

# VIE CHRÉTIENNE : GRANDIR EN LIBERTÉ

À PARTIR DU LIVRE D'ADRIEN CANDIARD  
"À PHILÉMON : RÉFLEXION SUR LA LIBERTÉ CHRÉTIENNE."



GUIDE  
DE RÉUNION

ÉQUIPES NOTRE-DAME

# VIE CHRÉTIENNE : GRANDIR EN LIBERTÉ

---

à partir du livre de Adrien Candiard  
"À Philémon : réflexion sur la liberté chrétienne."



La pagination indiquée  
correspond à l'ouvrage  
de la collection LEXIO  
aux éditions du Cerf

Nous remercions les équipes NICE 19, LYON 149 et  
FONTAINEBLEAU 12 pour leur travail sur ce thème

Juin 2026

# SOMMAIRE

	Page
<b>Introduction</b>	<b>5</b>
<b>Réunion 1 : La rencontre</b>	<b>9</b>
<b>Réunion 2 : La conversion</b>	<b>12</b>
<b>Réunion 3 : Liberté et volonté de Dieu</b>	<b>15</b>
<b>Réunion 4 : Liberté et vie éternelle</b>	<b>19</b>
<b>Réunion 5 : Liberté et amour chaste</b>	<b>23</b>
<b>Réunion 6 : Liberté, service et justice</b>	<b>27</b>
<b>Réunion 7 : Fraternité</b>	<b>30</b>
<b>Réunion 8 : Action de grâce</b>	<b>34</b>
<b>Pour aller plus loin</b>	<b>39</b>

# INTRODUCTION

**« Là où est l'Esprit du Seigneur, là est la Liberté »  
- 2 Co 3,17 -**

Vivre en bon chrétien, est-ce respecter à la lettre les Dix Commandements ? Est-ce réclamer chaque dimanche au prêtre une liste de devoirs et d'interdictions à suivre aveuglément ?

Il paraît si simple de se plier à ces injonctions morales et, paradoxalement, il est en même temps si difficile de les adapter à la complexité de l'existence !

Ce petit livre très court, empreint d'une écriture dynamique et moderne, nous interroge sur une des grandes questions et un des défis de notre foi chrétienne : la liberté. En prenant la lettre de l'apôtre saint Paul à Philémon comme fil conducteur, Adrien Candiard, dominicain français vivant au Caire, nous amène progressivement sur le chemin d'une authentique et exigeante liberté, sous la conduite de l'Esprit Saint.

La lecture de ce livre nous permettra de belles réflexions, en couple et en équipe et nous sortirons, sans doute, enrichis par cette nouvelle compréhension de notre liberté.

Cinq chapitres, une introduction et une conclusion ont permis de construire en huit réunions un guide qui couvre la Rencontre, la Conversion, la Liberté et la Volonté de Dieu, la Liberté et la Vie Eternelle, Liberté dans le Service, la Fraternité, et termine avec l'Action de Grâce.

En annexe, quelques vidéos sont proposées pour approfondir ou "aller plus loin" dans la réflexion sur notre liberté d'enfants de Dieu.

## Ils sont libres, libres de la liberté des enfants de Dieu.

Déjà en 1954 le père Caffarel nous montrait ce qu'est la liberté des enfants de Dieu.

« On étouffe dans vos familles chrétiennes ! Et plus elles sont chrétiennes, plus l'air est irrespirable. » Que de fois ai-je entendu cette réflexion de la part de non-croyants ou de demi-croyants !

« À qui le dites-vous ! (Ils me regardent, étonnés : ils avaient cru me scandaliser). Mais n'ajoutez pas : plus elles sont chrétiennes... »

Tant de foyers, en effet, se croient vraiment chrétiens, qui ne vivent qu'un christianisme tronqué. Toute leur religion se réduit à la pratique de la vertu. Les sacrements eux-mêmes ne sont pour eux qu'un moyen d'y parvenir. Quelle énergie ne dépensent-ils pas pour acquérir et sauvegarder leurs vertus ! Ils sont dévoués aussi, imperturbablement dévoués : à toute heure on peut frapper à leur porte. Ils ont le souci de « l'engagement » et du « témoignage » (leur en a-t-on assez parlé depuis vingt ans !). Mais, par-dessus tout, c'est bien vrai, ils sont mortellement ennuyeux. Et si personne ne refuse de les admirer — car il y a de la grandeur dans une telle vie — nul n'a envie de les imiter.

En leur présence, irrésistiblement me revient en mémoire le mot de Péguy : « La morale a été inventée par les malingres. Et la vie chrétienne a été inventée par Jésus-Christ. » Toute vie religieuse, en effet, si l'on n'y veille, subit la loi de dégradation de l'énergie. De la vie chrétienne, bientôt, on ne retient que la morale chrétienne. Et la morale chrétienne, elle-même ne tarde guère à se dégrader en une sorte de morale naturelle qui vous fait des puritains austères et inflexibles. Dans cette atmosphère de moralisme, littéralement on étouffe.

Le christianisme n'est pas d'abord une morale, il n'est pas le culte du dieu Devoir, divinité sans visage, il est une religion — et non pas une quelconque religion, simple service d'un Dieu lointain. Il est une vie avec Dieu, une communauté d'amour avec lui. « Je me tiens à la porte et je frappe. Si quelqu'un écoute ma voix et ouvre, j'entrerai chez lui ; je dînerai avec lui et lui avec moi.[1] » « Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole, et mon Père l'aimera et nous viendrons à lui et nous ferons notre demeure chez lui.[2] » Plus encore qu'une communauté, la vie chrétienne est une communion. Par la foi — une foi vivante, s'entend — le chrétien entre en communion avec la pensée divine ; il participe, disent les théologiens, à la connaissance que Dieu a de lui-même. Et par la charité, il aime Dieu avec le Cœur même de Dieu, il est associé vitalement à l'acte par lequel Dieu s'aime.

Mais voilà, nous sommes tellement « habitués » à toutes ces formules apprises au catéchisme... plus rien ne nous étonne.

Il y a cependant des chrétiens qui prennent au sérieux ces réalités surnaturelles, et qui en vivent.

Leur foi est une passion de connaître — de connaître Dieu et ses pensées. Ils s'efforcent de l'entretenir vivante et progressante, et par la méditation de la Parole divine, et par l'attention à ce que Dieu veut leur dire dans les événements quotidiens. Leur foi, jeune, alerte, pénètre toujours plus avant dans les « inépuisables richesses du Christ ». Son allégresse éclate dans ce mot de saint Jean, qui traduit bien leur sentiment : « Et nous, nous avons reconnu l'amour que Dieu a pour nous, et nous y avons cru.[3] »

Ils travaillent à aimer Dieu — tout amour est un labeur avant d'être une possession. Cet amour, peu à peu, devient le ressort de tous

---

[1] Ap 3, 20 " Voici que je me tiens à la porte, et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui ; je prendrai mon repas avec lui, et lui avec moi."

[2] Jn 14,23 "Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole ; mon Père l'aimera, nous viendrons vers lui et, chez lui, nous nous ferons une demeure."

[3] 1 Jn 4, 16 « Et nous, nous avons reconnu l'amour que Dieu a pour nous, et nous y avons cru. »

leurs actes, leur raison de vivre. "Qui nous séparera de l'amour du Christ, écrivait saint Paul : la tribulation, l'angoisse, la persécution, la faim, la nudité, le péril ? ... En tout cela nous sommes plus que vainqueurs, grâce à Celui qui nous a aimés.[4]"

La morale de ces chrétiens — car ils ont une morale, mais pas celle des malingres — est le rayonnement de la vie divine, de l'Amour qui les habite. Elle tient en la consigne du Christ : « Soyez parfaits comme votre Père céleste est parfait[5]... Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux.[6] » Saint Paul la définit en ces mots : « Soyez les imitateurs de Dieu. Comme des fils bien-aimés ![7] »

Chez ces chrétiens, vous ne risquez pas d'étouffer. Ils ne sont pas les prisonniers d'un moralisme, d'un légalisme.

**Ils sont libres, libres de la liberté des enfants de Dieu.**

Ils vous donnent envie de Dieu. Chez eux, on respire le grand air du large. Le grand air de Dieu.

P. H. Caffarel, avril 1954 - l'Anneau d'Or n° 56

---

[4] Rm 8, 35-37 « alors, qui pourra nous séparer de l'amour du Christ ? la détresse ? l'angoisse ? la persécution ? la faim ? le dénuement ? le danger ? le glaive ? En effet, il est écrit : C'est pour toi qu'on nous massacre sans arrêt, qu'on nous traite en brebis d'abattoir. Mais, en tout cela nous sommes les grands vainqueurs grâce à celui qui nous a aimés. »

[5] Mt 5, 48 « Vous donc, vous serez parfaits comme votre Père céleste est parfait. »

[6] Lc 6, 36 « Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux. »

[7] Ep 5, 1 « Oui, cherchez à imiter Dieu, puisque vous êtes ses enfants bien-aimés. »

## LA RENCONTRE

### CHAPITRES



- [Introduction](#), pages 1 à 26

L'introduction de ce livre, au-delà de rappeler le contexte et la motivation de l'auteur, nous parle de rencontre. Celle de Paul et Philémon, ou d'Onésime avec ce même Paul emprisonné, celle du prêcheur avec ses fidèles et enfin celle de l'Esprit avec le chrétien en chemin. Sans rencontre, pas de foi. Paul évangélise de manière enflammée partout où il va, et il ouvre la voie de la rencontre entre ceux qui l'écoutent et le Christ. Cette voie ouvre, quant à elle, les portes de la Foi.

Depuis notre enfance, nous avons découvert des témoins qui ont servi de relais dans notre rencontre avec le Christ. Certaines rencontres ont été de grandes révélations, des libérations ou des transformations immenses pour nous-mêmes et notre Foi. D'autres, très différentes, sont venues construire lentement mais sûrement notre vie de Foi à travers une transmission simple mais répétée.

Pour cette première réunion, plongeons dans les origines de notre Foi, à la recherche d'un « Paul ».

## QUESTIONS POUR LE DEVOIR DE S'ASSEOIR



- 1 Lors de notre rencontre, qu'ai-je le plus apprécié chez toi ?  
Qu'as-tu apporté à ma foi ?
- 2 Lors de nos dernières retraites, avons-nous eu l'occasion de faire des (re)découvertes en couple ?
- 3 Nous avons grandi ensemble dans la foi depuis notre rencontre, quels ont été les fruits de cette croissance (engagement, transmission, accompagnement...) ? Les Équipes Notre-Dame jouent-elles un rôle dans celle-ci ?

## PRIÈRE



### PSAUME 118 (9-16)

Comment, jeune, garder pur son chemin ? En observant ta parole.  
De tout mon cœur, je te cherche ; garde-moi de fuir tes volontés.  
Dans mon cœur, je conserve tes promesses pour ne pas faillir  
envers toi.

Toi, Seigneur, tu es béni : apprend-moi tes commandements.  
Je fais repasser sur mes lèvres chaque décision de ta bouche.  
Je trouve dans la voie de tes exigences plus de joie que dans  
toutes les richesses.

Je veux méditer sur tes préceptes et contempler tes voies.  
Je trouve en tes commandements mon plaisir, je n'oublie pas ta  
parole.



## EN TOI, J'AI MIS MA CONFIANCE

Paroles et musique : C.-E. Hauguel

© 1985, Éditions de l'Emmanuel, 89 boulevard Blanqui, 75013 Paris

En toi j'ai mis ma confiance, ô Dieu très saint,  
Toi seul es mon espérance et mon soutien ;  
C'est pourquoi je ne crains rien, j'ai foi en toi, ô Dieu très saint,  
C'est pourquoi je ne crains rien, j'ai foi en toi, ô Dieu très saint.

### ÉCHANGE SUR LE THÈME



- 1 Avons-nous eu la chance de rencontrer des témoins qui ont transformé notre vie de Foi ? Citons-en un : qu'est-ce qui nous a particulièrement frappé chez lui ?
- 2 A travers nos différents engagements personnels, en couple ou au travail, avons-nous l'occasion de parler de Dieu, de provoquer des rencontres ?
- 3 Qu'ai-je découvert sur Saint Paul à la lecture de cette introduction ?
- 4 Quel est mon rapport à la morale ? M'arrive-t-il de demander à l'Église ce qui est permis ou défendu dans ma vie ?
- 5 Qu'est-ce que la liberté ? Comment grandir en liberté ? Et que penser de la manière de faire de Paul, qui indique le bien sans y contraindre Philémon ?