

Guide de l'accompagnement spirituel à l'usage des personnes accompagnées

(décembre 2025)



1. L'accompagnement spirituel : une démarche de foi

L'accompagnement spirituel est une rencontre où une personne choisit d'être aidée dans son chemin de foi, pour discerner la présence et l'action de Dieu dans sa vie. Il ne s'agit ni d'une direction imposée, ni d'un conseil psychologique, mais d'un espace de parole et d'écoute où l'Esprit Saint conduit la croissance intérieure et la liberté spirituelle.

2. La liberté : fondement de toute relation spirituelle

L'accompagnement repose sur la liberté de la personne accompagnée :

- liberté de choisir son accompagnateur ou accompagnatrice,
- liberté de dire ce qu'elle souhaite partager,
- liberté d'interrompre l'accompagnement si cela lui semble juste.

L'accompagnateur n'impose jamais de décisions ; il aide à discerner et à éclairer à la lumière de l'Évangile et de l'Esprit.

L'accompagnement spirituel n'est pas un lien de dépendance, mais un chemin vers une plus grande autonomie intérieure et disponibilité à Dieu.

3. La confidentialité : un cadre de confiance

Tout ce qui est confié dans l'accompagnement demeure strictement confidentiel. Cette confidentialité protège la liberté de parole et la confiance mutuelle. L'accompagnateur s'engage à ne rien divulguer sans le consentement explicite de la personne accompagnée. De même, celle-ci s'abstient de rapporter à d'autres les paroles échangées, hors de leur contexte. La personne accompagnée s'engage à n'être accompagnée que par un seul accompagnateur.

4. La régularité : un signe de fidélité au chemin

Un accompagnement spirituel porte du fruit lorsqu'il s'inscrit dans la durée et une certaine régularité (par exemple, une rencontre toutes les 4 à 6 semaines). Cette fidélité exprime le désir de progresser dans la relation au Seigneur, même lorsque le chemin paraît aride ou obscur.

5. La croissance spirituelle : finalité de la démarche

L'objectif de l'accompagnement n'est pas la perfection morale ni la performance religieuse, mais la croissance spirituelle :

- apprendre à reconnaître les mouvements intérieurs de l'Esprit,
- grandir dans la liberté, la paix et la confiance,
- discerner les appels du Seigneur dans la vie quotidienne,
- unifier sa vie autour de la Parole de Dieu et des sacrements.

6. Le rôle de l'accompagnateur

L'accompagnateur ou accompagnatrice :

- écoute avec respect et bienveillance,
- aide à relire la vie à la lumière de Dieu,
- invite à poser des actes concrets de foi, d'espérance et de charité,
- garde une attitude de discrétion et d'humilité.

Il ne se substitue jamais à la conscience de la personne, mais l'aide à faire la vérité devant Dieu.

7. Le cadre de la relation

Pour que la relation demeure juste :

- les rencontres ont lieu dans un lieu propice à la prière et à l'écoute,
- leur durée et leur fréquence sont convenues ensemble,
- chacun veille au respect et estime mutuel, à la clarté du cadre et à ne pas s'engager dans une relation affective (ne pas craindre de déplaire ou de décevoir),
- si une difficulté ou une incompréhension surgit, il est bon d'en parler ouvertement.
- rester libre d'arrêter l'accompagnement et accepter la demande d'arrêt de l'accompagnateur.

L'accompagnement spirituel se vit toujours dans la communion de l'Église¹, sous le regard du Seigneur, et non dans un lien privé ou exclusif.

8. L'Esprit Saint, véritable accompagnateur

Toute démarche d'accompagnement se fonde sur la conviction que l'Esprit Saint est le véritable guide intérieur. Accompagnateur et accompagné marchent ensemble à l'écoute de cet Esprit qui éclaire, console, appelle et transforme.

9. Une invitation à la prière

L'accompagnement s'enracine dans la prière personnelle et communautaire. Il invite à relire sa vie à la lumière de la Parole, à célébrer les sacrements, à s'unir à la vie de l'Église et à se laisser envoyer en mission.

10. Un chemin de joie et de transformation

Entrer dans un accompagnement spirituel, c'est accepter de se laisser transformer par Dieu. C'est un chemin d'humilité et de vérité, mais aussi de joie profonde, car il ouvre à la rencontre du Christ vivant et à la fécondité de l'Esprit dans la vie quotidienne.

Conclusion

L'accompagnement spirituel est une école de liberté intérieure et de discernement, un signe de la tendresse de Dieu pour chacun. Il aide à devenir soi-même dans la lumière du Christ et à marcher humblement avec son Dieu.

¹L'accompagnateur est missionné par l'évêque de Pontoise. Le service diocésain Vie spirituelle et prière est à votre écoute : viespirituelle@catholique95.fr