Mouvement chrétien de femmes en rupture de couple

« PARTAGE »

Mars 2015

« Ne vous souvenez plus d'autrefois,
ne songez plus au passé.

Voici que je fais un monde nouveau :
il germe déjà,

ne le voyez-vous pas ? »
(Is. 43, 18-19a)

RENAISSANCE

SOMMAIRE

- ***Editorial*** **4**
  - par la présidente Elisabeth SY-LAURENT

- ***L'estime de soi*** **5**
  - par notre aumônier, le père PICAN

- ***Se sentir bien dans sa peau*** **6-7-8**

- ***Prendre soin*** **9**

- ***Jésus, thérapeute intérieu***r **10-11**
  - par Frère BRUNO de l'abbaye de Mondaye

- ***L'âne et le puits*** **12**

- ***Conférence de Sr Véronique MARGRON*** **12-13**

- ***Tu es la prunelle de mes yeux*** **14-15**

- ***Le corps dans la religion chrétienne*** **15-16**
  - par Marie-Christine BERNARD

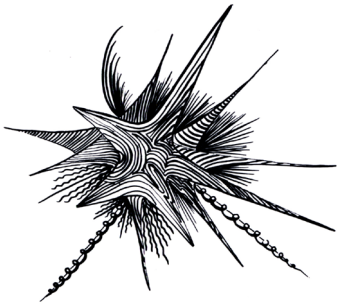
- ***Nos joies - Nos peines*** **16**

- ***Vieillir en beauté*** **17**

- ***Prières*** **18**

- ***Prière de la poule*** **19**

- ***Merci pour le printemps*** **19**



EDITORIAL
Métaphores météorologiques

Ce printemps qui commence est un temps de Renaissance…pour la nature bien sûr, mais aussi pour nous …Le printemps c'est aussi la période des grandes marées d'équinoxe … et vous savez que c'est quelque chose qui me touche particulièrement car j'habite sur la côte d'Opale, si peu connue et pourtant si belle… surtout par gros temps !!! Ce gros temps, ces tempêtes nous les avons toutes connues, subies dans nos vies…mais après ces temps agités porteurs de destructions, de larmes, de doutes…vient le temps de l'apaisement, le temps où l'on peut enfin se poser… regarder l'horizon et admirer un beau coucher de soleil qui laisse espérer de belles journées à venir.

Vous trouverez dans ce Partage des pistes de réflexions sur l'estime de soi, à explorer seule ou en équipe. J'espère que cette lecture vous aidera à découvrir les merveilles de nos vies et comme je l'ai récemment entendu, les merveilles que nous sommes.

Fin avril, certaines d'entre nous seront rassemblées à Paris pour la prochaine assemblée générale. Le nombre des cotisations reste relativement stable. C'est pour moi le signe que bien des femmes trouvent dans nos équipes accueil et réconfort, pourtant je peux vous dire qu'il y a avis de tempête sur le mouvement… l'équipe nationale peine à recruter des volontaires pour venir l'étoffer ! Renaissance est peut-être à un tournant de son existence dans sa forme actuelle, une autre direction sera peut-être à trouver.

Je confie à votre prière l'avenir de Renaissance.

Elisabeth SY LAURENT

L'ESTIME DE SOI

Ouverture

« Si tu veux être parfait, va, vends tout ce que tu possèdes, donne-le aux pauvres, puis, viens et suis-moi »… Mt 19-21. Quelle idée de choisir une telle référence pour introduire quelques réflexions sur l'estime de soi. Si nous nous reportons au contexte immédiat et à l'ouverture du dialogue de cet homme avec Jésus, il semblerait que l'interlocuteur s'attende à ce que le Seigneur reconnaisse ses qualités, mette en valeur son initiative et prenne pour argent comptant sa relation à la Parole, à la tradition et à la lecture limitée qu'il en retient. En fait, le Christ l'appelle à avancer, à introduire de la nouveauté dans sa pratique, à accepter qu'un avenir plus large lui soit offert. C'est à sa liberté d'accueil que le Seigneur le convie. Cet itinéraire sollicite bien d'autres ressources que celles de la seule tradition, aussi sacrée soit-elle, du confort de la pratique et de l'assurance parfois illusoire qui peut toujours enfermer.

Ne pouvons-nous pas nous laisser gagner par cette référence biblique pour avancer dans l'estime de soi. Sans chercher à être complet sur un tel sujet, tentons de tordre le cou à quelques idées reçues qui risquent d'altérer notre liberté plutôt que la servir.

Le poids de notre éducation a pu nous rendre spontanément méfiants par rapport à l'estime de soi, en cherchant à débusquer dans sa mise en œuvre le développement de l'orgueil et la manifestation de l'autosuffisance un peu étroite. Parfois, l'éducation religieuse l'a traquée sans complaisance en mettant en évidence son rapport implicite et permanent avec le péché. L'expérience de la vie, la confrontation onéreuse à la réalité, la complexité des situations que nous avons à traverser, le discernement dont il faut faire preuve dans des moments périlleux, peuvent contribuer à fragiliser l'estime de soi. Aussi est-il opportun de la qualifier d'une manière positive, tout en reconnaissant ses limites qui tiennent à celles de notre commune condition humaine.

Ne nous laissons tout d'abord pas gagner par les dérives toujours tapies en nous et qui nourrissent le champ considérable de la spontanéité. Nous sommes invités à tenir à distance la mise en valeur obsessionnelle de nos qualités, la tentation de ramener à soi, à son point de vue, à ses préférences, à ses goûts, l'immense richesse de la vie, de l'expérience et des apports de tout autre. Nous avons aussi à nous méfier d'un manque d'appréciation positive de nous même qui nous fait nous déconsidérer pour que l'autre s'apitoie sur nous en nous laissant croupir dans l'immaturité préjudiciable à toute forme d'authentique expression de soi. Apprenons à nous confronter à l'échec pour explorer les contenus de la transformation intérieure qu'il nous reste à expliciter pour vivre réellement épanouis. Dans notre relation aux autres, conjurons toutes les formes de peur qui peuvent nous éteindre et altérer notre résistance devant les réalités de la vie. Sans chercher à toutes les énumérer et encore moins à les évoquer, citons au moins la peur du rejet, du manque de considération, de notre statut social, de la solitude, du jugement du prochain.

Cultivons positivement la grande et belle estime de soi qui nous réconcilie avec l'œuvre du Créateur en chacun de nous. En chacun, Il réalise des merveilles et nous invite à le reconnaître. Nous avons aussi à nous réjouir d'être reliés à Dieu par le Christ vivant en chacun. Il nous invite à développer toutes nos inspirations, toutes nos potentialités. Avec réalisme, confiance et ténacité, il éclaire notre chemin d'accomplissement que jamais personne ne pourra emprunter à notre place.

Pour nous estimer de manière positive prenons un peu de hauteur par rapport à nos réactions de façon à ne pas apprécier les situations le nez dans le guidon.

Appliquons nous à demeurer raisonnablement assurés dans nos positions en intégrant les richesses de l'expérience, de la réflexion, du discernement. Ainsi nous travaillons à harmoniser les différentes composantes de l'estime de soi. Donnons toutes leurs chances aux éléments que notre environnement apprécie ordinairement comme des qualités. Laissons s'exprimer les formes les plus variées, les plus riches et les plus profondes de notre personnalité. Cette démarche sereine livrera des aspects auxquels les autres sauront se rendre attentifs.

Investissons cette richesse en engagement solidaire, en attention aux urgences de l'heure, aux attentes des plus humbles, des plus oubliés de nos frères.

Tous ces aspects et bien d'autres encore nous invitent à engager un véritable travail sur nous-mêmes. Nous avons à l'entreprendre en nous faisant aider, en nous appuyant sur la compétence, la disponibilité et l'ex-

périence de personnes connues et accessibles dans le dialogue.

Nous pouvons aussi nous appuyer sur les ressources spirituelles que notre foi commune nous invite à développer. Durant ce temps de préparation à Pâques et dans le prolongement de la rencontre du Ressuscité, nous pouvons privilégier trois formes de relations à Dieu, à nous-mêmes et aux autres.

Le Dieu vivant vient à notre rencontre pour que nous vivions pleinement libres et responsables. Il veut notre bonheur et nous invite à considérer vraiment que l'estime de nous-mêmes est une voie d'accès au bonheur qu'il nous propose et nous assure.

Nous pouvons aussi durant tout ce temps savourer dans le silence du cœur, la paix intérieure, à travers la profondeur de la prière apprécier la richesse féconde du dialogue avec le Christ, notre compagnon de route proche et disponible.

Nous sommes aussi, les uns et les autres, à notre place, conviés à partager cette richesse en nous portant vers les autres : les proches et les lointains ; comme les pèlerins d'Emmaüs, heureux de communiquer l'expérience de la rencontre qui fait vivre.

L'estime de soi dilate le cœur, élargit les horizons du quotidien, apporte sa pierre vivante au rayonnement de l'espérance. Elle constitue une forme singulière et personnelle, profonde et vitale de notre Alleluia permanent.

† Pierre PICAN SdB
Aumônier national.

SE SENTIR BIEN DANS SA PEAU AU QUOTIDIEN

« Vous êtes ce que vous ressentez » dit l'adage...

Le stress de la vie quotidienne nous rend souvent irritable, et notre santé en pâtit. Lorsque nous nous sentons en paix avec nous-même, notre santé est meilleure. C'est donc dans la joie et la bonne humeur que nous allons essayer de mettre en pratique les conseils qui suivent. Ils ne sont pas à prendre comme « des tâches journalières. » mais ils doivent être **savourés** comme un délicieux chocolat chaud en hiver…

Toute notre vie, nous recherchons le bien-être chaque jour, ou, pour le moins nous souhaitons arrêter de nous sentir mal. C'est un travail à remettre en route chaque jour et qui rend la vie intéressante et surprenante tant elle nous réserve de surprises…

Comment se sentir bien dans sa peau au quotidien ???

- En théorie, c'est très simple : il faut, chaque jour, prendre la ferme décision que rien n'est plus important que « se sentir bien ». Cela signifie : **rechercher, par tous les moyens, les pensées et les actions qui vous aident à vous sentir bien dans votre peau.**
- Et en pratique ?

Prenons l'habitude avant même de sortir de notre lit, de débuter notre journée en « goûtant » le moment présent. Prendre le temps de penser à ce que l'on ressent, apprécier ce qui nous entoure : la sensation de notre tête sur le coussin, le confort et la chaleur du lit… On pourrait appeler cela : **« se réveiller en pleine conscience ».** La remise en mémoire de toutes ces bonnes sensations du matin lorsque le stress fera son apparition dans la journée nous aidera à calmer notre esprit : Revoyons-nous dans notre lit. Repensons à cette paix.

Ensuite, employons les « astuces » qui fonctionnent :

Les astuces de la vie courante :

- **Cassez la routine !** Par exemple en changeant de coiffure, ou en prenant un autre chemin pour aller au travail. Cela donne la sensation de ne pas être un « robot conditionné par la routine », que notre vie ne stagne pas. Que nous avons le pouvoir de changer un aspect de notre vie, de faire bouger les choses.
- **Passez plus de temps à donner des compliments sincères qu'à en rechercher.** Oui, faire sourire les autres est un excellent moyen de se sentir bien. Recevoir un compliment sincère fait du bien également ! Ce qui est intéressant, c'est que **ça marche dans les deux sens**. Celui qui reçoit et celui qui donne le compliment bénéficient tous les deux de l'acte !
- **Consacrez 1 heure par jour, uniquement pour « se faire plaisir ».** C'est évident mais on ne pense jamais à le faire. Se donner des activités qui vous

rendent heureux (un bain avec des bougies parfumées, lire votre poète préféré). Curieusement, un des gros problèmes que rencontrent les femmes en particulier, c'est de ne pas savoir prendre du temps pour elles-mêmes.

- **Si vous avez le temps, créez une petite communauté.** Si vous êtes parent, allez à la rencontre des autres parents, et proposez une sortie mensuelle pour parler du rôle des parents, organisez des activités au travail qui rassemblent les gens, donnez votre temps à des organisations, impliquez-vous dans des activités qui rassemblent les jeunes et les vieux, etc.

Les astuces psychologiques :

Trouver un « mantra », pour se soutenir soi-même. Seule une bonne dose d'affirmations positives par jour peut nous revigorer pour la journée.
Pour que cette affirmation positive ait un effet, il faut bien la choisir en pesant chaque mot et la répéter chaque jour. Ce peut être :

- « Je m'aime, et je crois en moi » En répétant cette autosuggestion le plus souvent possible, cela améliore la qualité émotionnelle de notre vie. S'aimer authentiquement, c'est prendre soin de soi, donner de l'importance à la nourriture de l'esprit, du corps, de l'âme… afin d'apporter du bien aux autres !
- « Je suis capable d'accomplir mes objectifs ». Il faut toujours commencer quelque chose avec un aboutissement en tête, être honnête avec soi-même. Ne laissez rien ni personne nous décourager dans notre quête du meilleur. Retroussons nos manches, et montrons au monde ce que l'on est capable de faire !
- « Je me sens en pleine forme » : à répéter chaque matin. Ici, on joue avec la suggestibilité de l'homme. Il est possible d'influencer notre mental en disant une phrase, si on l'utilise avec la bonne gestuelle : Frapper dans ses mains, crier, bouger. Cette phrase doit être **ressentie dans nos tripes, et doit couler dans nos veines.**

Se sentir bien chaque jour est inestimable. Nous le souhaitons tous et c'est une force puissante. C'est à nous de choisir de se sentir bien.

« Vous avez votre main sur l'interrupteur. Vous êtes celui qui permet ou celui qui résiste. Lorsque vous vous sentez bien, vous permettez au bien d'apparaître. Il n'y a qu'une seule source de bien-être : celle qui se trouve en vous » – Abraham-Hicks

Mais il y aura toujours des « mauvais moments » à passer. La vie est ainsi faite. Alors il nous faut :

Surmonter les obstacles qui empêchent de se sentir bien

Quel que soit notre problème il ne faut pas essayer de justifier notre mal-être. Il ne faut **blâmer rien ni personne**. C'est un effort inutile. Tout ce que vous devez faire, c'est d'essayer de vous sentir mieux ici et maintenant. Il y a un effort de volonté à fournir, mais c'est un effort qui paye. Toute la vie repose sur la quantité de joie que l'on ressent.

La vie est un facteur de joie. Et la joie est un facteur de « choix de pensées ».

L'état d'esprit dans lequel nous devons être, c'est celui où l'on se dit : « Il n'y a rien de plus important que de se sentir bien ». Quels que soient les évènements, décidons de tamiser les bonnes choses et les mauvaises, et soyons déterminées à nous sentir bien.

-Prendre soin de soi, entretenir des relations saines, et **choisir** de se sentir bien même si les choses vont mal.Voilà les secrets d'une vie agréable

(A partir d'un billet sur http://boosteurdevie.com/se-sentir-bien/)

Quelques pistes pour passer une bonne journée

On oublie souvent l'importance de bien commencer une journée. Ce que l'on fait dans les premiers instants de notre journée va influencer les prochaines 24 h.

La plupart du temps, dès notre réveil, nous exécutons machinalement nos vieilles habitudes et nos routines, sans même nous en rendre compte. Au final, nos journées se répètent, jour après jour, comme sous pilotage automatique. Rien de bien pour notre épanouissement personnel !

Par contre, si nous prenons le temps de réfléchir, consciemment, à nos intentions dans ces tout premiers instants, c'est comme si nous semions les bon-

nes graines dans notre subconscient pour récolter ce que nous voulons. Bref, les premiers instants du matin possèdent un énorme pouvoir.

Voici une dizaine de pistes pour transformer notre journée :

1. Dès notre réveil, alors que nous sommes encore bien au chaud dans notre lit, **apprécier le silence du matin.**
   Ne rien faire d'autre. Ressentir simplement le silence, la paix qu'il nous inspire. Laisser cette sensation véhiculer dans notre corps et notre esprit. Il est très plaisant d'entendre ensuite les « petits bruits » qui vont presque naître de ce silence
2. **Remercier Dieu** de cette nouvelle journée qu'il nous donne à vivre
   C'est un cadeau qu'il nous fait. Peut-être lire les textes du jour pour nous relier à tous nos frères chrétiens ; en tirer une phrase qui nous accompagnera pendant la journée.
3. **Méditer quelques minutes.**
   Vider notre esprit. Se concentrer sur notre respiration. Si des pensées viennent nous troubler, reconnaitre simplement leur présence, et demander à ces pensées de gentiment partir. Méditer juste après son réveil est plus facile qu'en soirée car il y a moins de perturbations. Mais on peut méditer à tout moment de la journée.
4. **Pardonner à une personne en particulier.**
   Pardonner et oublier. Lâcher prise. C'est un acte très libérateur. On est seule avec notre esprit et nos expériences passées. Lorsqu'on pardonne à quelqu'un dès les premières minutes de son réveil, on en ressent de la joie et on est en paix. **Ah oui, en passant, cette personne à qui l'on pardonne, c'est peut-être nous-même !**
5. **Se débarrasser d'un objet inutile.**
   N'êtes-vous jamais tombé un matin sur une chose qui ne vous servait à rien ? Ça peut être une chaise, une machine qui ne marche plus, ou simplement un bout de papier qui traîne. Abandonner une chose qui ne fait qu'encombrer mon environnement me libère d'un trop plein que je constate souvent.
6. **Etre reconnaissant de quelque chose pendant 5 minutes.**
   Diriger son esprit vers une chose dont on est vraiment reconnaissant, et rester sur cette pensée. Cela peut être une chose toute simple comme le moment présent, ou encore notre famille, notre santé, peu importe. Ressentir simplement notre gratitude. Personne ne nous regarde, ne nous écoute. Nous sommes libres d'être reconnaissant et heureux. L'impact que peuvent avoir ces 5 petites minutes est considérable. Pourquoi le matin? Tout simplement parce que notre esprit est plus clair, et nous avons plus d'énergie qu'en fin de soirée.
7. **Offrir notre aide à quelqu'un ou penser à un moyen d'aider une personne au cours de la journée.**
   Il n'est pas toujours possible de faire cela dès votre réveil, mais peut-être un peu plus tard dans la matinée…Se tourner vers l'autre nous décentre de nous-même. Se sentir « bon » a un effet bénéfique sur notre mental.
8. **Écrire dans notre journal personnel**
   Ce peut être après le lever du matin, avec ce silence apaisant et réconfortant. C'est l'instant idéal pour écrire ce qui nous passe par l'esprit, nos aspirations, nos envies, nos affirmations.
   Mieux encore, cela nous permet de nous vider l'esprit, de commencer avec une « ardoise vierge ».
   Mais on peut aussi préférer écrire en fin de journée pour une sorte de relecture de celle-ci.
9. **Penser à quelqu'un que l'on aime**
   Cette personne peut être un membre de notre famille, un de nos proches, ou quelqu'un qui vient de rentrer dans notre vie. Garder cette personne dans notre esprit pendant 5 minutes. Imaginer que nous avons une conversation avec elle. Ou encore que nous faisons une activité ensemble. Créer une représentation de ce lien que nous avons avec elle. Ce que nous pensons à cet instant précis va renforcer davantage notre relation.
10. **Lire un poème ou une citation motivante**
    La poésie ! Un art qui parle directement à notre cerveau droit! Si d'habitude, notre esprit est encombré par des pensées ultra-rationnelles dès le matin, lire de la poésie va casser ce circuit routinier. D'une manière très créative.
11. **Écrire un bel objectif**
    Le matin est l'instant idéal pour écrire des objectifs. Si vous avez une phrase qui résume votre plus grand objectif, en plus d'une image qui supporte cet objectif, c'est le moment idéal pour renforcer votre désir et votre volonté.

Et vous, qu'avez-vous à rajouter à cette liste pour « passer une bonne journée » ?

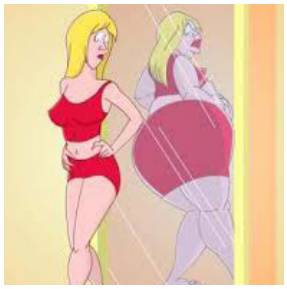
(libre interprétation a partir d'un billet sur sur http://boosteurdevie.com/se-sentir-bien/)

« PRENDRE SOIN »

Le Pape François, le 19 mars 2013, jour de son intronisation, s'adresse à ses compatriotes de Buenos Aires :
« Je veux vous demander une faveur :
que nous marchions tous ensemble, que nous prenions soin les uns des autres…
Ne vous faites pas de mal, **prenez soin de vous,** prenez soin de la vie, prenez soin de la famille, prenez soin de la nature, prenez soin des enfants, prenez soin des personnes âgées ; qu'il n'y ait pas de haine, qu'il n'y ait pas de disputes, laissez de côté l'envie, ne critiquez personne, dialoguez… »

Il est donc nécessaire de prendre soin de soi d'abord pour être équilibré et capable de prendre ensuite soin des autres, des enfants, des aînés, de la nature…

ESTIMER SON CORPS



Combien d'entre nous, dans des moments de surcharge ou de tentation, n'ont-ils pas eu grande envie de maudire leur corps et presque demander d'en être affranchis ; et pourtant notre corps n'est pas un hasard. Dieu l'a voulu, Dieu l'a dosé, nous avons des nerfs, le sang et le tempérament profond qu'il a voulus. Notre corps, Dieu l'a connu d'avance pour y faire habiter sa grâce. Il n'en ignore aucune faiblesse, aucune compromission, aucune déviation, mais il l'a choisi pour en faire le corps d'un saint. Il faudrait nous habituer à avoir notre corps comme en gérance, c'est la vie que Dieu nous confie, nous devons la perdre quant à la propriété, mais la retrouver parce qu'elle est à lui. Il faudrait que nous soyons en face de notre corps, comme le paysan devant sa terre : savoir ce que vaut notre corps ; l'estimer comme l'on dit. Savoir ses richesses et ses manques, ce qui le fortifie et ce qui l'affaiblit, essayer de l'harmoniser à ces grandes lois naturelles que Dieu a inventées et que nous évoquons lorsque nous voulons figurer l'union des âmes rachetées avec le Christ. C'est une joie d'offrir à Dieu pour un service de bonne volonté cette parcelle d'humanité charnelle venue du fond de générations pures ou coupables, d'en être dépositaires et d'avoir le pouvoir de la faire sanctifier.

Madeleine Delbrêl

Compte rendu Récollection de l'Ouest
14 & 15 septembre 2013 au Sanctuaire de Pontmain

JESUS, THERAPEUTE INTERIEUR

Avec l'intervention du Frère BRUNO de Mondaye

Message de Pontmain

L'apparition de la Vierge à Pontmain se situe dans le contexte de la guerre contre la Prusse. Les armées françaises sont défaites, le Second Empire est tombé et les troupes prussiennes sont entrées sur le territoire français. Le 12 janvier 1871, les Prussiens sont au Mans et progressent vers l'ouest (donc vers la Mayenne).

Les populations locales, dont de nombreux hommes sont partis en guerre sans donner de nouvelles, sont effrayées, et se tournent alors vers la religion, priant pour être épargnées. Outre les désordres liés à la guerre, une épidémie de typhoïde et de variole se déclenche.

Dans la nuit du 17 janvier 1871, la neige couvre le village. Deux jeunes garçons, Eugène (12 ans) et Joseph Barbedette (10 ans), aident leur père à piler les ajoncs dans leur grange. Eugène sort de la grange pour « voir le temps ». C'est alors qu'il déclare avoir aperçu au-dessus de la maison d'en face une « belle dame » à la robe constellée d'étoiles, qui le regarde en souriant, les mains tendues.

À ses cris, les villageois accourent et d'autres enfants déclarent voir la « belle dame ». Ils assurent qu'un ovale bleu avec quatre bougies éteintes est venu entourer la dame. L'Abbé Guérin, curé du village, organise une veillée de prière autour des enfants.

Pendant que l'assistance récite le chapelet et le Magnificat, les enfants disent qu'une banderole se déroule entre l'ovale et le toit de la maison, où s'inscrivent lettre après lettre le message de la « Dame » : « Mais priez mes enfants, Dieu vous exaucera en peu de temps. Mon Fils se laisse toucher ».

Alors que l'assistance prie, les enfants deviennent soudain tristes. Ils expliquent que le visage de la vierge est devenu triste aussi, et qu'une grande croix rouge portant Jésus sanglant est apparue devant elle. Au sommet de la croix, une pancarte blanche porte les mots « Jésus-Christ ». Les enfants expliquent que la dame prend dans ses mains le crucifix et le leur présente, tandis qu'une étoile allume une à une les quatre bougies jusqu'alors éteintes de l'ovale.

À la suite de cela, et alors que le curé fait chanter le cantique Ave Maris Stella, les enfants décrivent le crucifix qui disparaît, la vierge qui reprend son attitude initiale, les bras tendus vers eux, une petite croix blanche surmontant chaque épaule, et la scène qui se recouvre peu à peu d'un voile blanc avant de disparaître. « Tout est fini », disent-ils enfin.

Les villageois rentrent alors chez eux. Quelques jours après, l'armistice est signé avec la Prusse et les habitants de Pontmain et des alentours y voient une grâce de l'apparition, d'autant plus que les Prussiens ne sont pas entrés à Laval. Les pèlerins affluent alors à Pontmain.

Thème du jour :
La fragilité de Jésus et la nôtre

A - Tous fragiles, tous humains :

- Fragilité de la société : du présent, du futur, pas de peur, appel à y être des veilleurs, esprit de prière
- Fragilité de l'Eglise : chance d'un christianisme fragile (Mgr Rouet)
- Fragilité de chacun : notre corps lui-même nous révèle les traces des atteintes de la vie ; des déprimés et au point de vue de la foi, notre prière est sèche.

Comment accueillir nos failles ? Pour nous guider sur un chemin de vie, de paix.

B - Fragilité de la vie de Jésus :

Né dans la précarité, soumis aux conditions humaines, enfant, Jésus doit quitter le pays pour fuir en Egypte ; puis adulte, il est soumis à la faim, à la fatigue (besoin de se retrouver seul au calme), se sent parfois incom-

pris par ses proches (Pourquoi ne comprenez-vous pas ?), le chemin vers la passion, sans cesse épié par les pharisiens, sensible aux exclus, aux petits, aux malades. Jésus ressent au plus profond de lui-même la souffrance des autres (d'après le livre « Le royaume caché » d' Eloi Leclerc).

Comme Jésus, Thérèse de Lisieux a été très atteinte par la souffrance autour d'elle. La vulnérabilité nous rend plus sensibles. Jésus a souffert de la trahison, des faux témoins. Il vit aussi l'angoisse (Mon âme est triste à en mourir), le poids de la solitude aux pires heures. Il révèle ainsi la petitesse et la fragilité de Dieu.

« Jésus est le seul Dieu handicapé de tous les Dieux car il aime en ressuscité avec ses plaies. »

C - Nos propres fragilités :

Les conflits, blocages, ressentiments, envies de vengeance, jalousies….Nous sommes vulnérables, nous avons des blessures. Puis, se sentir méprisées…. trahies…appelées à regarder sa vie avec lucidité pour grandir, accueillir notre histoire, pour devenir un baptisé.

Comment est définie la foi chrétienne ? Au plus intime de nous-mêmes se tient quelqu'un qui nous accueille de façon inconditionnelle : Jésus, l'hospitalier pour nous, chemin pour nous accueillir nous-mêmes, nous estimer, reconnaître nos dons. Habiter sa propre demeure est parfois un long labeur… alors il devient possible d'orienter le fil de sa vie.

« L'hospitalité requiert de la patience et d'être habité dans le temps »

C'est la question de l'hospitalité christique, elle rejoint la pratique de l'oraison où il s'agit d'accueillir l'Esprit Saint comme hôte intérieur, consolateur, inspirateur divin, …

Apprenons à accepter nos faiblesses. « La résilience n'est pas une recette de bonheur, c'est un modèle de bagarre… » cf Partage de mai 2013.

Apprenons à croire à notre potentiel en toute humilité. Goûter le plaisir de vivre à travers les évènements qui nous dépouillent.

Se décharger de nos soucis dans le Seigneur et se recharger par lui. Si mon humanité est blessée, je peux rejoindre les autres souffrants.

De la poétesse Marie Noëlle : « Vous voilà mon Dieu, je n'ai rien à vous donner… j'étais trop lasse, trop triste…Donne, dis Dieu ! Désir de repos, détachement du bien faire… Donne, dit Dieu…des doutes… Donne… Seigneur, que ferez-vous de ces immondices ?... Le Royaume des Cieux. »

Jésus est celui qui guérit

Jésus est au niveau de ceux qui souffrent, visage de l'humanité douloureuse.

Il va de préférence vers ceux qui ont le plus besoin d'être secourus.

Il offre ses soins divins pour nous guérir de l'intérieur. Le sacrement du pardon a une dimension de guérison. Il a une dimension exorciste, contre ce qui nous emprisonne. Nous avons en nous nos petits démons enfouis. Tout ce qui est mortifère, nous éloigne de la confiance… provient de ces démons.

Jésus rend à l'homme son intégrité : histoire de Bartimée

A l'aveugle de Jéricho, Jésus dit « Que veux-tu que je fasse pour toi ? » « Que je voie ! »

Jésus s'adapte à chacun

Jésus prend en charge toute la personne de façon pédagogique, personnalisée. Jésus prend à part un sourd muet pour lui prescrire un traitement spécial (boue sur les yeux)…Comment vivons-nous nous-mêmes l'approche des souffrants ? Quelle délicatesse ! Jésus discerne en homme libre, décide de son action en toute liberté (guérisons le jour de sabbat). Jésus est souvent « pris aux entrailles », pris de compassion. « Je ne suis pas venu pour juger le monde mais pour qu'il soit sauvé » Marc 9, 20 (enfant épileptique). « Viens au secours de notre manque de Foi ». Combien de fois sommes-nous athées, car Dieu est absent de nos réactions, de nos interventions ?

Jésus attend de nous la foi

Les horizons de son action sont les malades, les exclus…

Malades nous sommes, la faiblesse appelle la tendresse.

Remettre debout, rendre droit, volonté des actes de Jésus. Jésus vient guérir le cœur de l'homme blessé, pour l'amener à réaliser sa magnifique vocation.

Nous avons à reconnaitre notre mal dans la confiance, la simplicité du cœur.

Avoir en soi le désir d'être guéri…est-ce si simple ? Nous avons des choses à lâcher pour cela. Implorons donc cette guérison pour « devenir capables de laisser aller ce qui nous a fait mal » Lytha Basset…

Déposer ce qui est trop lourd, désirer, se reposer pour se disposer à répondre au désir de Dieu, avec confiance persévérante, lâcher prise…

Jésus guérit aussi par les sacrements : la Communion. Nicolas Cabasilas dit : « L'intimité du Seigneur Jésus avec nous est plus profonde que ce que nous pouvons imaginer… quand je communie au corps et au sang du Christ, je deviens consanguin avec lui ».

L'ÂNE AU FOND DU PUITS

Un jour, l'âne d'un fermier est tombé dans un puits.
L'animal gémit pitoyablement pendant des heures, et le fermier se demandait quoi faire.
Finalement, il décida que l'animal était vieux et que le puits devait disparaître.
De toute façon, ce n'était pas rentable pour lui de récupérer l'âne.
Il invita tous ses voisins à venir l'aider.
Tous, ils se saisirent d'une pelle et commencèrent à enterrer l'âne dans le puits.
Au début, l'âne réalisa ce qui se produisait et se mit à crier terriblement.
Puis à la stupéfaction de chacun, il se tut.
Quelques pelletées plus tard, le fermier regarda dans le fond du puits.
Il fut très étonné de ce qu'il vit.
Avec chaque pelletée de terre qui tombait sur lui, l'âne faisait quelque chose de stupéfiant :
Il se secouait pour enlever la terre de son dos et montait dessus.
Pendant que les voisins du fermier continuaient à pelleter sur l'animal, il se secouait, se secouait et montait dessus.
Bientôt, chacun fut stupéfié que l'âne soit hors du puits .....
L'âne se mit alors à trotter !

La vie va essayer de t'engloutir de toutes sortes d'ordures.
Le truc pour se sortir du trou est de se secouer pour avancer..
Chacun de tes ennuis est une pierre qui permet de progresser.
Nous pouvons sortir des puits les plus profonds en n'arrêtant jamais.
Il ne faut jamais abandonner!
Secoue-toi et fonce!

Rappelle-toi, les cinq règles simples à ne jamais oublier, surtout dans les moments les plus sombres.

Pour être heureux / heureuse :

1. - Libère ton coeur de la haine.
2. - Libère ton esprit des inquiétudes.
3. - Vis simplement.
4. - Donne plus.
5. - Attends moins.

Journée diocésaine du 15 novembre 2014 autour des personnes en rupture de couple

CETH DE CAEN

Conférence de Sœur Véronique Margron

1re intervention : **L'échec traversé**

Deux préalables sur le sens de l'échec :

- Sens de la réflexion éthique, morale : pouvoir affronter des dilemmes. La cohérence d'une vie n'est pas une ligne droite, elle se construit. On peut faire du sens, donner une cohérence à sa vie. Cette cohérence n'est jamais donnée d'avance.
  La réflexion éthique c'est ce qui est « com-possible » , c'est mettre ensemble des possibles qui a priori ne sont pas ensemble, c'est dessiner un chemin de possibles à travers des lignes difficiles, un chemin de crête.
- Sens de l'engagement. Etre capable de s'engager, de faire confiance à l'autre, croire que l'on peut orienter son existence. Comment un second engagement peut- il être porteur d'espérance pour nous, pour le corps social, pour le corps écclésial ?

1. Echec, au sens éthymologique

- Echec = rupture par rapport à une situation souhaitée, mésaventure, dommage, effondrement intime intérieur.
- Echec = résulat d'un combat avec une force extérieure, d'une circonstance qui ne vient pas de nous.
  L'échec fait partie de la vie, il nous rend vivant, humain.

2. La réussite

Elle est liée à l'efficacité dans notre société. C'est la capacité à être entrepreneur de sa propre vie. Or l'humain doit composer avec l'incertitude. L'échec introduit un sentiment de dépréciation et amène un sentiment de culpabilité, de mésestime de soi qui rend plus difficile la reconstruction de soi.

3. Le changement

Pour se reconstruire, l'humain doit s'adapter, s'ajuster au changement, à l'intérieur du couple, en soi-même. Comment s'adapter ? s'ajuster ? c'est une question de fond pour la vie des couples. Quel est l'appui sur lequel se reposer pour consentir au changement ? Il faut un lieu de stabilité pour traverser le changement.

4. Qu'espérer apprendre de l'échec ?

- l'échec fait partie de la condition humaine. On peut espérer devenir plus humain, plus vivant à travers l'échec. On peut se rendre compte que nos constructions fantasmatiques nous empêchent de regarder nos limites, de déterminer quels sont nos possibles à nous. On peut quitter suffisamment l'imaginaire pour investir le réel. L'échec peut participer à nous rendre plus libre, à mieux vivre avec soi-même, à surmonter les empêtrements.
- l'échec nous apprend que nous avons besoin des autres pour se relever et reprendre goût à l'existence.

Il existe 3 niveaux dans les besoins fondamentaux de l'être humain :
Les besoins amicaux, amoureux (lieux des grandes joies et des grands chagrins)
La vie sociale
Ce qui donne sens à l'existence : la Foi pour les chrétiens, le travail pour d'autres
L'échec peut intervenir sur chacune de ces 3 sphères. Elles sont reliées les unes aux autres. En cas d'échec dans une de ces sphères, nous sommes fragilisés sur les deux autres.
Il convient de donner du corps à chacune de ces dimensions de notre existence. Les chrétiens ont la chance de croire que Dieu les accompagne dans chacune des dimensions de leur existence.

Pour terminer, une prière du 12e siècle : *« Oh Dieu, éloigne de moi l'idée que je peux tout ».*

2e intervention :

« Se reconstruire avec l'Eglise » ou « Comment dessiner un chemin d'espérance ? »

Comment reconstruire un chemin d'espérance ? quelle espérance nous est possible compte-tenu de ce que nous avons vécu ?

1. Les figures de l'échec dans les textes fondateurs de la religion chrétienne

Le livre de JOB illustre l'idée communément admise que la souffrance qui nous est donnée à vivre est dûe au fait d'avoir péché. C'est l'attitude de l'entourage de Job ; lui se révolte contre cette idée scandaleuse et il dit sa révolte à Dieu. Le livre de Job est une longue plainte. Quand Dieu lui répond, il lui parle de la CREATION. Dieu donne à profusion la Création et ne répond pas aux questions de Job. A la fin du livre, Job est devenu un homme LIBRE qui a rencontré un Dieu LIBRE. C'est cette longue traversée de l'échec qui rend Job libre.

Le Christ en croix : la religion chrétienne illustre que l'échec peut conduire à une victoire, une Renaissance. Le Christ a vécu l'échec de la mort sur la Croix puis il y eut la Résurrection. Le Christianisme est contre la fatalité de l'histoire.

2. Le sens de la souffrance

Le Christianisme ne fait jamais l'apologie de la souffrance. Il faut bannir l'expression « il faut bien porter sa croix » (la place est occupée !!!). La souffrance fait partie de la condition humaine. Vouloir trouver des explications, des justifications à tout est une impasse. Le Salut est donné une fois pour TOUS. Tout est déjà donné.
La question est « comment je fais pour vivre encore, malgré tout ? » Le Christ accompagne toute situation humaine, quelle qu'elle soit. Comment la vie qui reste peut-elle encore avoir du sens ? comment je peux donner du goût , de la densité, de la signification au présent ? Jésus accompagne les pélerins d'Emmaüs. Il se met au pas de l'homme, il marche à sa vitesse.

3. Que signifie « espérer » au sens de la vie chrétienne ?

L'Espérance est une vertu chrétienne, un bon pli de la vie chrétienne. L'Espérance n'est pas l'Espoir, c'est une vertu de l'obstination. L'Espoir a un objet (réussir son examen, avoir son train), l'Espérance n'en n'a pas. On vit dans l'Espérance, ici et maintenant, dans le présent, dans l'ouverture. L'Espérance, c'est croire qu'il y a une brèche, une ouverture dans ce qui est fermé dans mon existence.
Exemples bibliques : la traversée de la Mer Rouge (pour que le passage s'ouvre, il a fallu mettre les pieds dans l'eau, prendre un risque.), les femmes devant le tombeau vide du Christ.
L'Espérance demande que la communauté chrétienne s'ouvre à tous.

J'aime beaucoup ce chant tiré du psaume 139 : *«Je te bénis, mon Créateur, pour la merveille que je suis. »* Oui, je suis une merveille, j'ai du prix aux yeux de Dieu. Son fils Jésus n'est-il pas venu chez nous, dans un corps d'homme, enfanté par une femme ? Et jusqu'où est-il allé pour nous montrer son amour pour nous ?

Vous êtes la prunelle de ses yeux

"Je te loue de ce que je suis une créature si merveilleuse."

(Psaume 139.14)

Pour Dieu, vous êtes une perle de grand prix, une créature merveilleuse. Même lorsque vous vous détestez, que vous êtes fatigué de vous-même et prêt à tout abandonner…, pour le Seigneur vous êtes incomparable. Il vous aime tant ! Vous êtes la prunelle de ses yeux.

Votre Père vous aime simplement parce que vous êtes son enfant.

Si une poussière se pose sur votre lèvre, l'un de vos cheveux, votre doigt, etc. vous ne la ressentirez même pas. Par conséquent, vous ne ferez rien pour enlever cette particule. Par contre, si elle venait à se poser sur la prunelle de votre œil, cela accaparera toutes vos pensées. Un système de défense se mettra automatiquement en place : larmes, clignotement des paupières jusqu'à ce que vous fassiez le nécessaire pour ôter la saleté. Comprenez ceci : vous êtes la prunelle des yeux du Seigneur. Lorsqu'une épreuve vous atteint, cela actionne automatiquement son système de défense. Pour Dieu, vous êtes la partie la plus sensible de son corps.

Nous sommes dans une époque où la valeur d'une personne est liée à ses possessions, son âge, son rang social. J'ai, donc je suis ! Pour les rois, vous êtes le peuple. Pour les présidents, vous êtes un électeur. Pour les stars, vous êtes le public… Mais pour Dieu, vous êtes une perle de grand prix, la prunelle de ses yeux. Le Seigneur a une haute considération pour vous. Vous êtes son centre d'intérêt.

Vous ne pourrez rien faire pour augmenter ou diminuer cette importance à ses yeux. Votre Père vous aime simplement parce que vous êtes son enfant, c'est lui qui vous a créé. C'est pourquoi, partagez-lui votre inquiétude, votre incertitude, votre douleur et vos larmes. A ses yeux, vous avez de la valeur. Il se soucie de vous, bien plus que vous ne l'imaginez. N'en doutez plus !

Une action de grâce pour aujourd'hui

Seigneur, merci de m'aimer tel que je suis. Je te loue de ce que je suis une créature si merveilleuse. Amen.

Texte écrit
par Patrice Martorano

La pensée du jour
WWW.topchretien.com

Je te célèbre ; car je suis une créature merveilleuse

Tes œuvres sont des merveilles. (Psaume 139.14)

Comment devez-vous accepter votre apparence physique ?

1. Avec gratitude.

Aux yeux de Dieu, votre apparence ne définit pas votre valeur.

Remerciez Dieu d'avoir fait de vous une créature unique. Vous n'êtes pas le fruit d'une combinaison génétique aléatoire. Vous êtes quelqu'un d'exceptionnel, conçu par Dieu pour une mission unique. C'est ce qui fait ce que vous êtes !

"C'est toi qui as formé mes reins, qui m'as tenu caché dans le sein de ma mère" (Psaume 139.13). "

Je te célèbre ; car je suis une créature merveilleuse. Tes œuvres sont des merveilles".

Vous n'êtes pas le résultat d'une chaîne d'assemblage comme ces produits standards fabriqués en série.

Le Psalmiste a dit : "

Mon corps n'était pas caché devant toi, lorsque j'ai été fait en secret" (Psaume 139.15).

On ne peut pas s'être soucié davantage de nous ! Voilà pourquoi vous pouvez remercier Dieu de vous avoir créé, examiné avec attention et accepté dans le ciel avant votre naissance.

2. Avec le désir de comprendre Dieu.

Découvrez le plan de Dieu pour votre vie. Vous n'avez pas été conçu pour impressionner les autres ou pour chercher leur approbation. Aux yeux de Dieu, votre apparence ne définit pas votre valeur.

"L'homme regarde à ce qui frappe les yeux, mais l'Éternel regarde au cœur" (1Samuel 16.7).

Commencez à vous voir comme Dieu vous voit. Finalement, son opinion est la seule qui compte. D'ailleurs, "*Ceux qu'il a connus d'avance, il les a aussi prédestinés à être semblables à l'image de son Fils"* (Romains 8.29).

Une action pour aujourd'hui :

Réjouissez-vous ! Dieu n'en a pas fini avec vous, tant qu'il ne vous a pas rendu semblable à son Fils, Jésus.

Texte écrit par Bob Gass

La pensée du jour -WWW.topchretien.com

Le corps dans la religion chrétienne

Introduction à une réflexion

Marie-Christine Bernard

Contribution aux Semaines Sociales – Lyon 2008

Commençons par reconnaître une évidence telle qu'il nous arrive d'en perdre la notion. Le corps, dans sa matérialité physique animée, est ce qui fait que chacun de nous existe ; tout autant corps social : vivant en un temps, un espace et un milieu ; et corps culturel : inséré dans un tissu d'expression de soi. C'est tout un. Car le corps humain n'est pas qu'une entité organique, il est un tout animé par la singularité de l'humain : sa manière propre de se rapporter à lui-même, aux autres, à son environnement. Le corps humain est en interaction permanente, en devenir permanent, caisse de résonance pour ses émotions, livre des traces de son histoire, et raison incarnée, ou inconscient et déraison disent par somatisations l'incroyable mystère qui habite et dépasse la personne. « Je » est un corps. Et cela entraîne deux remarques : le corps nous rappelle, en l'activant de facto, l'unicité de notre point de vue sur le monde ; et c'est par le corps que nous nous reconnaissons exister : si « l'essentiel est invisible pour les yeux » et qu' « il ne faut pas se fier aux apparences », il n'empêche : penser et vivre ces adages, exige d' être passé par un « voir » et des « apparences », pour ensuite reconnaître qu'ils peuvent être trompeurs, et ce pour des raisons que l'on connaît.

Ceux qui croient que Dieu se révèle par la personne de Jésus, les chrétiens donc, sont conduits à porter grande et respectueuse attention au corps. Ce n'est pas accessoire. Ce n'est pas un effet de mode. Et s'il est parfois utile de se laisser rafraîchir la mémoire par des traditions philosophiques autres qu'occidentales, les racines chrétiennes et l'expérience des nombreux mystiques chrétiens devraient amplement nous assurer de cela : sans attention respectueuse au corps (attention faite de bienveillance, de tonicité, de tendresse et de vérité), pas de chemin spirituel possible dans le sillage du Christ. Des Pères du Désert à St Ignace de Loyola, de St François d'Assise à Ste Thérèse d'Avila, des moines et moniales aux chrétiens laïcs contemporains qui avancent dans la foi, tous témoignent que le corps est central, en tant que lieu de vérification, révélateur de ce qui se passe dans le cœur/âme du spirituel, souvent plus vrai dans ses expressions que les discours à prétention spirituelle soigneusement peaufinés par une raison déconnectée du réel.

La foi chrétienne conduit à prendre soin et attention au corps[1].

La première raison est déjà dite : sans corps, pas d'existence, pas de désir, pas de prière, pas d'espérance, pas de foi ni d'amour donc. A hauteur des limites de l'espace et du temps qui nous inscrivent dans l'existence, « Je » est un corps ou n'est pas. Certes, au-delà de ces limites, c'est affaire de croyances. Il se trouve de surcroît que le chrétien croit à la résurrection de la chair[2].

Seconde raison : Dieu a pris chair[3], autrement dit :

[1] p.ex. : 1 Cor 6, 13b
[2] p.ex . : Phil 3,21
[3] p.ex . : Jn 1,14

corps humain. C'est inouï… Ce que Dieu a choisi comme chemin pour se révéler à nous, c'est se faire l'un de nous, c'est de prendre corps dans un corps de femme. Corps social et corps culturel aussi. Comme nous.

Autre raison : Jésus révèle Dieu, sa volonté, son projet de vie en abondance, en des rencontres où il guérit le tout des personnes en guérissant leurs maux corporels : ceux du corps physique[4], comme ceux du corps social[5] ou du corps culturel[6].

Enfin, le corps étant la condition d'existence, il est le lieu qui reçoit le souffle de Dieu, et le corps est temple de l'Esprit[7]. C'est pourquoi tous les (vrais) spirituels chrétiens mènent leur vie selon l'Esprit dans une incorporation de leur prière : physique (les gestes de la prière, la respiration, la détente), sociale (pratique de la charité) et culturelle (expressions multiples de l'amour de Dieu).
Les commentaires qui confondent « corps » et « chair –opposée- à- l'Esprit » ne savent pas lire le Nouveau Testament et ferment la porte à un accueil incarné de la Bonne Nouvelle. L'apôtre Paul, en effet, manie des catégories de pensée qui ne sont plus les nôtres, pour dire ce qui reste vrai : nous devons être libérés de ce qui entrave l'accueil de la joie divine dans nos vies. Or, ce qui entrave cet accueil c'est le péché qui nous traverse de part en part (tête-cœur-corps, ou corps-âme-esprit, ou corps-raison-volonté, cela dépend des systèmes de pensée…). C'est l'esprit de péché que Paul nomme « esprit du monde », ou « chair opposée à Esprit ». En aucun cas, il s'agit du corps qui serait perçu à la fois comme séparé d'une âme et mauvais.
Le corps humain est animé. Et l'Esprit de Dieu prend corps en nous. C'est cela qui nous fait advenir pleinement comme fils et filles de Dieu. Tout mépris du corps entraîne des contre-sens, voire des non-sens dans la compréhension de la Bonne Nouvelle.

Le Christ ressuscité est un corps au sens plein du terme. Son propre corps (ne reconnaît- on pas ses cicatrices ?[8]) et cependant un autre corps (« Ne me retiens pas »[9] ; « Il leur devint invisible»[10]), un corps physique de gloire donnant à l'existence sa pleine dimension d'éternité. Ce que nous serons un jour.

Car notre corps – souffrant et mortel- est le lieu même du salut, créé in fine pour devenir corps de louange à la gloire de Dieu !

Sr Marie-Christine Bernard
Théologienne - Mai 2008

---

4 p.ex. : Lc 4,40 ou Jn 7,23
5 p.ex. : Mt 9,36
6 p.ex. : Mc 3,1-6
7 1 Cor 6, 19
8 Jn 20,27
9 Jn 20,17
10 Lc 24 31b

Nos joies

Après 4 petits garçons, je viens d'avoir une petite fille, LUCIE qui est née le 27 novembre 2015.
Les grands frères ARTHUR et EDOUARD sont très fiers.
Je vous embrasse.

Nicole de Clermont-Ferrand

Nos peines

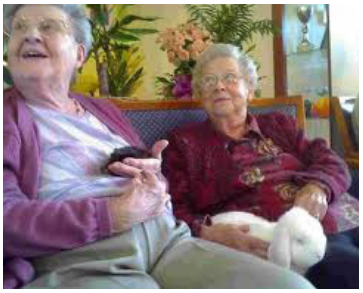
Nous assurons Simone Brugier, de notre compassion après le départ de sa soeur dont elle s'occupait beaucoup.

Vieillir en beauté

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son cœur,
Sans remords, sans regret, sans regarder l'heure,
Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur,
Car, à chaque âge, se rattache un bonheur.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son corps,
Le garder sain en dedans, beau en dehors.
Ne jamais abdiquer devant un effort.
L'âge n'a rien à voir avec la mort.

Vieillir en beauté, c'est donner un coup de pouce
À ceux qui se sentent perdus dans la brousse,
Qui ne croient plus que la vie peut être douce
Et qu'il y a toujours quelqu'un à la rescousse.



Vieillir en beauté, c'est vieillir positivement.
Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan.
Être fier d'avoir les cheveux blancs,
Car, pour être heureux, on a encore le temps.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec amour,
Savoir donner sans rien attendre en retour,
Car, où que l'on soit, à l'aube du jour,
Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec espoir,
Être content de soi en se couchant le soir.
Et lorsque viendra le point de non-recevoir,
Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au-revoir.

Prières

Un corps pour aimer...

Tu m'as donné un corps,
Dieu créateur,
Et je te loue Seigneur
Pour cette liberté,
Pour ce regard donné,
Et ce regard reçu,
Tu m'as façonné Seigneur,
Toi l'Amour infini,
Et je te loue Seigneur,
Pour cette main tendue,
Pour cette tendresse reçue.
Donne-moi Seigneur,
Tous les jours de cette vie,
D'être par mes mains et mon regard,
Etincelle de ton amour,
Porteur d'espérance,
A ceux qui n'ont plus rien,
A qui l'amour n'est plus,
Pour qui ce corps reçu
N'est que peine et souffrance.
Fais de moi Seigneur,
La flamme ténue,
Le regard aimant,
qui donne accès à Toi...

C.H.D.

Seigneur tu m'as donné un cœur

Seigneur, je te remercie pour le corps
que tu as donné à chacun d'entre nous !
Il nous permet d'exister, de parler, d'agir,
d'entrer en relation avec les autres.
Tu ne l'as pas méprisé puisque, toi-même,
tu as pris un corps pour vivre parmi nous !

Merci pour tous ceux qui se servent de ce corps
en vue d'aimer, de travailler, de soigner,
de soulager ceux qui sont atteints dans leur corps
et de faire grandir ton Règne dans le monde !

Pardon pour tous ceux qui abîment leur corps,
et qui blessent, agressent ou torturent celui
des autres !

Donne à chacun un immense respect pour le
corps,
et pour la valeur de la personne
qui ne dépend pas de son physique !

Que nous puissions dire avec toi, Jésus :
« Père, tu m'as donné un corps,
qu'il serve à aimer et agir pour ta plus grande
gloire ! »

Sœur Marie-Luce

Seigneur, apprends- moi à me reposer.
Apprends-moi à laisser les choses en suspens,
A ne pas vouloir régler toutes les affaires
avant de dormir.
Apprends-moi à accepter d'être fatigué.
Apprends-moi à finir une journée.
Autrement je ne saurai pas mourir…
Car il reste encore du travail après moi !
Apprends-moi à accepter de n'être pas Toi

Si regarder en arrière te cause du chagrin
et regarder en avant t'inspire de la crainte,
alors regarde à côté de toi,
"J'y suis!"
Le bonheur te garde gentil
Les épreuves te gardent fort
Les chagrins te gardent humain
Les échecs te gardent humble
Mais seul l'espoir te fait avancer

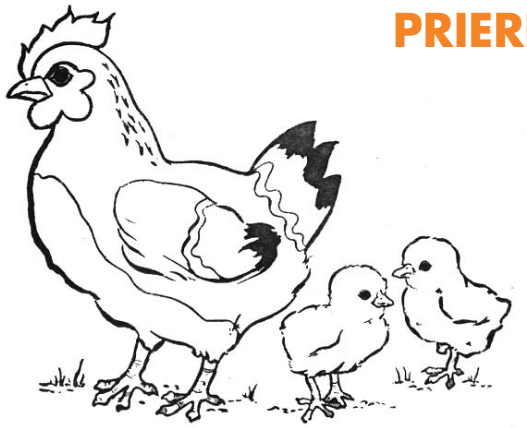
L'amour des hommes de Saint François de Sales

O Seigneur,
avant même que je fusse,
vous me regardiez
et vous m'appeliez par mon nom.
Votre divine bonté
en son amour et sa miséricorde
a tracé pour moi les chemins du salut.
Comme la maman qui va accoucher
prépare le berceau pour son petit,
vous, mon Seigneur et mon Dieu,
vous avez préparé pour moi
le berceau de votre grâce.

Est-il donc possible, Ô mon Dieu
que j'ai été aimé,
si doucement aimé de vous ?
Que vous ayez pu penser à moi
en particulier ?
Que vous ayez inventé toutes ces occasions
de m'attirer vers vous ?
Que vous ayez trouvé tous ces moyens
de me procurer le salut ?

Oui Seigneur, vous m'avez aimé
comme s'il n'y avait pas eu
d'autre âme au monde que la mienne
Car vous pensez à chacun de nous
comme s'il était unique pour vous.
Oui, Seigneur, vous m'avez aimé
et vous avez donné votre vie pour moi !

PRIERE DE LA POULE



Parce qu'il m'arrive de travailler sous la pluie, on parle de poule mouillée.

Parce que je prends soin de mes petits, on me dit mère-poule.

Parce que le danger me fait parfois trembler, on parle d'avoir la chair de poule.

Parce que je cache des trésors, on rêve à la poule aux œufs d'or.

Je suis une pauvre poule. Je n'ai pas le panache de mon frère le coq, ni sa voix claironnante.

Je mène une vie calme et paisible. Je suis besogneuse et rassembleuse.

Je suis toujours occupée. Je n'arrête pas.

Il faut en ramasser des grains, des brins d'herbe et des cailloux pour s'emplir le gésier et atteindre à une certaine efficacité.

Des œufs, avec des beaux jaunes comme le soleil, cela ne se fait pas en criant « lapin ».

Je ne peux oublier que, dès le petit-déjeuner, j'ai tout un monde à bien engager.

Dans les meilleures conditions, je peux élever toute une couvée.

Je rassemble mes petits, je les nourris, je les garde au chaud jusqu'à ce qu'il leur pousse des ailes.

Un jour, Jésus a pensé à moi.

Il était sur le Mont des Oliviers et il regardait sa ville, juste en face. Il était bouleversé.

Il a dit : « Jérusalem, ô ma ville, toi qui tues les prophètes, que de fois j'ai voulu rassembler tes enfants comme une poule rassemble ses poussins, et tu n'as pas voulu ». Et il pleura… (Luc 13, 34)

Que voulez-vous que je vous dise ? Oubliez-moi, mais de grâce, laissez-vous aimer et rassembler…

Gaspard Martin

MERCI POUR LE PRINTEMPS

Merci mon Dieu, pour l'arrivée du printemps !

Au beau milieu du Carême, cela me dit que Pâques va venir.

Les jours allongent. La neige disparaît peu à peu. Le soleil se fait plus vigoureux.

Un oiseau chante. Hier, pendant les vêpres, un chat miaulait. Pour sûr, le printemps s'annonce.

Ce soir, ô Seigneur, je t'ai entendu parler avec la samaritaine. Tu lui disais :

« Quiconque boira de l'eau que je lui donnerai n'aura plus jamais soif ; l'eau que je lui donnerai deviendra en lui source jaillissant en vie éternelle. »

Quelles paroles ! Elles valent bien des heures, des jours, des semaines de méditation.

Je vais les garder en moi pour me préparer à Pâques.

L'eau que tu me donnes devient eau vive, si bien que je n'ai pas à la ménager : je n'ai qu'à la laisser jaillir de mon coeur pour que quiconque le désire, s'en abreuve.

Peut-être verrai-je la source en moi quand les autres viendront s'y désaltérer.

Je doute bien souvent, Seigneur, qu'il y ait une source de vie en moi. Bien souvent,

j'ai peur qu'elle soit tarie, que le puits soit ensablé.

Que le printemps et l'eau que tu me donnes me comblent de joie, ô Seigneur, mon espoir et mon Sauveur. Amen

Henri J.M. Nouwen

RENAISSANCE

Mouvement chrétien de femmes en rupture de couple

Association Loi 1901

Secrétariat National :

Secrétaire : Sabine BLADIER
784, chemin des Mérentiers
13109 SIMIANE-COLLONGUE
sabine.bladier@sfr.fr

http://www.renaissance-femmes.asso.fr/

Abonnement annuel : 16 € pour trois numéros

CCP PARIS 17774 86 F

Atelier Claire Joie - Clarisses Voreppe – Dépôt Légal Mars 2015 - N° 15-351 - *illustrations clarisses reproduction interdite*