

Formation Accompagnement Discernement

2024-2025



Centre
de spiritualité
Manrèse

www.centremanrese.org

Sommaire



Présentation	2
Renseignements généraux	3
Formation à l'accompagnement spirituel	
Formation initiale à l'aide spirituelle (1 ^{er} cycle).....	4
Formation spécialisée en accompagnement spirituel (2 ^e cycle)	8
Accréditation en accompagnement spirituel (3 ^e cycle)	13
Pour joindre les responsables des programmes de formation	14
Exercices spirituels et retraites	15
Autres services	20

Présentation

Situé au cœur du Vieux-Québec, le Centre de spiritualité Manrèse, fidèle à la manière ignatienne, offre des programmes de formation à l'accompagnement spirituel ainsi qu'une variété d'activités ayant pour objectif d'intégrer les Exercices spirituels dans la vie de tous les jours.

Le Centre offre aussi, selon les demandes, diverses formes d'accompagnement spirituel ou d'interventions sur mesure.

La permanence du Centre s'appuie sur l'engagement d'une grande équipe de collaboratrices et collaborateurs formés et compétents pour permettre une offre de service à toute personne qui a le désir de vivre une expérience authentique de Dieu et de développer un engagement chrétien éprouvé.

Le Centre remercie également ses généreux donateurs et donatrices qui croient en sa mission et lui assurent un plus grand rayonnement par la mise en œuvre de nouveaux projets.

N'hésitez donc pas à nous joindre pour plus d'information ou pour vous inscrire.

Renseignements généraux

INFORMATION ET INSCRIPTION

Pour obtenir de l'information ou pour s'inscrire à une activité, un programme ou un parcours, s'adresser au (418) 653-6353, poste 101, coordination@centremanrese.org ou directement à la personne responsable dont le nom et les coordonnées apparaissent dans ce document.

VISAS

Les personnes qui proviennent de l'extérieur du Canada doivent prévoir un délai de quatre à six mois pour compléter les démarches en vue d'obtenir les visas requis.

FRAIS DE PARTICIPATION

Les frais de participation peuvent être acquittés par virement Interac, chèque ou en argent comptant.

PARTAGE FINANCIER

Dans un souci d'accessibilité et de partage, le Centre peut allouer des rabais sous forme de bourses d'études, selon la disponibilité des ressources à cet effet. De même, il accepte des contributions supplémentaires et autres dons spécifiquement applicables au fonds des bourses. Un reçu pour fins de déductions fiscales à titre de don de charité est alors émis.

REÇUS POUR FRAIS DE SCOLARITÉ

Les personnes qui résident au Canada et qui sont inscrites aux programmes de formation peuvent obtenir des reçus de scolarité pour fins de déductions fiscales.

FORMATION PROFESSIONNELLE

Dans le cadre de la *Loi favorisant le développement de la formation de la main d'œuvre* (L.R.Q., c.D-7.1), les études faites au Centre peuvent répondre aux critères de la formation dite qualifiante ou transférable.

RECONNAISSANCE UNIVERSITAIRE

Le Centre de spiritualité Manrèse est partenaire de la Faculté de théologie et de sciences religieuses de l'Université Laval. La formation reçue au Centre peut être reconnue dans le cadre d'un programme universitaire de premier ou de deuxième cycle.

HÉBERGEMENT

Le Centre n'offre pas de services d'hébergement.

ORIENTATION

Le programme de formation initiale à l'aide spirituelle s'adresse à toute personne qui porte le désir d'aider les autres dans leur quête spirituelle. Le programme vise ainsi à former des aidantes et aidants spirituels, aptes à offrir un service de compagnonnage et de soutien spirituel s'inspirant de la pédagogie ignatienne. Au terme du programme, la personne aura notamment accru sa capacité d'écoute de soi et d'accueil de l'autre, intégré les rudiments des pratiques ignatiennes du discernement spirituel et de la conversation spirituelle dans son quotidien, et grandi dans sa capacité de s'engager spirituellement au cœur du monde.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE

La Formation initiale à l'aide spirituelle, appelée « stage » en raison de son caractère expérientiel, repose sur l'intégration personnelle des Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola – interprétés comme un paradigme pédagogique de l'expérience spirituelle. Le parcours propose plus spécifiquement l'expérimentation de la dynamique fondamentale du cheminement spirituel selon les Exercices : l'enracinement dans la foi en l'Amour / la guérison-libération du repli mortifère dans l'ego / la communion à la mission d'humanisation du monde dans le Christ. La figure des *commencements* (de la Création à la Pentecôte), révélatrice de l'irruption continue de la nouveauté insufflée par l'Évangile dans la vie, est le fil conducteur de la démarche. La manière de procéder inclut un accompagnement personnel et en groupe. L'initiation à certains éléments pratiques de la pédagogie spirituelle ignatienne complète le processus d'apprentissage.

VOIES DE FORMATION

Le programme est caractérisé par son accessibilité : à temps partiel, hybride (conjuguant mode présentiel et mode virtuel), étendu sur une seule année. Il comprend douze séminaires (journées) de formation, ponctués par autant de rencontres d'accompagnement individuel.

PRÉALABLE

Pour être admise dans le programme, la personne doit être elle-même engagée dans un cheminement spirituel personnel en plus d'être habitée du désir d'aider les autres dans leur quête spirituelle.

RECONNAISSANCE DE LA FORMATION

Au terme de ce premier cycle, une attestation de formation initiale à l'aide spirituelle ignatienne est remise aux personnes ayant répondu aux exigences du programme. Cette formation peut aussi bénéficier d'une reconnaissance universitaire (6 crédits) grâce à une entente avec la Faculté de théologie et de sciences religieuses de l'Université Laval.

FRAIS

Admission : 50 \$

Inscription annuelle : 50 \$ (incluant documentation, bibliothèque, collations et frais afférents)

Scolarité : 1270 \$ (séminaires)

Accompagnement : 550 \$

Pour un montant total de 1920 \$ (incluant les frais d'admission et d'inscription annuelle)

LIEUX DE FORMATION

En 2024-2025, le programme sera offert à Québec (14, rue Dauphine), et à Montréal (en collaboration avec le Centre de spiritualité ignatienne de Montréal, Centre Wickham, 25, rue Jarry Ouest).

RENSEIGNEMENTS ET ADMISSION :

Québec : Roselyne Garancher, coordonnatrice
rgarancher@centremanrese.org

Montréal : Nada Nahas, coordonnatrice
nnahas@centremanrese.org

QUÉBEC : PROGRAMME ET CALENDRIER 2024-2025

Séminaires (samedi/ 9 h – 16 h)	ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL DIDACTIQUE I ES : Exercices spirituels AD : Atelier didactique Animation : Roselyne Garancher, Judith Germain, ndps	Mode (peut être modifié en cours d'année)
7 septembre	ES : Le goût de la vie et le désir AD : La lecture biblique en commun	Présentiel
21 septembre	ES : La Parole créatrice AD : Le langage, la créativité, la Parole	Présentiel
12 octobre	ES : L'histoire de mes commencements AD : La méditation ignatienne	Présentiel
2 novembre	ES : Le récit d'un commencement : Abraham AD : L'anthropologie ternaire	Virtuel
23 novembre	ES : Un nouveau commencement : Le baptême de Jésus AD : Des « annotations » ignatienne / La contemplation	Virtuel
7 décembre	ES : Une prière d'enracinement dans la foi : les Psaumes AD : Des règles de discernement	Virtuel
Séminaires (samedi/ 9 h – 16 h)	ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL DIDACTIQUE II	Mode
11 janvier	ES : Une parabole de la vie selon l'Évangile AD : Le discernement en vue d'une décision	Virtuel
1 ^{er} février	ES : Un récit de guérison-pardon AD : L'écoute spirituelle et la prise de parole en accompagnement	Présentiel
22 février	ES : L'enseignement du Notre Père AD : Le silence / Trois manières de prier	Présentiel
15 mars	ES : Le plus grand commencement : Pâques AD : La conversation spirituelle	Présentiel
5 avril	ES : L'envoi en mission AD : Laboratoire d'accompagnement	Présentiel
26 avril	ES : Relecture-synthèse AD : L'examen du cœur	Présentiel

MONTRÉAL : PROGRAMME ET CALENDRIER 2024-2025

Séminaires (samedi/ 9 h – 16 h)	ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL DIDACTIQUE I ES : Exercices spirituels AD : Atelier didactique Animation : Nada Nahas, Louise Marie Lemire	Mode (peut être modifié en cours d'année)
7 septembre	ES : Le goût de la vie et le désir AD : La lecture biblique en commun	Présentiel
21 septembre	ES : La Parole créatrice AD : Le langage, la créativité, la Parole	Présentiel
12 octobre	ES : L'histoire de mes commencements AD : La méditation ignatienne	Présentiel
2 novembre	ES : Le récit d'un commencement : Abraham AD : L'anthropologie ternaire	Présentiel
23 novembre	ES : Un nouveau commencement : Le baptême de Jésus AD : Des « annotations » ignatienne / La contemplation	Virtuel
7 décembre	ES : Un psaume d'enracinement dans la foi : les Psaumes AD : Des règles de discernement	Virtuel
Séminaires (samedi/ 9 h – 16 h)	ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL DIDACTIQUE II	Mode
11 janvier	ES : Une parabole de la vie selon l'Évangile AD : Le discernement en vue d'une décision	Présentiel
1 ^{er} février	ES : Un récit de guérison-pardon AD : L'écoute et la prise de parole en accompagnement	Virtuel
22 février	ES : L'enseignement du Notre Père AD : Le silence / Trois manières de prier	Virtuel
15 mars	ES : Le plus grand commencement : Pâques AD : La conversation spirituelle	Virtuel
5 avril	ES : L'envoi en mission AD : Laboratoire d'accompagnement	Présentiel
26 avril	ES : Relecture-synthèse AD : L'examen du cœur	Présentiel

ORIENTATION

Le deuxième cycle, ou cycle de formation spécialisée, a pour but de développer une compétence approfondie en accompagnement spirituel. Axé sur la pratique avec supervision, le programme s'adresse principalement aux personnes appelées à œuvrer dans le domaine de l'aide spirituelle, que ce soit dans l'accompagnement des Exercices spirituels ou dans d'autres domaines d'intervention spirituelle : accompagnement de malades, de personnes endeuillées ou en fin de vie, de personnes en cheminement catéchétique ; animation d'équipes de vie, de groupes de partage biblique, de communautés de foi ; accompagnement de personnes, de groupes ou d'organisations dans des processus de discernement et de prise de décision ; accompagnement de personnes sans appartenance religieuse ; etc.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE

La méthode pédagogique ignatienne – caractérisée par un mouvement incessant de va-et-vient entre l'expérimentation et la réflexion – se déploie dans la supervision de la pratique d'accompagnement spirituel, soutenue par des séminaires d'anthropologie spirituelle et de pédagogie spirituelle. Les Exercices de saint Ignace constituent la trame des laboratoires d'accompagnement. Le processus de supervision cherche à favoriser, par la relecture de situations vécues en accompagnement de groupe ou en accompagnement individuel, l'intériorisation progressive de la manière du Christ, maître-accompagnateur. Un accompagnement spirituel personnel et divers ateliers thématiques font également partie de la manière de procéder.

VOIES DE FORMATION

Les études du cycle de formation spécialisée se font habituellement sur deux ans, à temps partiel. Pour favoriser une plus grande accessibilité, la plupart des activités de groupe sont offertes les samedis et parfois en soirée sur semaine. Une part importante de ces activités est proposée en ligne.

PRÉALABLE

Pour être admise au cycle de formation spécialisée, la personne candidate doit avoir complété le programme de formation de 1^{er} cycle du CSM (ou son équivalent) et avoir reçu l'accord de l'équipe de formation.

RECONNAISSANCE DE LA FORMATION

Au terme de ce deuxième cycle, le CSM remet une attestation de formation spécialisée en accompagnement spirituel ignatien aux personnes ayant répondu aux exigences du programme. Cette formation peut également bénéficier d'une reconnaissance universitaire (attestation d'études / 18 crédits de 2^e cycle) grâce à une entente avec la Faculté de théologie et de sciences religieuses de l'Université Laval.

RENSEIGNEMENTS ET ADMISSION : Roch Lapalme
rlapalme@centremarese.org
418-653-6353 poste 108

PARCOURS DE FORMATION

Première année : Formation théorique et didactique

La formation théorique et didactique comprend les trois volets suivants :

- Accompagnement spirituel didactique
- Séminaire d'anthropologie spirituelle
- Séminaire de pédagogie spirituelle

La personne en formation vit la démarche des Exercices dans un groupe et est accompagnée individuellement, dans une perspective à la fois personnelle et didactique.

Le Séminaire d'anthropologie est offert à l'automne et le Séminaire de pédagogie à l'hiver.

Deuxième année : Formation pratique

- Supervision d'accompagnement spirituel I
- Supervision d'accompagnement spirituel II
- Supervision d'accompagnement spirituel III
- Supervision d'accompagnement spirituel IV

La formation pratique se vit généralement sur une même année, d'août à avril. Le calendrier et l'horaire des activités sont variables : les séminaires de groupe ont lieu les samedis avec certains compléments en ligne en soirée pendant la semaine. D'autres activités (accompagnement d'un groupe d'Exercices, accompagnement individuel reçu et donné, supervision individuelle) ont lieu pendant la semaine.

DATES

Du 31 août 2024 au 19 avril 2025 pour la première année.

(Pour les activités de la deuxième année, les dates seront communiquées lors du dévoilement de la programmation 2025-2026.)

FRAIS

Admission : 50 \$

Inscription annuelle : 50 \$ (incluant documentation, bibliothèque, collations et frais afférents)

Scolarité : Coûts incluant accompagnement personnel.

1^{re} année :

Accompagnement spirituel didactique : 450 \$

Séminaire d'anthropologie spirituelle : 800 \$

Séminaire de pédagogie spirituelle : 800 \$

Pour un montant total de 2150\$ (incluant les frais d'admission et d'inscription annuelle)

2^e année :

Supervision I : 800 \$

Supervision II : 800 \$

Supervision III : 800 \$

Supervision IV : 800 \$

Pour un montant total de 3250\$ (incluant les frais d'inscription annuelle)

CALENDRIER 2024-2025 : ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL DIDACTIQUE

Dates	Composantes
Une période d'environ huit mois, selon un horaire personnalisé.	La personne en formation vit la démarche des Exercices spirituels de saint Ignace, selon une double visée de cheminement personnel et d'approfondissement de sa compréhension des Exercices. L'accompagnement se vit aux quinze jours.

SÉMINAIRE D'ANTHROPOLOGIE SPIRITUELLE

Dates	Composantes
Samedi 31 août (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	Les bases anthropologiques ignatiennes Regard anthropologique sur la dynamique du cheminement spirituel selon les Exercices. <i>Roch Lapalme, sj</i>
Mardi 24 septembre (19 h - 21 h) VIRTUEL	La spiritualité ignatienne Exploration d'accents caractéristiques de la spiritualité ignatienne : désir, discernement, effets de sens, christocentrisme, etc. <i>Roch Lapalme, sj</i>
Samedi 19 octobre (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	L'être humain selon les Exercices spirituels Analyse de certains éléments du texte ignatien afin d'en dégager les structures anthropologiques fondamentales. <i>Christian Grondin</i>
Mardi 22 octobre (19 h - 21 h) VIRTUEL	L'écoute Perspectives anthropologiques sur la pratique ignatienne de l'écoute. <i>Nada Nahas</i>
Mardi 5 novembre (19 h - 21 h) VIRTUEL	Spiritualité et sécularisation Réflexion sur les enjeux relatifs à la spiritualité dans le contexte de la sécularisation de la société. <i>Christian Grondin</i>
Samedi 9 novembre (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	Maturité psycho-spirituelle Exploration des principales étapes du développement de la foi à partir d'un modèle inspiré de diverses théories du développement psychologique. <i>Roch Lapalme, sj</i>
Mardi 26 novembre (19 h - 21 h) VIRTUEL	Intégrer la réalité du mal Réflexion sur la dynamique de la 1 ^{re} Semaine des Exercices qui permet de mieux se situer par rapport à la question du mal en général et du péché en particulier. <i>Roch Lapalme, sj</i>
Samedi 30 novembre (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	Les pratiques langagières en accompagnement spirituel Exploration anthropologique du langage et des diverses formes qu'il revêt dans l'expérience spirituelle ignatienne (langage adressé à soi-même, à l'autre et à l'Autre). <i>Christian Grondin</i>

SÉMINAIRE DE PÉDAGOGIE SPIRITUELLE

Dates	Composantes
Samedi 11 janvier (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	<p style="text-align: center;">Les Règles de discernement de 1^{re} Semaine Étude des 14 règles de 1^{re} Semaine afin d'en dégager la pertinence toujours actuelle pour le cheminement personnel et l'accompagnement spirituel. <i>Jean-Marc Biron, s.j.</i></p>
Mardi 14 janvier (19 h - 21 h) VIRTUEL	<p style="text-align: center;">La méditation des Deux étendards Réflexion sur un exercice ignatien qui a pour enjeu une plus grande lucidité dans le cheminement spirituel. <i>Roch Lapalme, sj</i></p>
Samedi 25 janvier (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	<p style="text-align: center;">Les Règles de discernement de 2^e Semaine Étude des 8 règles de discernement de 2^e Semaine : comment discerner entre bien réel et bien apparent. Comment tenir compte de ces règles dans l'accompagnement? <i>Jean-Marc Biron, s.j.</i></p>
Mardi 28 janvier (19 h - 21 h) VIRTUEL	<p style="text-align: center;">Annotations ignatiennes Analyse des annotations du livre des Exercices spirituels qui nous offrent de précieux points de repère pour un accompagnement dans et vers une liberté toujours plus grande. <i>Nada Nahas</i></p>
Mardi 18 février (19 h - 21 h) VIRTUEL	<p style="text-align: center;">Bible et Exercices spirituels Exploration de l'articulation du rapport entre les Écritures et la dynamique des Exercices. <i>Christian Grondin</i></p>
Mardi 18 mars (19 h - 21 h) VIRTUEL	<p style="text-align: center;">Laboratoire de la Parole Accompagner la lecture spirituelle des Écritures à la manière ignatienne. <i>Christian Grondin</i></p>
Samedi 22 mars (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	<p style="text-align: center;">Accompagner un groupe EVC Atelier didactique relatif à la planification, la préparation et l'animation-accompagnement d'une rencontre de groupe EVC. <i>Roch Lapalme, sj</i></p>
Samedi 19 avril (9 h - 16 h) PRÉSENTIEL	<p style="text-align: center;">Atelier d'accompagnement À partir d'exercices pratiques, reprise et approfondissement des éléments de base de la relation d'aide en accompagnement spirituel (les niveaux anthropologiques, les attitudes de base, les techniques de communication, etc.). <i>Roch Lapalme, sj</i></p>

SUPERVISION D'ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL

(seulement à partir de 2025-2026)

En ce qui a trait à la **pratique d'accompagnement**, deux options sont **possibles** :

- 1) **Donner les Exercices spirituels**, incluant des rencontres de groupe et des accompagnements individuels. Le ou la stagiaire peut vivre cette pratique au Centre Manrèse ou mettre sur pied son propre groupe d'Exercices dans son milieu.
- 2) **Accompagner des cheminements divers**. Le ou la stagiaire peut proposer un ou des cadres de pratique accordés à ses objectifs professionnels ou à ses intérêts personnels. Par exemple : l'accompagnement des malades, l'accompagnement des jeunes, l'accompagnement de démarches vocationnelles, l'accompagnement des deuils, l'accompagnement de catéchumènes, l'accompagnement de personnes sans appartenance religieuse, etc. Le modèle pédagogique d'accompagnement spirituel et de supervision demeure les Exercices ignatiens mais sans qu'ils soient donnés comme tels.

Pour ce qui est de la **supervision**, le processus comprend (selon la situation de la personne stagiaire) des rencontres individuelles et en groupe. La relecture des rencontres d'accompagnement fait notamment appel à des enregistrements audio et vidéo. L'objectif fondamental est de se mettre à l'école du Christ, maître-accompagnateur.

Certaines activités peuvent avoir lieu en mode virtuel.

Dates	Composantes
Fin août - octobre	Supervision d'accompagnement spirituel I Introduction à la supervision, la relecture d'interactions satisfaisantes, l'écoute et l'analyse d'enregistrements audio.
Novembre-décembre	Supervision d'accompagnement spirituel II Analyse du cheminement des personnes aidées, développement de sa dynamique d'accompagnateur ou d'accompagnatrice spirituel.le.
Janvier-février	Supervision d'accompagnement spirituel III Écoute et analyse d'enregistrements audio et vidéo, relecture d'interventions satisfaisantes et insatisfaisantes en situation d'accompagnement.
Mars-avril	Supervision d'accompagnement spirituel IV Relecture-synthèse de ses apprentissages, approfondissement de la manière du Christ-Accompagnateur.

ORIENTATION

Le programme d'accréditation (3^e cycle) a pour but de consolider l'autonomie professionnelle dans le service de l'accompagnement spirituel ignatien.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Le programme est constitué de divers types d'activités : supervision individuelle sur la base de rapports de relecture d'activités d'accompagnement, rédaction d'un travail de recherche (dissertation ou production de matériel pédagogique) ou création d'une œuvre artistique d'inspiration ignatienne. La souplesse et la personnalisation caractérisent l'encadrement offert tout au long du processus de formation.

VOIES DE FORMATION

Le programme peut se faire

- à temps complet (6 mois), à Québec, selon un programme personnalisé ;
- à temps partiel (en un maximum de 3 ans), à distance et selon le rythme qui convient aux personnes.

PRÉALABLE

Pour être admise au cycle d'accréditation, la personne intéressée doit avoir complété le programme de formation spécialisée en accompagnement spirituel ignatien.

RECONNAISSANCE DE LA FORMATION

Au terme de ce troisième cycle, le Centre de spiritualité Manrèse décerne le *certificat d'accréditation*, qui attribue le titre d'accompagnatrice ou accompagnateur spirituel. Le tout à la manière ignatienne selon l'esprit du CSM.

FRAIS

Admission : 50 \$ **Inscription annuelle** : 50 \$

Scolarité : 1600 \$

Pour un montant total : 1700\$ (incluant les frais d'admission et d'inscription annuelle)

RENSEIGNEMENTS ET ADMISSION :

Christian Grondin
cgrondin@centremanrese.org
418-653-6353 poste 106

Pour joindre les responsables des programmes de formation

Nom et responsabilité	téléphone	adresse électronique
	(418) 653-6353	
	N° poste	
Roselyne Garancher Coordonnatrice 1 ^{er} cycle / Québec	101	rgarancher@centremanrese.org
Nada Nahas Coordonnatrice 1 ^{er} cycle / Montréal		nnahas@centremanrese.org
Roch Lapalme Responsable du 2 ^e cycle	108	rlapalme@centremanrese.org
Christian Grondin Directeur des programmes Responsable du 3 ^e cycle	106	cgrondin@centremanrese.org

Exercices spirituels et retraites

Pour connaître l'offre complète des Exercices spirituels et des retraites, consultez régulièrement notre site et/ou inscrivez vous à notre infolettre au www.centremanrese.org

EXERCICES DANS LA VIE COURANTE (EVC)

Le Centre de spiritualité Manrèse offre une variété d'activités – de courte, moyenne ou longue durée – sous la forme d'« exercices spirituels », selon une approche axée sur l'*accompagnement* et la *vie courante*.

EVC – PARCOURS BREFS

Chemins d'exercices avec le Journal créatif - *présentiel*

Cette démarche propose d'explorer sa quête spirituelle par la créativité. Les outils du Journal créatif seront mis au service des Exercices spirituels ignatians.

- Une série de huit rencontres de groupe (aux 2 semaines).
- La démarche comprend aussi trois rencontres d'accompagnement individuel.

Dates : Les jeudis matin, à partir du 6 septembre, de 9 h 30 à 12 h 00

Animation : Louise Filiatrault

Frais : 350 \$

Renseignements et inscription :
coordination@centremanrese.org
418-653-6353 poste 101

En chemin vers Pâques – virtuelle **NOUVEAUTÉ**

Un parcours d'exercices spirituels dans la vie courante, au rythme du Carême, pour se laisser retourner intérieurement afin de mieux communier à la joie du Ressuscité.

- Une série de 6 rencontres de groupe, une fois par semaine.
- Possibilité d'accompagnement individuel.

Dates : Les lundis soir, à partir du 3 mars 2025, de 19 h 00 à 21 h 00

Frais : 300 \$

Renseignements et inscription :

coordination@centremanrese.org

418-653-6353 poste 101

EVC – PARCOURS APPROFONDIS

Des EVC classiques : Avance avec la Vie

Une démarche de 14 rencontres, qui permet d'approfondir sa relation avec Jésus et de mieux se connaître. Il vise aussi un meilleur lien entre vie de foi et vie quotidienne, en puisant à la Parole de Dieu. Le cheminement comprend :

- Des rencontres de groupe tous les quinze jours.
- Des rencontres d'accompagnement individuel au même rythme.

Dates : Soir à définir, à partir de la semaine du 9 septembre, de 19 h 00 à 21 h 30

Frais : 450 \$

Renseignements et inscription :

coordination@centremanrese.org

418-653-6353 poste 101

Des EVC par la créativité : Choisis le chemin de l'Amour

Un parcours de 14 rencontres, qui permet de goûter la Vie avec Jésus en privilégiant la voie de la créativité par ses trois langages : écriture, dessin, collage.

- Des rencontres de groupe tous les quinze jours.
- Des rencontres d'accompagnement individuel à la même fréquence.

Dates : Trois options possibles :

Les samedis matin, en présentiel (secteur Beauport),
à partir du 7 septembre, de 9 h 30 à 12 h 00

Les lundis matin, en virtuel, à partir du 9 septembre,
de 9 h 00 à 11 h 30

Les mardis soir, en virtuel, à partir du 10 septembre,
de 18 h 30 à 21 h 00

Animation : Lucie Comeau

Nombre limite : 6 personnes par groupe

Frais : 450 \$

Renseignements et inscription :

coordination@centremanrese.org
418-653-6353 poste 101

UNE SUITE AUX EVC :

Vivre en Amour en fidélité à mon Élection – *présentiel* **NOUVEAUTÉ**

La relecture spirituelle au quotidien, à la manière de l'examen du cœur, se présente comme un exercice de croissance dans l'amour, la lucidité et la vérité. Ce parcours d'exercices favorise l'intégration de son élection personnelle dans toutes les dimensions de son existence.

- Une série de 10 rencontres de groupe, généralement aux trois semaines.
- Possibilité de rencontres d'accompagnement individuel.

Préalable à la démarche : Avoir déjà vécu l'un des parcours EVC approfondis.

Dates : Les samedis matin, à partir du 28 septembre,
de 9 h 00 à 12 h 00

Frais : 350 \$

Renseignements et inscription :

coordination@centremanrese.org
418-653-6353 poste 101

RETRAITES

ZEN ET ÉVANGILE : une rencontre spirituelle entre l'Orient et l'Occident – *présentiel* **NOUVEAUTÉ**

Le Centre de spiritualité Manrèse de Québec et le Centre de spiritualité ignatienne de Montréal vous offrent deux retraites animées par Bernard Sénécal (SEO Myeongweon 徐明源), maître Zen Jésuite.

Ces retraites s'adressent à toute personne, quelles que soient ses croyances religieuses ou philosophiques, qui désire se « recentrer », développer son « attention » pour descendre en soi-même et y découvrir la « source de son être ». Elles permettent de se laisser inspirer par le souffle de l'Esprit. En plus des temps personnels en silence, elles comprennent des temps d'enseignement et de méditation zen en groupe.

1) À Québec : Du 11 au 16 août 2024

Au Centre de Spiritualité des Ursulines

20, rue des Dames-Ursulines, Québec (Loretteville)

Sagesse de Bouddha et Sagesse du Christ

Chez les bouddhistes comme chez les chrétiens, la Sagesse occupe une place centrale. Bouddha est le Sage qui a trouvé et enseigné la Voie permettant d'échapper à la souffrance du cycle des renaissances pour accéder au Nirvana. Christ incarne la Sagesse de Dieu dans l'histoire et révèle à l'humanité la Voie qui, par-delà la souffrance et la mort, conduit au Royaume des Cieux. Tout comme l'obtention de la Sagesse par l'Éveil est le but ultime de la pratique bouddhique, celui de l'existence chrétienne est la plénitude de la vie dans l'Esprit Saint, dont le septième don est la Sagesse. La Sagesse bouddhique peut nous aider non seulement à mieux saisir les contours de la Sagesse biblique, mais encore à comprendre plus en profondeur – pour en vivre davantage – l'originalité de la Sagesse de Dieu telle qu'elle se révèle en Christ.

Frais d'inscription : 50 \$ (non remboursable)

Frais de la retraite : 880 \$ (incluant chambre avec toilettes et douches à l'étage, repas, collations, animation)

Renseignements et inscription :

coordination@centremanrese.org

418-653-6353 poste 101

2) À Montréal : Du 18 au 23 août 2024

Au Centre de spiritualité ignatienne de Montréal – Villa Saint-Martin
21269 boulevard Gouin Ouest, Pierrefonds

Éveil et Vie dans l'Esprit

Si l'humanité se souvient toujours du Christ, c'est parce qu'il était pleinement éveillé. Il a vécu dans l'Esprit Saint, sa force motrice. Cette retraite est une invitation à entrer plus en profondeur dans une vie tout entière inspirée par le souffle de l'Esprit, en découvrant en Christ la figure de l'Homme Éveillé par excellence.

Frais d'inscription : 50 \$ (non remboursable)

Frais de la retraite : 880 \$ (incluant: chambre avec toilettes et douches à l'étage, repas, collations, animation)

Renseignements et inscription :

registraire@csim-iscm.org
438-377-1597

EXERCICES SPIRITUELS ET MÉDITATION ZEN – *présentiel*

Une fin de semaine de silence, ouverte à tous, proposant l'expérimentation d'une forme de méditation où l'attention au corps et à la respiration conduit au lieu du cœur. Les ressources du zen rencontrent ici la tradition des Exercices ignatien. Deux retraites avec des thèmes différents :

- 1) Les 17, 18 et 19 mai 2024, du vendredi 19 h 00 au dimanche 15 h 00
Thème : « Il est où le bonheur? »
- 2) Les 29-30 novembre et 1er décembre 2024, du vendredi 19 h 00 au dimanche 15 h 00 (thème à venir)

Animation : Danielle Dugas

Lieu de la retraite : Centre de spiritualité des Ursuline, 20 rue des Dames-Ursulines, Québec (Loretteville)

Frais d'inscription : 50 \$ (non remboursable)

Frais de la retraite : 310 \$ (incluant chambre avec toilettes et douches à l'étage, repas, collations, animation)

*Si désiré : souper le vendredi, + 24 \$ = 384 \$ Le mentionner lors de votre inscription.

Nombre limite : 16 personnes

Renseignements et inscription :

coordination@centremanrese.org
418-653-6353 poste 101

Autres services

ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL

Des membres de l'équipe sont disponibles pour diverses formes d'accompagnement spirituel, selon les besoins particuliers de chaque personne.

Renseignements :

coordination@centremanrese.org

418-653-6353 poste 101

INTERVENTIONS SUR MESURE

Les membres de l'équipe du Centre de spiritualité Manrèse acceptent, selon leurs disponibilités, de donner des retraites, des journées de ressourcement et de la formation au discernement spirituel ou à l'accompagnement spirituel aux groupes et aux milieux qui en font la demande.

Renseignements :

coordination@centremanrese.org

418-653-6353 poste 101