisième parallèle : la gratuité

Le sport a quelque chose de complètement gratuit. La plupart des sportifs sont des amateurs. Mais justement, c'est pareil dans l'Église, la plupart des chrétiens qui s'engagent sont des bénévoles. La pratique sportive, comme la [liturgie](#) par exemple, a quelque chose de complètement gratuit. D'où la célèbre formule de Pierre de Coubertin : "L'important c'est de participer !" Pour la petite histoire, cette formule aurait été inventée en 1908, lors des IV^{èmes} Jeux olympiques, à Londres, par Mgr Ethelbert Talbot, évêque de Pennsylvanie. Après quelques conflits entre athlètes et arbitres, il affirme dans son homélie : "Le plus important aux Jeux olympiques n'est pas

de gagner mais de participer, car l'important dans la vie ce n'est point le triomphe mais le combat ; l'essentiel, ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu."

C'est par l'entraînement que le chrétien peut développer de bons traits de caractère en lui.

Quatrième parallèle : la motivation

En sport, on le sait, l'effort physique provoque du plaisir. C'est la dopamine, qui se libère quand on a produit un effort physique. Alors, y a-t-il une dopamine de la charité ? Pour [saint](#) Thomas, c'est par l'entraînement que le chrétien peut développer de bons traits de caractère en lui. C'est ce qu'il appelle les vertus, c'est-à-dire ces bonnes habitudes qui permettent de réaliser de bonnes actions. Le chrétien trouve son plaisir dans la prière et l'amour du prochain. En sport, ce qui motive souvent, c'est de se reconnecter avec son corps, de se sentir mieux. Cela rappelle l'unité intérieure recherchée par les mystiques. En effet, c'est avec son corps que l'on prie et que l'on pratique la charité. Vivre connecté avec son corps, c'est profondément nécessaire pour vivre en chrétien. En sport, ce qui motive, c'est aussi le goût de la difficulté : la compétition, la difficulté, l'objectif ambitieux. N'est-ce pas ce qu'ont su faire les grands saints qui se sont donné des objectifs très ambitieux, comme d'aller évangéliser au loin, d'écrire des sommes de théologies, de motiver des diocèses entiers, de fonder des congrégations...

Mais... la vie chrétienne est plus qu'un sport

Mais [saint](#) Paul est loin d'assimiler la vie chrétienne au sport. Seuls les exercices spirituels méritent d'être travaillés car ils visent des biens spirituels, des biens éternels, alors que la compétition sportive ne vise que des lauriers qui se fanent (1 Co 9, 24-27 ; 1 Tm 4, 8). La victoire qu'il recherche est éternelle : c'est la couronne de justice, qu'il partagera avec tous ceux qui auront attendu le Christ.

Finalement, l'espérance de la victoire réside en Dieu car c'est de Dieu que tout dépend, et non de notre volonté : "Il ne s'agit donc pas du vouloir ni de l'effort humain, mais de Dieu qui fait [miséricorde](#)." (Rm 9, 16).

**Jérémie Stadler et Frère Emmanuel Dumont, O. P. ,
Auteurs de Théodom.org**

OP = ordre prêcheur = ordre des dominicains

Prière des [Guides catholiques de Belgique](#).

*Seigneur,
j'ai compris que seul, je n'y arriverai jamais ...
Et tu me donnes la chance de vivre dans une équipe.*

*Fais que les autres acceptent la lenteur de mon cheminement.
Mais fais aussi que j'accepte, avec patience, le cheminement des autres.*

*Rends-moi assez humble pour donner aux autres la permission de m'aider
et assez ouvert pour que les autres trouvent en moi une aide remarquable.*

*Remplis-moi de ton esprit afin que, dans le quotidien de nos vies et celles de mes frères,
nous découvrons tes appels à un engagement qui libère l'Homme.*

*Rends-nous accueillant à ta Parole. Une parole qui interroge et qui remet en question,
mais une Parole aussi qui conduit à la vraie liberté.*

*Donne-nous de nous aimer ensemble jusqu'au bout, sans avoir de mauvaise indulgence les
uns pour les autres.*

*Et quand l'équipe sera en difficulté, je devrai d'abord m'interroger et oser regarder
lucidement ma participation.*

Enfin Seigneur ; aide-nous à découvrir le seul motif, fort, durable, qui nous dépasse toujours et qui puisse nous rassembler celui de ta présence parmi nous.

Prière des Engagements

Seigneur, mon Dieu,

Chaque matin, humblement, au sein de ma communauté éducative,
je pousse la porte des engagements.

Quel beau chemin tu nous invites à emprunter !

Chemin du prendre soin, de la relation, de l'émerveillement,
de l'intériorité, de la fraternité.

Chemin intérieur, aventure en communauté.

Seigneur, mon Dieu,

Avec ton fils Jésus pour modèle, aide – moi à accueillir
avec bienveillance chaque personne rencontrée dans la journée.

Donne-moi le courage de soutenir toutes les personnes
dans leurs fragilités, donne-moi aussi l'humilité
de me reconnaître parfois comme l'une d'entre elles.

Donne-moi de toujours privilégier la voie du dialogue
et de la rencontre.

Donne – moi la foi et l'espérance, pour reconnaître en chacun
de mes frères et sœurs, une personne digne de ton amour.

Seigneur, mon Dieu,

Je te rends grâce pour les adultes et les jeunes de mon *équipe* pour
nos nombreux projets partagés, pour la confiance que tu mets en nos
cœurs, pour les moments de partage et de vie fraternelle.

Seigneur, mon Dieu,

Pour la merveille de ta création où tout est lié, tout est donné,
tout est fragile, loué sois-tu !

