

La traversée

Un parcours pour traverser au quotidien la crise de Covid-19 dans la Paix



RECUEIL

des enseignements

Publiés entre le 22 mars et le 28 mai 2020 dans le parcours La Traversée

Préambule

Vous trouverez dans ce document l'ensemble des interventions que nous vous avons offertes pendant *La Traversée* : éditos, parole de Dieu, défis et vidéos.

Le texte des vidéos a été mis par écrit : ce sont des propos oraux, qui n'ont pas de prétention théologique – merci d'en tenir compte dans votre lecture.

Une table des matières figurant en fin de document vous permettra de guider votre lecture en fonction des différents thèmes et intervenants.



Un immense merci à Tinouche, Valérie, Yolaine, Sylvie et Bénédicte, qui ont contribué avec foi et passion à la formalisation de ce recueil.

+ Lionel Dalle

1. DEVANT MOI TU AS OUVERT UN PASSAGE - Lionel Dalle - 22 mars

Cette situation, personne ne l'avait vu venir. Et pourtant, on y est : les mesures de confinement font de nous des « enfermés ».

Pour donner du sens à ce cloisonnement forcé, la clé est de s'ouvrir.

S'ouvrir à soi-même, d'abord. Ce temps est l'occasion de faire le point sur notre vie, de réévaluer nos priorités et d'identifier nos carences. Pour en sortir meilleurs.

S'ouvrir aux autres, ensuite. Parce qu'en période de crise, la solidarité et la fraternité sont les seuls remparts à l'égocentrisme qui menace, et les seuls horizons à l'étroitesse de vue qui menace.

S'ouvrir à Dieu, enfin. Parce que soudain, tout échappe à notre contrôle, auquel nous sommes d'ordinaire si attachés.

Des tempêtes, des épreuves, des situations qu'on croyait parfois insurmontables, on en a tous déjà traversées. Dans la foi, l'espérance et la charité, nous traverserons aussi celle-ci.

Ensemble. Car devant nous, Jésus a ouvert un passage. Celui de l'amour.

David

Parole: « Devant moi, tu as ouvert un passage » (Ps 30, 9).

Défi : appeler quelqu'un pour lui donner 3 pensées positives sur la situation actuelle et l'encourager.

Nous sommes dans notre quatrième jour de confinement, et tous, cette semaine, nous avons été pris de court. Nos vies ont été bouleversées en un instant, nous avons dû nous réorganiser dans l'urgence : trouver un lieu de confinement, changer de lieu, rester sur place... Cela a peut-être été compliqué pour vous. Moi-même, comme prêtre, j'ai été touché : nous nous sommes retrouvés sans fidèles, et ces derniers n'avaient plus de messe. On a dû organiser les retransmissions de messes, et avec mon évêque Mgr Rey, on s'est demandé comment continuer à aider les personnes alors que l'on est isolés en raison du confinement ; on s'est demandé ce que l'on pourrait leur donner qui soit plus que la messe.

On a donc réfléchi à quelque chose qui pourrait nous encourager à traverser cette épidémie, à arriver de l'autre côté : c'est devenu « La Traversée ».

Ce parcours, cette traversée c'est la vôtre, et notre but est de vous soutenir pour vivre VOTRE traversée. Notre idée est de nous dire ensemble on est plus forts. Peut-être êtes-vous croyants, peut-être un peu, peut-être pas du tout : vous êtes tous les bienvenus !

Je vous propose de suivre ce parcours à plusieurs. Soit vous êtes déjà un petit nombre dans votre lieu de confinement, soit vous êtes seul et je voulais vous inviter à trouver d'autres personnes pour pouvoir échanger après avoir vu la vidéo de chaque jour. Cela permet de recréer les liens sociaux qui nous manquent : c'est très riche surtout si l'on est seul en confinement. Commencer ce voyage avec vous, c'est un peu comme embarquer ensemble sur un bateau, sans savoir avec qui on est, et sans savoir comment va se passer La Traversée.

On a cependant deux certitudes.

• La première : une énorme tempête se présente devant nous.

La tempête est énorme, nous en sommes maintenant convaincus. Nous avons plein d'informations : elle est mondiale, les chiffres recensant les malades sont impressionnants... c'est surtout la progression qui est effrayante. Le gouvernement a décrété le confinement, l'économie est considérablement ralentie, les rayons de supermarchés sont vidés à cause de la peur de manquer.

D'un coup, toute notre réalité a basculé. Personne n'aurait pu imaginer cela le 1^{er} janvier de cette année. Toute notre vie est aujourd'hui en question :

- Comment vivre seul, confiné dans son appartement alors que d'habitude on sort, on voit des gens ? Comment vivre en couple confiné, alors que l'on a l'habitude de se battre pour avoir des petits moments ensemble, et que maintenant on est 24 heures sur 24 ensemble ?
- Comment vivre avec des enfants et qu'il n'y a plus d'école ?
- Comment vivre en famille dans un petit espace et que l'on est tout le temps chez nous ?
- Quel sens donner à ce confinement ?
- Comment travailler sans collègues ?
- Comment continuer à vivre ma foi si je suis croyant ?
- Comment vivre dans la paix et la sérénité, si nos proches sont atteints par la maladie et qu'on ne peut les visiter, que ce sera compliqué de les accompagner s'ils nous quittent ?
- Comment faire si moi-même je tombe malade ??

Toutes ces questions sont sans réponse aujourd'hui.

- La deuxième, c'est qu'il y a un passage pour traverser cette tempête.
 - La première raison à cette certitude est humaine : les épidémies ont une fin et ne durent pas éternellement. Une épidémie naît discrètement, se propage, grossit très rapidement, atteint un sommet puis diminue et disparaît. On sait donc déjà, aujourd'hui, que l'épidémie de coronavirus aura une fin ; c'est essentiel de se le rappeler pour lutter.
 - La deuxième raison à cette certitude est d'ordre plus spirituel. Dans la Bible, il y a un verset qui dit : « [...] devant moi, tu as ouvert un passage » (Ps 30, 9). C'est-à-dire qu'il y a un chemin pour moi, et que Dieu est en train de me montrer ce passage.

Le passage le plus étonnant est celui de l'histoire de Moïse.

Elle est écrite dans la Bible (Livre de l'Exode).

Moïse est né en Egypte, il est hébreu, et son peuple est tenu en esclavage. A sa naissance, il manque de mourir noyé, mais il est repêché et élevé à la cour de Pharaon. Devenu adulte, il tue un égyptien et est obligé de fuir dans le désert pour sauver sa vie.

Et c'est dans ce désert qu'il va vivre une expérience qui va le marquer toute sa vie. Il voit au loin un buisson qui brûle, mais qui ne se consume pas. Très étonné, il s'en approche et entend Dieu lui parler. Dieu lui dit : « Moïse, Moïse, j'ai entendu le cri de mon peuple qui souffre et qui est en esclavage. Je t'ai choisi, libère mon peuple. » Moïse va résister. A cinq reprises il répond qu'il ne peut pas le faire. Mais finalement il se laisse convaincre et repart en Egypte.

Il trouve Pharaon et lui demande de libérer son peuple. Pharaon refuse et Dieu envoie dix plaies, dix malheurs successifs. Finalement, Pharaon cède et laisse partir le peuple. Puis il se ravise, prend son armée, se met à la poursuite des Hébreux pour les tuer.

Moïse, parti avec son peuple, se retrouve acculé : devant lui la mer Rouge et derrière lui l'armée de Pharaon, qui arrive sur lui pour les anéantir. Aucune solution. Le peuple voit sa dernière heure arriver, s'adresse à Moïse et lui demande : « C'est pour mourir que tu nous as fait sortir d'Egypte ? » Moïse, ne sachant plus quoi faire, se retourne vers Dieu et crie vers lui : « Dis-moi quelque chose, que dois-je faire ? » Et Dieu parle à Moïse : « Prends le bâton que tu as en main, frappe la mer et j'ouvre un chemin. Tu traverses la mer et je te sauve du péril de la mort. »

Cet épisode est tellement impressionnant que le peuple juif va s'en souvenir dans une fête que l'on appelle la Pâque (en hébreu *pessah*, « passage »). Et chaque année, le peuple juif le revit, il se souvient du moment où Dieu a mis un passage là où il n'y en avait pas, pour sauver son peuple d'une mort certaine. Pour les chrétiens, c'est un peu différent, on vit aussi la Pâque. Pendant

quarante jours, on se prépare pendant un temps appelé le carême, et l'on revit ensuite la Pâque de Jésus, qui est le moment où Il meurt, est enseveli et ressuscite le troisième jour. Jésus est mort, en offrant sa vie pour nous, afin d'ouvrir un chemin face au mur le plus infranchissable qui soit et qui est celui de la mort. Pour nous ouvrir ce passage vers la vie éternelle, Jésus est mort et ressuscité. Il a mis un chemin entre la terre et le ciel pour nous permettre de rejoindre Dieu et de vivre auprès de lui dans la vie éternelle après notre mort.

Ce parcours est un passage, une Traversée.

Nous vous proposons de le vivre ensemble - en nous soutenant les uns les autres - de le vivre avec Dieu si l'on est croyant et de traverser ensemble cette épreuve de l'épidémie et du confinement. On vous fait la promesse d'être avec vous jusqu'à ce que le confinement prenne fin, on ne sait pas quand, mais cela arrivera.

Voulez-vous vivre cette Traversée avec nous?

Chaque jour, il y aura un petit exercice à faire. Aujourd'hui, j'aimerais que vous vous rappeliez un moment difficile dans votre vie où vous avez traversé une tempête. Ce n'est pas forcément quelque chose d'incroyable, c'est un temps où vous avez été tenté de jeter l'éponge, d'abandonner. Les questions à vous poser : que s'est-il passé à cet instant-là ? Comment avez-vous réussi à le traverser et comment en êtes-vous là aujourd'hui ? Quelles ressources avez-vous mobilisées ? Quelles sont les personnes qui vous ont aidés ? Peut-être des amis, peut-être Dieu ? Quels sont les signes qui vous ont été donnés montrant que vous n'étiez pas seuls ? Je vous invite à faire mémoire de tous ces aspects et à identifier ce qui vous a aidés.

J'aimerais aussi que vous vous demandiez avec qui vous avez envie de faire cette Traversée ?

C'est important de ne pas être seul. Cela peut être tout simplement les deux ou trois personnes qui vivent en confinement avec vous, ou peut-être vous pourriez inviter quelqu'un d'autre à regarder la vidéo et à en discuter de temps en temps.

Je voudrais terminer par une prière et j'aimerais que vous vous sentiez tout à fait libre.

Peut-être n'êtes-vous pas croyants, pas à l'aise avec la prière : il n'y a aucun problème. Mais si vous le souhaitez, vous pouvez vous joindre à moi en ouvrant votre cœur. Prier c'est tout simplement parler à Dieu, lui présenter vos demandes. Moi-même, je vais prier pour appeler la bénédiction de Dieu sur vous, sa protection.

« Seigneur Jésus, je voudrais te prier pour toutes les personnes qui m'écoutent, dans le Var, en France, dans le monde. Nous sommes tous plongés dans cette épreuve de l'épidémie et nous ne savons pas ce qui va se passer, ni comment nous allons la traverser. Jésus, je viens te demander ta force, de mettre devant nous un passage, un chemin pour chacun d'entre nous, de venir nous montrer ce chemin. Merci pour cette belle parole que tu nous as donnée dans le psaume et qui nous rassure : "Devant moi tu as ouvert un passage." Seigneur, je voudrais te prier pour tous les malades – dans les hôpitaux ou chez eux, seuls –, mais aussi pour les médecins, infirmières, personnel soignant... Viens leur donner la force, la protection, la santé. Je voudrais te prier pour chacun d'entre nous, croyants ou non croyants, que nous sentions ta présence auprès de nous dans ces moments difficiles. »

2. TENIR LE CAP - Lionel Dalle - 23 mars

Voilà, nous avons largué les amarres – et nous sommes près de 3 500 à bord de notre arche! Merci d'avoir posé un acte de confiance et d'espérance en embarquant dans cette Traversée.

Mais si l'embarquement était la première étape, indispensable, un nouveau défi se présente à nous dès aujourd'hui : tenir le cap.

Pour arriver à bon port, il y a plusieurs options : suivre une étoile comme les Rois Mages, suivre une boussole comme Magellan, suivre la route comme Jack Kerouac... Suivre son instinct, aussi, parfois. Suivre son cœur, toujours.

Dans notre Traversée, ce n'est pas tant la destination qui compte : c'est ce que nous allons vivre, ce que nous allons (re)découvrir, sur nous-mêmes et sur le monde, qui fera toute la beauté et la richesse du voyage.

C'est donc notre engagement personnel dans ce parcours qui nous permettra de tenir le cap ensemble. Soyons fidèles à notre rendez-vous quotidien, attentifs aux enseignements, engagés dans les défis proposés : en bref, jouons le jeu. Vous verrez, nous y gagnerons tous beaucoup. David

Parole: « Même si je traverse les ravins de la mort, je ne crains aucun mal » (Ps 22, 4).

Défi : envoyer une carte postale à une personne seule ou en maison de retraite. L'astuce depuis son domicile : créer sa propre carte à partir de ses photos ou images préférées grâce à des applications pour smartphone (Fizzer, Popcarte...).

C'est notre deuxième jour ensemble pour cette traversée. Hier, je me suis appuyé sur le verset de la Bible : « *Devant moi, tu as ouvert un passage* » (Ps 30, 9). Mon but était de vous ouvrir à un horizon nouveau, vous faire regarder plus loin, au-delà de la tempête.

J'aimerais vraiment partager avec vous cette conviction qu'il y a un chemin pour traverser cette tempête.

Il y a trois niveaux:

- Humain. Les épidémies ne durent pas éternellement, il y a le calme après la tempête. Il y a eu un "avant" cette épidémie et il y aura un "après".
- L'expérience. Relire dans mon histoire les moments de tempête. Voir comment je les ai traversés, et apprendre de ces expériences pour ancrer en moi la conviction que je peux le faire, que je sais le faire, que je l'ai déjà fait. Cela prend du temps de traverser une tempête, mais Dieu sait ce qu'il fait.
- La foi. C'est sans doute le niveau le plus puissant et le plus consistant. C'est l'idée de ce verset : « Devant moi, tu as ouvert un passage. » Je me suis arrêté sur la figure de Moïse, qui s'est laissé guider dans la foi : le fait que Moïse emprunte ce chemin permettra à tout le peuple hébreu de vivre cette traversée. C'est la même chose pour nous : si nous croyons que Dieu a mis pour nous un passage, beaucoup d'autres seront incités à entrer dans cette démarche. Cela donne la paix.

Aujourd'hui, mon but est de vous fortifier dans cette idée que Dieu a préparé pour vous un passage.

La première attitude clé est de savoir garder la bonne direction.

Dans une tempête, l'instrument important est la boussole, qui indique toujours le nord... à la différence de la girouette. Ce que nous voulons, c'est rester stables et ne pas être déstabilisés, par les événements du monde qui nous agitent intérieurement. Au contraire, nous voulons garder notre

boussole intérieure afin de garder notre cap. Notre boussole est ce verset 9 : « Devant moi, tu as ouvert un passage. »

Vivre avec cette idée que Dieu a préparé un chemin, sans quoi cela change complètement notre façon de vivre ce temps d'épidémie. Le premier effet de cette certitude en nous influera sur nos sentiments, notre affectivité. Cette certitude nous fera passer de la peur, de l'angoisse, de l'inquiétude, de l'agitation à la paix, à la sérénité, à la confiance qui sont les signes de Dieu.

Saint Ignace (fondateur des Jésuites au 16^e siècle) dit : « On ne change pas ses bonnes résolutions, ses bonnes habitudes dans la tempête. » La difficulté pour nous, c'est que tout est bouleversé extérieurement : raison de plus pour développer une stabilité intérieure et la certitude que nous allons pouvoir traverser cette épreuve. Toutes nos habitudes sont changées, nous devons donc les recréer : notre rythme de vie, de travail, de vie à la maison, de détente, de prières...

Je vous propose que notre première habitude soit la conviction intérieure : je vais pouvoir traverser. On va en créer d'autres au fur et à mesure.

Par où commencer pour arriver à retrouver cette paix intérieure ?

Trois choses à faire :

- S'observer, regarder quelles sont les pensées qui vont et viennent en moi. Je suis incapable de contrôler l'éclosion, la naissance de ces pensées. Mais je suis responsable de ce sur quoi je peux me concentrer : il faut donc opérer un discernement. Quelles sont les pensées que je veux nourrir et quelles sont celles que je veux chasser, éliminer, restreindre ? Une fois identifiées, je nourris les bonnes pensées celles qui me donnent la paix et j'essaie de contrecarrer les mauvaises celles qui créent en moi de l'inquiétude. On peut reprendre la figure de Moïse. Comment la vie de Moïse me parle-t-elle, comment je peux apprendre de sa vie ? Lire le Livre de l'Exode, chapitre 1 à 15 : première moitié de la vie de Moïse. Je vous propose de faire attention à trois événements : la naissance et le sauvetage de Moïse, le buisson ardent, La Traversée.
- Relire ma vie et voir les difficultés que j'ai traversées. Comment les ai-je gérées ? Qu'ai-je appris sur moi, sur Dieu, sur les autres ? Comment cela me donne-t-il confiance pour aujourd'hui ?
- Garder dans mon cœur une parole de Dieu. Aujourd'hui je vous propose une autre parole : « Même si je traverse les ravins de la mort, je ne crains aucun mal [...] » (Ps 22). La répéter pour qu'elle entre dans mon cœur et diffuse en moi la paix de Dieu.

« Seigneur Jésus, je te prie pour toutes les personnes qui m'écoutent aujourd'hui, dans le Var, en France, dans le monde, pour toutes ces personnes qui sont plongées dans l'épreuve de cette épidémie. Je te prie particulièrement, Seigneur, pour ceux qui sont seuls, et pour ceux pour qui le confinement est difficile parce que leur lieu de confinement n'est pas facile et que le vivre-ensemble est compliqué. Je te demande vraiment de venir les aider. Je te prie aussi pour tous les malades, spécialement pour ceux qui sont gravement atteints, ceux qui sont dans les hôpitaux et pour ceux qui sont seuls. Je te prie pour tous les soignants, médecins, infirmières, aides-soignants ... tous ceux qui se dévouent et qui prennent des risques pour leur vie. Seigneur viens les protéger, viens les fortifier. Je te prie aussi pour chacun d'entre nous, donne-nous la paix de savoir que nous avons un chemin, que tu es avec nous pour traverser cette épreuve. Viens nous le montrer jour après jour. »

3. COMMENT TENIR BON: LA VERTU DE FORCE - Lionel Dalle - 24 mars

« Les Français doivent rester forts », entend-on à l'envi dans les médias. D'accord – mais être fort n'est pas donné à tout le monde... Et quand on ne l'est pas, comment le devient-on? La force physique s'acquiert par l'exercice régulier du corps : il en va de même pour la force mentale – si précieuse en ces temps d'affliction. L'épreuve nous forge, c'est un fait : « ce qui ne nous tue pas nous rend plus forts ».

Être fort, c'est d'abord refuser de céder à la peur : c'est accueillir ce sentiment – somme toute très naturel – pour le transformer, le sublimer, jusqu'à en faire un catalyseur. C'est ensuite avoir le courage, l'audace de faire face, dans la posture comme dans les actes. Accepter le combat, et refuser la fuite : on devient fort en agissant. C'est enfin savoir s'adapter, se réinventer en permanence. Plier sans rompre, pour mieux se redresser ensuite. Et persévérer, sans céder au découragement.

« Lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort », écrivait saint Paul aux Corinthiens. Conscients de nos faiblesses, nous sommes plus forts que nous le croyons. Osons nous le prouver. David

Parole: « C'est dans le calme et la confiance que sera votre force » (Is 30, 15).

Défi : avant de partir faire vos courses, déposer un mot ou appeler un voisin pour lui demander s'il a besoin de quelque chose.

Aujourd'hui nous allons voir une vertu absolument nécessaire pour maintenir le cap : la force. Dans le Livre du prophète Isaïe au chapitre 30 verset 15 : « C'est dans le calme et dans la confiance que sera votre force. » La force dont je parle est la force intérieure. Elle est synonyme de courage, c'est une vertu humaine : une disposition intérieure, une capacité qui se cultive et s'acquiert par une série de petits pas, d'efforts répétés qui s'impriment en moi. Et au fur et à mesure, je vais devenir de plus en plus fort intérieurement, et je développe l'aptitude d'accomplir ce que j'ai envie de faire. Je deviens comme j'agis.

La force est une vertu qui nous aide à lutter.

Elle a deux dimensions complémentaires :

- Affronter. C'est ce qui permet de me lancer, d'entreprendre. C'est la capacité à affronter l'obstacle qui est devant moi. C'est le contraire de la fuite ou de la procrastination.
- Tenir bon. C'est persévérer, ne pas lâcher, finir. Dans une course, il ne s'agit pas de bien partir, mais il faut aussi aller jusqu'au bout. Si bien partir est la première moitié de la vertu de force, tenir bon, courir toute la course, c'est la deuxième dimension.

La force nous permet de gérer notre peur qui est liée à notre affectivité.

Elle nous donne la possibilité de nous tenir entre deux extrêmes :

- La peur qui envahit tout. Cette situation entraîne deux réactions qui m'empêchent de raisonner, de réfléchir et de combattre : soit la paralysie, l'immobilisme, soit la fuite, la panique.
- L'absence de peur. Soit je ne la ressens pas, soit je n'en tiens pas compte, je fais comme si elle n'existait pas : cela s'appelle la témérité. Celle-ci est une attitude qui consiste à mettre en danger inutilement sa vie parce que l'on n'entend pas le signal du danger, on n'en prend pas conscience. Par exemple : le coronavirus, c'est juste une grippette.

La peur est utile, car elle nous alerte du danger. Mais elle ne doit pas diriger ma vie. C'est mon intelligence et ma volonté qui vont me faire choisir ce qui est bon pour moi. La force me permet de prendre en compte ma peur et de me tenir à mi-distance entre la panique, l'immobilisme et la témérité qui m'empêche de voir le danger.

Et vous, dans votre réalité, votre vie, votre journée?

Observez-vous avec calme, grâce à votre boussole intérieure. Posez-vous la question : « Qu'est-ce que j'ai à faire ? » Puis mettez-vous à l'œuvre en étant à ce que vous devez faire : sans témérité, sans fuite, ni panique. C'est-à-dire considérer mon quotidien et ma mission.

Dans ce confinement, nous sommes tous dans des situations très différentes. Je pense à tous ceux qui sont soignants dans les hôpitaux, qui sont comme sur le front de la guerre contre le coronavirus, et qui affrontent très courageusement ce virus. Cela demande du côté des soignants un grand calme intérieur et un grand courage. Je voulais vous dire toute mon admiration et combien je prie pour vous et pour que vous soyez protégés. Tout autre situation : je suis une mère de famille. Ma difficulté peut être liée à la difficulté que l'on aura à faire l'école chez soi. Tout concilier peut être vécu comme une source d'angoisse : avoir tous les enfants à la maison, faire les courses et télétravailler. Ou bien je suis dans le cas où j'ai beaucoup de temps et je me demande qui et comment aider autour de moi : n'hésitez pas à regarder les défis que l'on vous propose chaque jour et qui sont des idées pour vous tourner vers les autres.

Il y a quelque chose que tout le monde peut faire, c'est appeler une personne qui est seule et prendre de ses nouvelles, lui remonter le moral. Nous avons besoin de tout le monde et tout le monde est utile.

Si vous avez du temps, ne le gaspillez pas.

Si vous pouvez agir, agissez.

Si vous êtes croyants, priez.

Avec cette question: comment prendre soin les uns des autres avec force et courage?

« Seigneur Jésus, je te prie pour toutes les personnes qui m'écoutent aujourd'hui, dans le Var, en France, dans le monde, pour toutes ces personnes qui sont plongées dans l'épreuve de cette épidémie. Je voudrais prier tout spécialement pour ceux qui sont malades, seuls chez eux ou dans les hôpitaux. Je voudrais prier pour ceux qui les soignent, pour les médecins qui ont besoin de cette force intérieure et extérieure pour affronter cette épidémie. Je demande sur eux ta protection et sur chacun d'entre nous. Je te prie aussi pour ceux qui sont tentés par la panique et habités par la peur. Merci pour cette parole : "C'est dans le calme et la confiance que sera votre force." Nous te demandons la grâce de rester calme, de ne pas céder à la panique, et de faire ce que l'on a à faire aujourd'hui. »

4. AVEC MARIE, DONNER SON OUI – Benoît Moradei - 25 mars

« Femme bénie entre les femmes », « porte du Ciel », « cause de notre joie »... Les litanies qui lui sont dédiées distinguent pas moins de 92 vocables pour invoquer la Vierge Marie! Mais parmi tous ces qualificatifs, si je devais n'en retenir qu'un seul, celui qui résume tout, ce serait « mère de tous les hommes ». Car Marie, c'est avant tout cela : une maman.

Comme une maman, elle a donné la vie – sa vie, même – en disant « oui » au projet de Dieu. Elle est confiance.

Comme une maman, elle a été là pour son fils, jusqu'au bout de son agonie – et même ensuite, veillant sur les piliers de l'Église naissante. Elle est *fidélité*.

Comme une maman, surtout, elle a aimé – son époux, son fils, les apôtres... Le monde. Et elle l'aime encore aujourd'hui, ce monde, comme en témoignent les grâces qu'elle accorde à ceux qui ont recours à elle. Elle est *amour*.

Confiance, fidélité, amour : autant de qualités mariales que nous devons faire nôtres dans l'épreuve, avec la certitude que nous ne sommes pas seuls sur le chemin. Marche avec nous, Marie. David

Parole: « Voici la servante du Seigneur; que tout m'advienne selon ta parole » (Lc 1, 38).

Défi : en ce jour de l'Annonciation, allumer une bougie sur le bord de sa fenêtre, à 19h30, en confiant à Marie tous ceux qui luttent contre cette épidémie : malades, soignants, chercheurs... L'astuce sans bougie à portée de main : disposer la lumière de son smartphone sous un verre.

Aujourd'hui, pour l'Eglise catholique, c'est une grande fête : l'Annonciation. C'est le jour où Marie reçoit une annonce, un message de Dieu, qui lui dit qu'elle va devenir la mère du Sauveur. L'Eglise a choisi cette date, car elle se situe juste neuf mois avant Noël. C'est déjà donc un peu la lumière et l'espérance de Noël qui brillent aujourd'hui.

Dans la Bible, le récit de l'Annonciation se trouve au chapitre 1 de l'Evangile selon saint Luc.

Voici le résumé : un ange apparaît à Marie, qui est confinée chez elle à Nazareth. Cet ange s'appelle Gabriel, ce qui veut dire en hébreu « Force de Dieu ». Cet ange lui dit exactement : « Je te salue Marie pleine de grâce », en latin Ave Maria. C'est le début de notre prière du Je vous salue Marie. Pour situer le texte, il faut avoir en tête que Marie est une toute jeune fille de quinze ou seize ans, dans un village perdu sur les collines de Galilée, au nord d'Israël, bien loin de la capitale. Loin aussi des axes principaux routiers de l'époque. Rien ne prédispose Marie à un grand avenir. Elle est invisible aux yeux des hommes... mais pas aux yeux de Dieu. Gabriel poursuit : « Sois sans crainte Marie, car tu as trouvé grâce auprès de Dieu. Voici que tu vas concevoir et enfanter un fils. Tu lui donneras le nom de Jésus, il sera grand, il sera appelé Fils du Très-Haut. » Imaginez la stupéfaction de Marie. Elle n'avait pas prévu cela pour elle. Elle a, comme tout le monde, des projets. Elle est fiancée à Joseph et veut donner sa vie à Dieu. Et voilà que quelque chose qui est totalement imprévu s'inscrit dans sa vie. Alors, elle pose légitimement la question : « Comment cela va-t-il se faire, puisque je ne connais pas d'homme ?» Elle n'est pas mariée, mais fiancée à Joseph. Gabriel lui répond : « L'Esprit Saint viendra sur toi, et la puissance du Très-Haut te prendra sous son ombre. D'ailleurs ta cousine Elisabeth, qui est âgée et était stérile, a conçu aussi un fils dans sa vieillesse et elle en est à son sixième mois. Car rien n'est impossible à Dieu. » L'ange invite donc Marie à faire confiance. C'est une invitation et non une obligation, Marie a le choix. Mais si Marie fait confiance, Dieu qui peut tout, va la conduire et agir en elle, à travers elle.

Personnellement ce texte me parle beaucoup parce que je vous avoue que, au début du confinement, j'ai été un peu perdu. J'avais l'impression que tous mes projets, tous mes engagements, tous mes programmes s'effondraient. Et je pensais que je ne pouvais plus accompagner mes paroissiens comme je le voulais. Je me suis vraiment demandé : « Comment vais-je faire ? » Alors la réaction de Marie à cette invitation à la confiance, m'a beaucoup aidé. Marie répond : « Voici la servante du Seigneur, que tout m'advienne selon ta parole. » La plus grande disponibilité c'est le oui, le oui à l'inconnu. Je te fais confiance Seigneur, j'ai confiance en toi,

tu guides ma vie. Je te suis, je traverse l'inconnu avec toi. Et l'ange qui a appelé Marie entend cette réponse : Oui. Elle accepte l'abandon dans ce qu'elle ne connaît pas. Non pas en comptant sur ses propres capacités, mais sur la parole et la promesse de Dieu.

Quand on voit cela, on pourrait se dire : « Moi, je ne suis pas comme Marie. J'ai du mal à dire oui, j'ai du mal à lâcher prise. » En fait, on se sent plus proche d'autres personnages que l'on trouve dans l'histoire ou dans la Bible. Je pense à Moïse, dont on a déjà parlé, lorsqu'il reçoit sa vocation devant le buisson ardent. Dieu lui demande d'aller libérer son peuple. Moïse va alors batailler avec Dieu et lui donner pleins d'objections : qui est-il pour recevoir une telle responsabilité ? Comment va-t-il faire ? Il n'est pas capable, personne ne va l'écouter, il ne sait même pas parler en public ! La dernière objection est la plus incroyable. Moïse dit à Dieu qu'Il ne peut pas lui demander ça, qu'Il envoie qui Il veut, mais pas lui ! Moïse se bat avec l'appel de Dieu, mais il finit par dire oui et est devenu le grand pasteur, le grand berger qui a fait traverser la mer Rouge à son peuple.

Eh bien, que je ressemble à Marie ou à Moïse, ce qui importe, c'est de lâcher prise, de faire confiance et de dire : Oui.

Ce qui est magnifique chez Marie, c'est que, peut-être, elle ne se tend pas, ne se raidit pas. Elle a sûrement des questions, des inquiétudes et probablement même des peurs. Mais elle accepte de faire un pas dans l'inconnu. Au début de ce confinement, j'ai vu que je ne pouvais pas faire autrement que d'avancer : j'ai finalement lâché prise, j'ai décidé de faire confiance, de dire oui. Il est probable qu'il y ait des choses à la fois douloureuses mais belles aussi qui jaillissent de cette situation. Marie peut nous montrer le chemin de la confiance, du courage, de l'humilité : oui, je me lance dans La Traversée, oui, je m'avance vers l'inconnu. Marie peut nous encourager à nous dire qu'il y a un chemin, à croire que c'est possible de vivre une telle situation, celle que nous affrontons tous en ce moment.

Ma question serait : « A quoi dois-je consentir aujourd'hui ? »

Ce peut être assez différent pour chacun. Consentir à des contraintes inédites : ne plus pouvoir sortir quand je veux ; ne pas être seul, ou au contraire être seul ; être au chômage technique ; avoir mes enfants avec moi ; ne plus aller au travail ou au contraire devoir aller au travail alors que j'ai des appréhensions... Si vous n'êtes pas trop croyants, vous pouvez vous dire : « Quel oui dois-je donner ? A quoi dois-je consentir pour avancer ? » Même si j'ai du mal à croire en Dieu, Marie peut être vraiment un modèle dans cette démarche. Si vous êtes croyants ou en chemin, demandez simplement à Marie de vous aider à dire oui. Nous le disons aussi dans le Notre Père : « que ta Volonté soit faite. » Demandez-vous à quoi devez-vous dire oui aujourd'hui. Sans penser à demain, à l'après-confinement. On avance pas à pas, humblement. Pour vous aider, vous pouvez apprendre et répéter cette phrase de Marie : « je suis la servante du Seigneur, qu'il me soit fait selon ta parole », ou « me voici Seigneur, qu'il me soit fait selon ta parole ». Ou encore cette parole de sainte Faustine : « Jésus, j'ai confiance en toi ».

Prière à Jésus par Marie: « Marie, je te prie pour tous ceux qui m'écoutent dans le Var ou partout dans le monde. Je te confie les malades, et pas seulement ceux qui sont atteints du Covid-19, mais tous les malades en situation difficile (malades du cancer, maladies chroniques, porteurs d'un handicap). Je te prie pour les soignants et pour leurs proches, pour tous ceux qui sont exposés au virus par leur travail. Marie, protège-les, intercède pour eux, et sois la consolation de ceux qui sont seuls et désemparés. « "Je vous salue Marie, pleine de grâce, le Seigneur est avec vous". »

5. LA GRATITUDE - Lionel Dalle - 26 mars

Nos parents nous les ont tous rabâchés: « s'il te plaît », « pardon », « merci ». Trois mots magiques qui composent – avec « bonjour » et « au revoir » – le socle de toutes nos interactions sociales, et que nous avons pourtant parfois du mal à dire... Surtout le dernier...

Or, il est important, ce *merci* : il est capital, même, car il nous fait sortir de nous-mêmes et tendre un pont vers l'autre. Dire *merci* à quelqu'un, c'est reconnaître son apport dans notre vie, c'est donner du sens à son existence dans la nôtre, à travers la nôtre. C'est lui faire un présent, lui rappeler qu'il a de la valeur pour nous.

Alors on dit *merci* au boulanger pour sa baguette, *merci* à celui qui nous offre un cadeau, *merci* à qui nous accueille à sa table... Mais à Dieu, on lui dit quand ?

Dieu, on lui demande *pardon* en confession ; on lui dit *s'il te plaît* dans la prière ; mais les *merci*, on les oublie souvent – moi le premier, et pourtant croyez-moi, il y aurait matière !

Parce que tout ne nous est pas acquis, parce que tout ne nous est pas dû, et pour recevoir comme elles le méritent les belles choses de la vie, grandes ou petites, laissons dans nos cœurs une place pour la gratitude. Une grande place. S'il vous plaît (3)

David

Parole : « Je suis plein de gratitude envers celui qui me donne la force, le Christ Jésus notre Seigneur » (1 Tm 1, 12).

Défi : noter 3 belles choses de sa journée. En cas de feuille blanche ou d'envie de changement dans sa vie, regarder sur YouTube la vidéo « Le miracle de la gratitude » épisode 1, du père Lionel Dalle.

Cela peut paraître curieux d'aborder le thème de la gratitude dans la période que nous vivons actuellement. J'ai choisi ce thème, car la gratitude est une attitude très belle à vivre. Très belle quand tout va bien, mais très utile quand la situation est difficile.

Les effets de la gratitude sont nombreux, profonds, durables... incroyables.

Il y a beaucoup d'études scientifiques qui ont étudié les effets bénéfiques de la gratitude sur les personnes.

- Il y a des bienfaits pour notre corps, des bienfaits somatiques. C'est bon pour notre cœur, pour le diabète ... également pour le sommeil : les personnes qui font un petit exercice avant de s'endormir, par exemple se souvenir de trois bons moments de la journée, auront un sommeil plus long et plus profond. C'est bon aussi contre le vieillissement. Il y a même des études qui montrent que la gratitude allonge notre durée de vie.
- Des bienfaits pour notre mental, nos sentiments. Elle diminue le stress, l'anxiété, la tristesse. Elle procure la joie et le sentiment de plénitude intérieure.
- La gratitude est aussi excellente relationnellement puisqu'elle favorise l'attention aux autres, la bonne ambiance entre les personnes et au sein du couple.

Personnellement, la gratitude m'a beaucoup aidé à apprécier ma vie telle qu'elle est aujourd'hui. J'avais tendance à me projeter dans l'avenir, alors que ma vie aujourd'hui est déjà super. La gratitude a été un appui dans mes moments difficiles.

Avant d'aller plus loin, une petite histoire qui se passe en 2009 aux USA. Dans un restaurant, un couple se lève pour payer son repas, et le serveur leur dit que les personnes qui viennent de partir l'on déjà fait! Stupéfaits de tant de gentillesse, ils décident de faire la même chose. Et cette chaîne va durer plus de cinq heures : les gens ont payé les uns pour les autres sans se soucier du prix, en

laissant même des pourboires importants. Simplement parce qu'ils ont été touchés par un acte de bonté, ils sont dans la gratitude et ont envie de rendre.

Qu'est-ce que la gratitude ?

C'est la réponse à un bienfait, et c'est un acte en trois étapes :

- R comme reconnaître : étape qui se passe dans ma tête. C'est faire mémoire, se souvenir d'un bienfait que j'ai reçu. Le passé est sollicité.
- R comme ressentir : étape qui se passe dans mon cœur. C'est éprouver de nouveau l'émotion, les sentiments ressentis à ce moment-là : la joie, la reconnaissance, la surprise, l'étonnement face au cadeau que j'ai reçu. C'est plutôt une étape du présent.
- R comme remercier : symbole de la main qui agit. C'est une étape de la volonté, dire merci, car j'ai eu de la chance de recevoir ce bienfait.

La gratitude est donc vraiment une attitude complète qui touche les trois instances de l'être : son intelligence, son affectivité et sa volonté.

C'est bien sûr plus simple d'être dans la gratitude quand tout va bien. Mais ce n'est pas le cas aujourd'hui.

On peut être dans la gratitude quand ça va mal, c'est possible!

Attention, ne pas être dans la gratitude pour ce qui va mal, mais dans ce qui va mal. On ne va pas être dans la gratitude pour le coronavirus, mais on peut être dans la gratitude, même dans ce temps d'épidémie. Il y a une stratégie.

Prendre conscience que, dans ma vie, je vis successivement des moments faciles et des moments difficiles, des moments agréables et d'autres désagréables, des moments qui sont plutôt dans la lumière et d'autres plutôt dans l'ombre. Ces périodes se succèdent à un rythme qui leur est propre. Personne n'a une vie toute noire, entièrement dans l'obscurité, dans la tristesse. Et personne n'a une vie entièrement dans la lumière, entièrement facile. Cela n'est pas possible, cela n'existe pas.

La stratégie est donc de se souvenir des bons moments pour tenir en toutes circonstances.

Saint Ignace, fondateur des Jésuites (16ème siècle), parle aussi de cela dans la vie spirituelle. Dans celle-ci, il y a des moments de consolation où le Seigneur est proche de nous, nous sentons sa présence, notre âme a comme un élan vers Dieu. Et puis il y a des moments de désolation, arides, avec des preuves. Saint Ignace dit que ces moments alternent comme les saisons. Et il nous conseille d'accumuler des forces en bonne saison, pendant que c'est l'été, et de vivre sur nos réserves quand c'est l'hiver... en sachant que l'hiver se terminera un jour.

Cette capacité à vivre dans la gratitude est très utile. En effet, naturellement, notre mémoire favorise les mauvais souvenirs. Cela remonte aux temps préhistoriques où, pour survivre, il était nécessaire de mémoriser très vite ce qui était dangereux, ce qui faisait mal, pour l'éviter et se sauver. Aujourd'hui, cela ne nous est pas très utile. Donc, il va falloir travailler la capacité inverse qui est peut-être moins spontanée : ne garder que le meilleur, le retenir et y revenir.

Ce sur quoi on se concentre grandit.

Si je me concentre sur ce qui va mal, je déprime. Si je me concentre sur ce va bien, je reprends des forces. Pour cela je vous conseillerais de ne pas abuser des informations télévisées : c'est bien d'être informé, mais cela n'est pas utile de passer des heures durant à apprendre toutes les mauvaises nouvelles, car cela va nous rendre complètement angoissés.

Aujourd'hui, l'exercice va être de faire une liste des meilleurs moments de ma vie.

Tout le monde en a, et on en a souvent beaucoup plus que l'on se l'imagine. Une fois les moments retrouvés, on va faire l'exercice de les ressentir de nouveau dans son cœur. Remercier pour la chance que j'ai eue de vivre ces situations. Peut-être remercier les personnes qui m'ont permis de vivre ces instants, peut être remercier Dieu, la providence... et ressentir la plénitude de ces moments.

Allons-y. On laisse apparaître dans son cœur un moment : « Avec qui et où étais-je ? Que se passait-il ? Qu'est-ce que j'entendais ? Et qu'est-ce qui a fait que ce moment est un heureux moment pour moi ? Comment me suis-je senti ? » Vous pouvez maintenant ressentir à nouveau ce moment : était-ce de la joie, de l'émerveillement, de la gratitude ?

Vous pouvez faire apparaître maintenant un deuxième moment. Et vous pouvez vous dire : « J'ai de la chance, ma vie est belle. » Cela peut être une naissance, quelque chose que vous avez réussi, un moment fort que vous avez vécu en famille, peut être que c'est un cadeau ou une grâce que Dieu vous a faite.

Vous pouvez alors avec moi dire : « Merci, merci pour ces beaux moments que j'ai pu vivre, merci pour toutes ces personnes qui m'ont permis de les vivre, merci pour ma vie, pour tous ceux qui m'aiment et toutes les personnes que j'aime et qui sont autour de moi. »

Je vais terminer par une prière : « Dieu, j'aimerais te confier, comme chaque jour, tous les malades du coronavirus ou souffrant d'une autre pathologie, ceux qui sont seuls, ceux qui sont à l'hôpital; tous les médecins et le personnel soignant qui luttent pour les soigner. Je te confie aussi tous ceux qui continuent à travailler pour que l'on puisse vivre, manger, toutes les personnes qui livrent les choses, toutes celles travaillent dans les magasins : ayons de la gratitude pour elles. Merci Seigneur Jésus pour cette chance que nous avons, viens nous aider à en prendre conscience. »

6. DE LA MORT A LA VIE ETERNELLE - Benoît Moradei - 27 mars

Depuis le début de l'épidémie, les décomptes sont funestes, l'émotion vive et profonde. Car au-delà des frontières et des villes, les chiffres ont des visages.

Ce sont ceux de malades, de soignants, de prêtres et de héros que nous avons peut-être côtoyés. Partout, la mort frappe impitoyablement et parle à nos entrailles. La souffrance, l'absence et le silence semblent lui faire écho.

Un ami parti trop tôt aimait chanter « Même le plus noir nuage a toujours sa frange d'or ». Il avait 30 ans, une femme, deux enfants et aimait Jésus passionnément. Depuis son départ et celui de tant d'autres, les nuages sont des visages qui me parlent d'espérance et d'éternité.

Deux trésors que la mort ne peut me prendre et que Jésus veut donner à tant d'autres. Laetitia

Parole : « Dieu a créé l'homme pour une existence impérissable » (Sg 2, 23).

Défi : en signe de gratitude, applaudir à sa fenêtre le personnel soignant à 20 h.

J'aimerais aborder aujourd'hui le sujet difficile qu'est la mort.

Depuis le début de l'épidémie, on nous présente un point de situation tous les soirs sur le nombre de morts en France et dans le monde. On nous donne des chiffres, des courbes, mais l'on sait bien que derrière tout cela, il y a des personnes, des histoires vraies, des familles, des gens connus, des

inconnus, des proches et moins proches. Certains viennent de perdre quelqu'un, que ce soit du coronavirus ou d'une autre maladie, et ils savent qu'ils ne pourront pas l'accompagner comme ils le voudraient. C'est particulièrement douloureux. Vivre le deuil est plus difficile en raison du confinement, même en ayant la foi, tellement nous sommes démunis face à la mort. Cette question est importante pour soi-même, car on peut se sentir menacé. Nous sommes tous fragiles et vulnérables devant cet ennemi invisible.

Alors comment réagissons-nous ?

- Nous pouvons réagir par la peur. Celle pour soi ou ses proches est normale : c'est ce voyant rouge qui nous permet de nous méfier du danger et de faire attention. Mais si la peur devient envahissante et obsédante, elle va nous paralyser. Les médecins parlent même de somatisation en ce moment (insomnie, difficulté à respirer). Cette angoisse est nourrie par un excès d'écoute des médias, d'Internet, de discussions. Il faut aussi savoir s'aérer et arrêter tous ces réseaux d'informations.
- Nous pouvons aussi réagir par le déni. C'est une forme de refus de la réalité, de fuite en avant.
 On essaie d'oublier, de faire diversion par le travail, le sport, la télé, les infos, les jeux vidéo, le
 cynisme, le complotisme, mais aussi par toutes formes de dépendance, à l'alcool par exemple.
 C'est une espèce de peur masquée qui peut nous conduire à de l'imprudence et à un manque
 de compassion.
- Enfin, nous pouvons réagir par la culpabilité. On aimerait accompagner nos proches en fin de vie. Tous les rites autour de la mort sont structurants pour la nature humaine, et on est obligé d'y renoncer. Il ne faut pas culpabiliser, nous pourrons plus tard poser des gestes, notamment à l'église. Et dès à présent, nous pouvons mettre une bougie, une image, une musique devant la photo du défunt. On peut aussi lui écrire une lettre, en lui disant tout ce que l'on a aimé chez lui, lui dire merci, pardon.

Aujourd'hui, je vous propose d'ouvrir à nouveau votre cœur à l'espérance de la vie éternelle.

La soif de la vie éternelle est aussi inscrite dans le cœur de l'homme depuis la nuit des temps. Le désir d'éternité est constitutif de notre humanité. Quatre pistes d'action pour faire grandir en nous ce désir d'éternité :

- Ne pas négliger nos émotions. Il n'y a pas de contradiction entre l'éternité et la tristesse, la colère ou la peur : on peut croire en l'éternité et pleurer nos morts. Jésus l'a fait avec Lazare. Accueillir ses émotions est déjà un premier pas.
- Ouvrir la Bible, et y lire des paroles d'encouragement sur l'éternité. Par exemple ce verset, au Livre de la Sagesse, chapitre 2 : « Dieu a créé l'homme pour une existence impérissable », ou bien ce verset au Psaume 22 : « Si je traverse les ravins de la mort, je ne crains aucun mal, car ton bâton me guide et me rassure », ou encore ces paroles de Jésus dans l'Evangile : « Je suis le chemin, la vérité et la Vie », « Celui qui croit en moi a la vie éternelle. »
- Scruter la vie des hommes et des femmes qui nous ont précédés, en particulier la vie des saints. Je pense à Jean-Paul II, mort en 2005, qui disait avant sa mort : « Laissez-moi aller dans la maison du Père », ou encore à saint Jean Bosco : « Dites aux enfants que je les attends tous au paradis », ou encore à sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus : « Non je ne meurs pas, j'entre dans la vie. » C'est comme si la mort était une nouvelle étape de la vie, une nouvelle naissance, et qu'il fallait parler « d'enciellement » plutôt que d'enterrement.
- Changer notre regard sur la vie actuelle. En effet, on oppose souvent le temps de la vie sur terre, la mort et l'éternité. Dans les Ecritures, les choses sont plus imbriquées. Au chapitre 3 de l'Epître aux Colossiens, saint Paul dit : « Vous êtes morts avec le Christ, et désormais votre

vie est cachée avec le Christ en Dieu. » Nous, croyants, par le baptême d'abord, puis par la prière ensuite, nous sommes déjà au ciel : nous avons les racines dans la terre et les branches dans le ciel. C'est un regard nouveau sur le temps : je suis déjà dans l'éternité. Elle n'est pas devant nous, elle est là. Nos morts sont parfois plus vivants que nous, car nous sommes souvent en mode survie...

« Seigneur, je suis tout petit, je suis vulnérable, j'ai peur, je suis en colère ou triste. Je te remets toutes ces émotions, tous ces sentiments qui me traversent et je te demande ton aide, ton soutien, ta paix. Je te demande de faire grandir en moi l'espérance de la vie éternelle. Que cela m'aide à affronter certaines situations en ce moment. Je te prie également pour tous ceux qui sont sur le front, tous ceux qui se battent pour la guérison. Je te prie pour les personnes qui sont actuellement entre la vie et la mort et pour les celles qui sont décédées. Accueille-les dans ta paix, dans ta lumière, dans ta vie éternelle. »

7. RESTER DANS LA GRATITUDE DANS LES CONTRARIETES - Lionel Dalle - 28 mars

On ne va pas se mentir, les temps sont durs. Entre la peur, la promiscuité et, pour beaucoup de parents, l'impossible équation enfants / (télé)travail / santé mentale, nous sommes tous bringuebalés par la houle, et on ne sait pas pour combien de temps.

C'est là que notre Traversée prend tout son sens : non seulement nous ne sommes pas seuls (plus de 8 500, quand <u>le plus gros paquebot du monde</u> accueille « seulement » 6 314 passagers !), mais en plus nous partageons la certitude qu'il y a un passage dans la tempête, un *après*, et l'espérance qu'il sera beau.

Alors, si on essayait aujourd'hui de changer de regard sur nos galères du moment? De les *relativiser*, sans naïveté mais avec objectivité, pour prendre de la hauteur de vue sur notre quotidien. Pour transformer chaque difficulté en opportunité – la gratitude est une longue route pavée de petites dalles.

Après tout, « si longue et si noire que soit la nuit, il vient toujours une heure où enfin le jour se lève », disait Oumar Sangaré. Et en plus, les experts sont formels : il n'y aura pas de pénurie de spaghettis. Pour moi, c'est déjà un soulagement.

David

Parole : « N'entretenez aucun souci ; mais en tout besoin recourez à l'oraison et à la prière pénétrées d'action » (Ph 4, 6).

Défi : inviter quelqu'un à suivre la messe en direct.

Aujourd'hui aborder la gratitude quand on a des petites contrariétés. Souvenez-vous, la gratitude est une attitude en trois étapes : se rappeler, ressentir et remercier. On avait dit que se souvenir des bonnes choses est essentiel pour tenir dans les moments difficiles.

Abordons donc la gratitude face aux contrariétés que l'on peut vivre en période e confinement.

Ces dernières ne sont pas les épreuves qui, elles, sont plus lourdes (maladie, deuil...). Les contrariétés, ce sont les petites choses qui nous pèsent, mais qui ne sont pas si graves.

Je vous propose une stratégie en 4 points :

- C'est intéressant. Il s'agit de changer notre manière de parler. La manière dont on parle détermine la manière dont on pense et notre état intérieur, notre état émotionnel. En effet, ce que l'on se dit à soi devient vrai : « C'est la galère, ça ne finira jamais, j'en ai marre, c'est long, j'y arriverai jamais... » Mais, si au contraire vous vous dites : « Ça va le faire, je vais y arriver, c'est supportable », cela devient vrai. Il s'agit donc de remplacer les paroles de plaintes par d'autres comme : « tiens, c'est intéressant la capacité qu'a cet enfant à me faire péter un câble » ou bien « tiens, c'est étonnant comme ça m'énerve quand mon conjoint me dit ça ». Cela permet de prendre une distance, et la verbalisation nous aide.
- Ce n'est pas grave. Il s'agit de relativiser. Comme je le disais, cela ne fonctionne qu'avec des événements qui ne sont pas trop graves. L'idée est de regarder toutes les étapes de ma vie, de la mettre en perspective et de regarder si, à l'échelle de tout mon parcours, ce confinement peut être géré. Il est probable que je me fasse la réflexion : en fait, ce n'est pas trop grave. Ou bien on peut regarder à l'échelle de la France, ou à celle de l'histoire de l'humanité. Et on se dira : on n'est pas vraiment à plaindre. Pour faire cet exercice, je peux m'imaginer, tel un oiseau et regarder ma vie de très haut ou alors considérer comment me regarde mon ange gardien.
- C'est utile. Se dire que je vais apprendre ce que je n'aurais jamais appris : sur moi-même, sur la vie, sur les autres, mais aussi sur ce qui est essentiel. Peut-être que ce moment sera opportun pour me donner le temps de lire, de peindre, de me lancer. Cette situation m'enseigne la patience, à discuter avec les autres, à ouvrir mon cœur ...
- C'est drôle. Nos pires soucis deviennent avec le temps nos meilleures histoires drôles. On voit déjà des vidéos sur WhatsApp très amusantes dans lesquelles les gens se mettent en scène. Un jour, on rigolera de tout ça.

Faisons un exercice de gratitude avec la relativisation, à propos d'une belle chose récente. On commence par **R**econnaître, **R**essentir, **R**emercier. Puis, on relativise une galère. On s'imagine être un oiseau et regarder notre vie depuis notre naissance jusqu'à aujourd'hui. Et vous vous dites : en fait, cela n'est pas grand-chose. Après cet exercice, on se trouve dans la paix intérieure.

« Seigneur Jésus, je voudrais te prier pour tous ceux qui sont malades du coronavirus ou d'autres maladies, pour tous ceux qui les soignent aussi : les médecins, les personnels soignants, ceux qui, peut-être, risquent leur vie. Viens les protéger. Je te prie aussi Seigneur, aujourd'hui, pour tous ceux qui ont du mal pendant ce confinement qu'ils soient seuls ou au contraire trop serrés, ceux qui ressentent de la peur ou de l'angoisse. Prions pour eux, viens leur donner ta paix, viens les aider à relativiser, à se dire "ce n'est pas grave", à leur permettre de découvrir ce qu'il y a de beau et d'utile dans la situation actuelle. Merci Seigneur. »

8. TEMOIGNAGE SUR UNE EXPERIENCE DE CONFINEMENT – témoignage - 29 mars

Voilà, l'annonce à laquelle on s'attendait tous est tombée : le confinement est prolongé officiellement jusqu'au 15 avril. Minimum.

Les plus jeunes s'en réjouiront peut-être, la fermeture des écoles étant par exemple vécue de manière très différente par ma fille et moi-même. Mais pour beaucoup d'entre nous, en couple ou en famille, contraints de vivre cette période à l'étroit, dans des logements sans extérieur, dans la promiscuité et l'absence d'intimité, cette prolongation est sans conteste une mauvaise nouvelle.

Car même quand on s'aime profondément, être ensemble 24h/24, 7j/7, ça a forcément des « effets de bord », comme on dit dans la marine. La moindre tension, la moindre incompréhension peuvent déboucher sur une dispute, voire sur un drame – les violences conjugales ont d'ailleurs augmenté depuis le début du confinement, de 32 à 36% selon les zones.

Face à ce défi du « vivre serrés sans stresser », nous sommes invités à nous *écouter* davantage, à nous *parler* davantage, à nous *accepter* davantage dans notre différence, dans nos faiblesses, dans nos fragilités. À nous *supporter* davantage - au sens étymologique « porter de bas en haut ». Et à redoubler d'amour.

Je vous laisse, je dois aller proposer ça à ma femme et ma fille.

David

Parole: « Ayez beaucoup d'humilité, de douceur et de patience, supportez-vous les uns les autres avec amour » (Ep 4, 2).

Défi : faire une belle table et réciter une courte prière avant le déjeuner.

Témoignage de Jasmine et d'Aymeric.

9. GERER SON TEMPS EN CONFINEMENT – Pierre Aguila - 30 mars

Je vous l'avoue humblement : il m'arrivait parfois de dire « je n'ai pas le temps » quand je n'avais pas envie de faire quelque chose à la maison. Évidemment, avec le confinement, cette excuse ne tient plus – du moins aux yeux de ma femme : du coup, la terrasse est parée pour les beaux jours à venir, l'étagère branlante est réparée, et ma collection de CD rangée religieusement, par genre musical et ordre alphabétique.

Sans bien sûr occulter ses ravages de l'épidémie ni consoler ses victimes, ce confinement a l'avantage de nous faire repenser notre rapport au temps.

Ce temps que l'on retrouve, libérés de bien des contraintes sociales ou professionnelles, nous ne devons pas nous satisfaire de trouver de quoi le tuer, mais nous engager pour le faire *vivre*, le faire *compter*. Lire ou écrire, apprendre ou partager, parler ou écouter, jardiner, bricoler, cuisiner, prier, bien sûr – tous les choix sont possibles, et aucun n'est mauvais.

Rappelons-nous simplement que c'est ce que nous faisons de notre temps qui lui donne sa vraie valeur, sa vraie saveur. « *Le temps perdu ne se rattrape jamais* », écrivait Jules Renard. C'est décidé : demain, je m'y (re)mets.

David

Parole : « Enseigne-nous à bien compter nos jours, afin que nous appliquions notre cœur à la sagesse » (Ps 89, 12).

Défi : en revenant de ses courses, offrir de quoi manger à un SDF.

Certains d'entre vous sont peut-être comme moi. Lorsque je me lève le matin et que l'agenda n'est pas suffisamment rempli, je suis fatigué. Et, alors que nous entrons dans cette troisième semaine de confinement, je voudrais parler avec vous de la gestion de mon temps en temps de confinement quand tout est chamboulé.

Cela me fait penser au psaume qui dit : « Enseigne nous à bien compter nos jours [...]. » C'est une invitation à ne pas gaspiller ce temps précieux qui nous est donné. On ne peut pas rattraper le temps perdu, mais on peut essayer de ne pas perdre le temps qui reste. Nous sommes tous

confrontés à la gestion de nos journées. Pour certains, il n'y a pas eu beaucoup de changement, mais pour d'autres c'est un véritable bouleversement. Comment ne pas laisser le temps me dominer, comment prendre en main ce nouvel emploi du temps ?

La question qui se pose est double : est-ce que j'accepte de changer mes habitudes et comment je vais m'adapter, avec une nouvelle organisation, un nouvel emploi du temps ?

Comme les moines ou les ermites, il faut se fixer des points et des horaires qui ne changeront pas chaque jour... avec souplesse bien sûr! Cette organisation peut permettre d'éviter la lassitude, la fatigue, l'ennui et l'oisiveté. Vous pouvez écrire sur un papier un emploi du temps heure par heure, même s'il peut être changé.

Pourquoi ? Parce que le temps est précieux, parce qu'on a qu'aujourd'hui pour aimer.

Mère Térésa le disait : « Hier est passé, demain n'est pas là, je n'ai qu'aujourd'hui pour aimer. »

« Père très saint, nous te remercions parce que c'est toi qui as inventé le temps, et tu nous le donnes comme un cadeau précieux. Aide-nous à bien le gérer, même en temps de confinement, même en temps de bouleversement. Donne-nous ta sagesse pour que nous sachions organiser nos journées. Nous savons que tu es là, y compris dans les petites choses de la vie. Merci Seigneur, car nous savons que tu es toujours avec nous et que nous ne craignons rien. »

10. ESPERER QUAND TOUT VA MAL - Lionel Dalle - 31 mars

J'entends souvent chez les plus jeunes (que moi) le fameux « t'as de l'espoir ! », cette assertion supposément définitive, tellement désabusée, et généralement accompagnée d'un rictus narquois. Une phrase qui, au passage, en dit plus long sur le désespoir de son émetteur que sur l'espoir de son destinataire – bref.

En revanche, j'ai rarement entendu dire « il en a, de l'espérance, lui ! » : ça sonne faux, vous ne trouvez pas ? Alors, c'est quoi, la différence ?

L'espoir est nécessaire pour tenir bon *dans* l'épreuve. Il est puissant, il donne des ailes, il est dépassement – des obstacles, de la peur, de soi-même. Et on en a bien besoin, en ce moment. L'espérance, elle, est indispensable pour tenir bon *malgré* l'épreuve, *au-delà* de toute épreuve. Elle est *transcendance*. Et on en a bien besoin aussi, pour nous préparer déjà à l'après. Car la force de l'espérance, c'est la profondeur, l'absolu, l'éternité qui en rayonnent.

Celui qui a l'espoir peut toujours le perdre ; celui qui a l'espérance ne peut plus se perdre.

Et vous, qu'est-ce qui vous porte, ces temps-ci : l'espoir ou l'espérance ? Vous ne m'en voudrez pas d'être un peu indiscret - enfin, j'espère...

David

Parole: « Par l'espérance, nous avons comme une ancre de notre âme, sûre autant que solide » (He 6, 19).

Défi : coller des petits mots ou des dessins d'enfants sur sa poubelle pour remercier les éboueurs.

Je voudrais continuer, aujourd'hui, sur le chemin de la gratitude, en explorant l'espérance à partir de ce verset de l'Epître aux Hébreux : « Par l'espérance, nous avons comme une ancre de notre âme, sûre autant que solide » (He 6, 19). L'espérance est comme une ancre qui permet de ne pas être emporté, balloté. Nous avons mis une ancre dans notre logo de La traversée, en signe d'espérance.

L'espérance du point de vue humain.

Deux histoires me reviennent tirées d'un livre de Jean-François Deniau, MÉMOIRES DE 7 VIES.

- La première histoire est celle d'un équipage sur un bateau, entre la Corse et le continent. Un jour de tempête, le skippeur tombe à l'eau. Le reste de l'équipage ne sait pas naviguer. C'est la nuit. Après l'avoir un peu cherché, l'équipage se dit qu'il faut aller au plus vite en Corse pour chercher du secours. Le marin voit le voilier s'en aller... Il se dit : « Je suis loin de la Corse, mais tant pis, je vais nager et on verra bien. » Il nage, nage et croise le ferry qui fait la liaison. Quelqu'un le voit, une chaloupe est mise à l'eau, on le remonte sur le ferry qui l'emmène jusqu'en Corse. Au petit matin, lorsque le voilier arrive au port, l'équipage a la grande surprise d'être accueilli par son ami...
- La deuxième histoire est celle d'un homme qui se fait manger la jambe par un crocodile. Il est emporté dans une grotte qui est le garde-manger du crocodile. L'homme décide donc de creuser un tunnel. Il a donc réchappé.

Cela signifie que grâce à l'espérance ces personnes ont été sauvées.

Jean-François Deniau définit l'espérance : « C'est la volonté d'espoir, quand il n'y a plus d'espoir. » A vue humaine, l'espoir c'est quand une situation peut s'arranger, alors que l'espérance commence quand il n'y a plus d'espoir. L'espérance repose sur un mouvement intérieur. On en aura besoin dans les jours qui viennent : le plus dur collectivement est devant nous. Chacun vit cette épidémie de manière très différente : selon sa profession, sa région. On pourrait donc s'entraîner dès maintenant à muscler notre espérance : garder une force intérieure, même quand ce que nous vivons nous dépasse et que nous ne sommes pas capables de le porter.

L'espérance chrétienne.

Elle a deux caractéristiques :

- Elle s'appuie sur la force de Dieu. Seul on ne peut y arriver, mais Dieu le fait avec nous et pour nous. En comptant sur lui on va pouvoir atteindre notre but. L'espérance entre en jeu quand on se dit : « Si je m'appuie sur Dieu, quelque chose redevient possible, tout redevient possible. »
- Elle vise plus haut que la vie sur terre, plus haut que l'homme. Elle élargit notre vision et nous pousse à regarder au-delà de notre vie sur la terre. Les choses de la terre sont importantes, mais la réalité est plus grande, plus large que notre vie elle-même : le monde existait avant que l'on y soit et il existera après. Mais dans la foi, nous croyons que la vie sur la terre n'est pas la fin. Il y a une vie après, ce que l'on appelle la vie éternelle : une vie avec Dieu, dans la paix, la joie et dans le plus grand des bonheurs. L'espérance chrétienne vise cette vie éternelle, auprès de Dieu. Car c'est auprès de lui que la vraie vie commence. La définition de l'espérance théologale c'est la vertu par laquelle nous désirons la vie éternelle par la force de Dieu.

Marie est un très bon exemple de l'espérance chrétienne.

Avant qu'elle soit mariée, elle a entendu l'ange lui dire : « Tu vas avoir un fils, ce sera le sauveur du monde. » Pendant trente ans, il ne se passe rien, puis ce fils Jésus se met à faire des miracles, à attirer les foules. Marie se dit : ça y est, c'est en train de se réaliser. Sauf que Jésus est arrêté, mis à mort et crucifié. Marie se retrouve au pied de la Croix, et elle vit avec deux contradictions dans son cœur. D'un côté, son fils sera le Sauveur du monde ; et de l'autre, son fils est cloué sur la Croix, mourant. Les deux sont impossibles à envisager ensemble. Marie, dans l'espérance chrétienne, fait face à ces deux paradoxes : elle se tient debout devant la Croix. Cette posture exprime à la fois toute la douleur d'une mère et son espérance. Elle reste là, debout sans comprendre. Elle a encore une force.

L'espérance est donc de tenir bon quand tout sombre.

On peut aussi parler du film LA VIE EST BELLE de Roberto Benigni. Tout est beau dans ce film, l'amour conjugal, l'amour du père pour son fils... dans un contexte qui est atroce, celui d'un camp de la mort. Ce film incarne pour moi cette vertu d'espérance.

Prions avec un poème de Charles Péguy écrit en 1912 :

La foi que j'aime le mieux, dit Dieu, c'est l'espérance.

La Foi ça ne m'étonne pas.

Ça n'est pas étonnant.

J'éclate tellement dans ma création. [...]

La Charité, dit Dieu, ça ne m'étonne pas.

Ça n'est pas étonnant.

Ces pauvres créatures sont si malheureuses qu'à moins d'avoir un cœur de pierre, comment n'auraient-elles point charité les unes des autres. [...]

Ce qui m'étonne, dit Dieu, c'est l'espérance.

Et je n'en reviens pas. [...]

L'Espérance est une toute petite fille de rien du tout.

Qui est venue au monde le jour de Noël de l'année dernière. [...]

C'est cette petite fille pourtant qui traversera les mondes.

Cette petite fille de rien du tout.

Elle seule, portant les autres, qui traversera les mondes révolus. [...]

La foi va de soi. [...]

La charité va malheureusement de soi. [...]

Mais l'espérance ne va pas de soi. L'Espérance ne va pas toute seule. Pour espérer, mon enfant, il faut être bienheureux, il faut avoir obtenu, reçu une grande grâce. [...]

La Foi voit ce qui est. [...]

La Charité aime ce qui est. [...]

L'Espérance voit ce qui n'est pas encore et qui sera.

Elle aime ce qui n'est pas encore et qui sera. [...]

Sur le chemin montant, sablonneux, malaisé.

Sur la route montante.

Traînée, pendue aux bras de ses grandes sœurs,

Qui la tiennent par la main,

La petite espérance.

S'avance.

Et au milieu de ses deux grandes sœurs elle a l'air de se laisser traîner.

Comme une enfant qui n'aurait pas la force de marcher.

Et qu'on traînerait sur cette route malgré elle.

Et en réalité c'est elle qui fait marcher les deux autres.

Et qui les traîne,

Et qui fait marcher tout le monde.

Et qui le traîne.

Car on ne travaille jamais que pour les enfants.

Et les deux grandes ne marchent que pour la petite [...]

11. PASSER DU STRESS A LA PAIX – Lionel Dalle - 1er avril

Hormis quand on fait de l'escalade, ça fait parfois du bien de lâcher prise. Tout simplement parce que cette soif de contrôle, de maîtrise, de « gestion » qui nous caractérise n'a d'autre fruit que de nous faire souffrir inutilement par notre incapacité à l'étancher.

En allant au travail le matin, j'ai généralement une idée assez claire de ce que je vais faire. Le soir venu, je m'aperçois bien souvent que rien ne s'est déroulé exactement comme je l'avais anticipé – souvent même d'assez loin...

Eh bien, tant pis – ou plutôt tant mieux ! Car laisser sa (juste) place à l'imprévu, à l'inattendu, parfois même à l'inespéré de la vie, peut nous conduire du stress permanent à une paix au moins passagère. Accepter de, non pas se *faire* surprendre, mais se *laisser* surprendre.

Sans verser dans le fatalisme, sans baisser les bras, et tout en maintenant une constance dans ses valeurs et dans ses engagements, s'autoriser à lâcher prise de temps en temps me semble une qualité vitale. Car oui, il y a des choses qui nous dépassent, mais on vit mieux en l'acceptant.

Voilà pourquoi, ces temps-ci, je dis chaque jour avec confiance : « Seigneur, je me confine en toi »...

David

Parole: « Ne soyez inquiets de rien, mais, en toute circonstance, priez et suppliez, tout en rendant grâce, pour faire connaître à Dieu vos demandes. Et la paix de Dieu, qui dépasse tout ce qu'on peut concevoir, gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus » (Ph 4, 6-7).

Défi : se rappeler un événement cocasse de sa vie et le raconter à quelqu'un.

Comment passer du stress à la paix que Dieu veut nous donner. Je voudrais partir d'un verset de la Bible : « Ne soyez inquiets de rien, mais, en toute circonstance, priez et suppliez, tout en rendant grâce, pour faire connaître à Dieu vos demandes. Et la paix de Dieu, qui dépasse tout ce qu'on peut concevoir, gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus » (Ph 4, 6-7).

A travers ce verset, on peut trouver 4 étapes pour nous aider à trouver la paix, même dans les moments difficiles.

- « Ne soyez inquiets de rien. » Une autre traduction dit encore : « N'entretenez aucun souci. » Dans la vie, il est inévitable d'avoir des inquiétudes. La question est de savoir comment on les affronte. Il ne s'agit pas d'être négligent, mais de faire ce que l'on a à faire pour les gérer. Ensuite, je fais quoi ? Le risque est d'entretenir nos soucis : on y pense, on y repense, on les nourrit, on les cultive et ils envahissent notre esprit. Finalement, je ne pense plus qu'à moi, à mes soucis, à mes problèmes. Je finis par être angoissé, stressé, accablé...
- « Priez et suppliez pour faire connaître à Dieu vos demandes. » Je transforme donc le temps que je passe à repenser à mes soucis à un moment que je prends à les confier, à les donner à Dieu. J'ai fait tout ce que j'ai pu, maintenant c'est au Seigneur d'agir. S'inquiéter ne sert à rien. Par exemple, j'ai un proche qui est malade à l'hôpital. Je lui ai téléphoné, j'ai pris de ses nouvelles... Ensuite, quelle est mon attitude ? Il y a deux possibilités : soit je nourris mes inquiétudes en ne pensant qu'à cela, soit je lâche prise et je m'adresse à Dieu en lui disant : « Là, franchement je ne peux pas faire plus, je ne peux que me confier à toi. » Se tourmenter pour des choses sur lesquelles je n'ai aucune prise est le plus sûr moyen de déprimer.
- « Tout en rendant grâce. » Etre dans la gratitude, dans une attitude de remerciement. C'est le pas de la foi, croire que Dieu va agir. Si vous êtes croyants, vous vous appuyez sur votre expérience pour faire ce pas. Je sais que Dieu a déjà agi pour moi, il l'a déjà fait, je lui fais confiance. Si vous n'êtes pas croyants, c'est plus difficile, c'est un grand saut dans le vide, vous êtes obligés de vous lancer à l'eau, sans sécurité et faire un pas dans la confiance. Je

vous propose d'essayer : si vous avez des problèmes, vous faites ce que vous avez à faire, puis vous confiez à Dieu vos soucis. Vous faites ce choix de lâcher prise.

• *« Et la paix de Dieu qui dépasse tout ce qu'on peut concevoir, gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus. »* C'est la partie la plus belle, c'est magnifique : la paix de Dieu, qui dépasse tout, vient dans nos cœurs. La paix est le signe le plus certain et le plus fort de la présence de Dieu. Et, au contraire, l'agitation, l'inquiétude est la manifestation que l'on est loin de Dieu. Saint Augustin a écrit : *« Tu nous as fait pour toi Seigneur et notre cœur est sans repos tant qu'il ne demeure en toi. »* La vraie paix, le vrai repos, on peut le trouver quand on s'approche de Dieu. Lorsque je suis dans la paix, je sais que Dieu veille sur moi, que je peux compter sur lui, il prend soin de moi. Cela ne me donne pas l'autorisation d'être négligent dans ma vie, mais lorsque j'ai fait ce que j'avais à faire, je confie mon problème à Dieu et je me décharge. Je prie et supplie qu'il agisse lui-même, car seul je ne pourrai pas y arriver.

Aujourd'hui, je me demande, comme exercice, quels sont les soucis que j'entretiens, que je cultive, que je nourris... et comment pourrais-je faire pour les confier à Dieu. Faire ce pas de confiance et accueillir sa paix.

« Jésus je voudrais te prier pour tous les malades de cette épidémie et les malades souffrant d'autres pathologies; pour tous ceux qui les soignent – médecins et le personnel soignant. Je voudrais aussi te prier pour nous-mêmes, nous tous qui suivons cette Traversée. Tu nous as dit à travers la parole de saint Paul de ne pas entretenir de soucis et de prier et de supplier pour que nous te fassions connaître toutes nos demandes. Maintenant, nous te présentons tout ce qui nous inquiète, tout ce qui nous pose problème ou nous dépasse, et nous voulons te les donner dans la gratitude et l'action de grâce, car nous savons que tu veilles sur nous. »

12. COMMENT VIVRE LA DISTANCIATION SOCIALE ? - Pierre Aguila - 2 avril

Notre traversée continue vaillamment. Certains observent au loin les nuages annoncés par les journaux avec préoccupation ou bien dans l'espérance de passer entre les gouttes. D'autres ont déjà reçu un gros grain et leur esquif a tremblé comme le témoignage du jour nous le montre. Peut-être même tremble-t-il encore des soucis matériels dus au confinement, d'angoisse de la solitude, d'inquiétude pour un proche malade ou de chagrin pour un autre emporté par la maladie.

Pourtant nous sommes tous ensemble, des milliers, à vivre cette même traversée avec des situations si différentes. Alors comment faire pour être touché par ceux qui en souffrent quand pour nous tout va bien et que ce temps n'est qu'une sorte d'inconfort à agrémenter ? Et comment faire pour se laisser toucher quand on est de ceux qui souffrent alors que la distance est sanitairement nécessaire ?

Tout est dit dans la Parole du jour ! Que l'on se mette à la place du Père plein de compassion ou du fils qui la reçoit. La vidéo nous éclaire un peu mieux sur les dispositions intérieures utiles, le défi du jour nous propose une mise en pratique facile, le chant du jour joyeux nous rappelle ce pour quoi nous sommes faits, ici et maintenant, comme pour toute l'Eternité : chantez sa gloire ! Matthieu

Parole : « Comme il était encore loin, son père l'aperçut et fut saisi de compassion ; il courut se jeter à son cou et le couvrit de baisers » (Lc 15, 20).

Comment vivre le contact sans contact ? Vivre autrement la dimension affective de notre vie ?

En mettant plus de chaleur dans nos relations, même si elles sont à distance.

Alors comme un slogan j'ai envie de vous dire : « La distanciation sociale OK, c'est très important, on sauve des vies ; mais pas de distanciation humaine et fraternelle. »

Le pape François disait il y a quelques jours : « La douceur et la tendresse : des vertus humaines qui semblent petites, mais qui sont capables de surmonter les conflits les plus terribles. » Nous pouvons donc répondre au manque de relations par la tendresse dans les petites choses de la vie quotidienne ; ces attentions que nous n'avons peut-être pas dans la vie normale. Sans oublier bien sûr les gestes de reconnaissance - qui encouragent, relèvent et remontent le moral.

En tant que chrétien et prêtre, je recherche toujours la réponse à mes questions dans la Bible.

Et j'ai trouvé la parabole du fils prodigue : un fils demande à son père sa part d'héritage et quitte la maison. Il tombe dans la misère et veut revenir vers son père. Il revient donc au domicile, mais avant même d'avoir eu le temps de demander pardon, il est écrit : « Comme il était encore loin, son père l'aperçut et fut saison de compassion et se jeta à son coup et le couvrit de baisers. » Ce père dans la parabole nous parle de Dieu.

Et la bonne nouvelle, c'est que nous pouvons aujourd'hui expérimenter cette embrassade que Dieu veut nous faire.

Nous pouvons nous aussi nous laisser embrasser par Dieu, prendre dans ses bras : nous en avons tous besoin. Alors il nous faudra encore attendre un peu avant de pouvoir se prendre dans les bras, mais la distanciation sociale ne doit pas devenir distanciation humaine. Multiplions les gestes d'attention, de tendresse, de délicatesse. Et que vous soyez croyants ou pas, pourquoi ne pas essayer de vous imaginer dans les bras de Dieu le Père ?

« Père très saint, j'ai du mal à imaginer à quel point tu m'aimes ; tu cours à ma rencontre, tu me prends dans tes bras, tu me serres sur ton cœur, tu viens combler ce manque de chaleur humaine que je vis en ce temps de confinement. Je te prie pour que tous ceux qui écoutent, puissent ressentir profondément ton amour, ton cœur, ta paternité. Merci Père saint que nous connaissons grâce à Jésus. Dans l'Esprit Saint, nous accueillons tout ce que tu veux nous donner aujourd'hui. Amen. »

Notre Père, qui es aux cieux,
que ton nom soit sanctifié,
que ton règne vienne,
que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.
Pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés.
Et ne nous laisse pas entrer en tentation
mais délivre-nous du Mal.
Amen

N'oubliez jamais les amis que Dieu est comme ce père de la parabole. Il veut nous embrasser, nous manifester son amour, il est toujours avec nous et avec lui nous ne craignons rien.

13. L'AMOUR N'ENTRETIENT PAS DE RANCUNE - Benoît Moradei - 3 avril

À J17 du confinement, des nuages viennent peut-être brouiller l'horizon. Il faut dire que la promiscuité H24 de l'équipage fait sérieusement tanguer le navire! Le pont commence à être sens dessus dessous, la boussole s'emballe et la cale se vide progressivement de ses réserves. Pour les familles, la vie ne ressemble pas toujours à un long fleuve tranquille : gare aux étincelles qui peuvent ronger les cordages!

Le moment est peut-être venu de lâcher du lest pour repartir de plus belle. Prenons exemple sur les marins qui prennent des coups de tabac, connaissent des fortunes de mer... Et qui instaurent en souvenir, de belles fêtes du "pardon". Un mot tout simple qui retisse les liens et répare les cordages. Aujourd'hui, alors que nous nous apprêtons à vivre la Semaine sainte sans moyen de nous confesser et que la promiscuité joue avec nos nerfs, essayons de nous tourner vers nos proches pour vivre à notre mesure ce don du Ciel.

Laetitia

Parole: «L'amour n'entretient pas de rancune » (1 Co 13, 5).

Défi : se souvenir de sa dernière dispute et demander pardon en écrivant un petit mot.

Nous allons aujourd'hui aborder la question du pardon. Les occasions de tension sont nombreuses avec les enfants, le mari... Il y a peut-être des choses qui remontent à la surface. Il y a une augmentation des violences conjugales de plus de 30 % : c'est dire la difficulté de vivre ensemble. Une américaine, capturée en 2001 en Afghanistan, raconte que le plus difficile pour elle avait été de vivre avec six femmes dans une pièce minuscule. Elles ont dû apprendre à se pardonner plusieurs fois.

Cette question du pardon est essentielle.

Car sans lui les choses deviennent vite invivables dans la durée. C'est difficile d'affronter l'épreuve si l'on n'est pas unis, et le pardon nous aide à faire l'union. Il me permet d'entrer dans la paix intérieure, la paix du cœur. Il donné est d'abord pour moi, car peut-être l'autre ne le souhaite pas, ne le reçoit pas, ne le voit pas. « Le pardon libère l'âme et fait disparaître la peur, c'est pour cela que c'est une arme si puissante. » Nelson Mandela.

Attention à ne pas opposer le pardon et la justice.

Le pardon n'est pas un déni de justice : il y a des offenses qui nécessitent de faire appel à elle. Mais le fait d'enclencher cette démarche n'empêche pas celle de pardon intérieur. Pardonner ce n'est pas non plus minimiser : attention à ne pas trop dire : « Cela n'est pas grave, cela n'est rien », il ne faut pas minorer la blessure que j'ai reçue. Ce n'est pas non plus oublier, *le pardon ne guérit pas la bosse* (proverbe). Je peux réellement pardonner, mais ne pas oublier. Je garde en mémoire l'offense, mais j'évacue la colère et la rancune.

Il faut du temps pour le pardon.

Le Seigneur nous invite à maintes reprises dans la Bible à pardonner, « pardonnez et vous serez pardonnés », « pardonnez jusqu'à sept fois soixante-dix-sept fois », « pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons aussi ». Je vous propose ce verset de saint Paul de l'Hymne à la Charité : « L'amour n'entretient pas de rancune. »

Comment pardonner?

Il faut distinguer deux niveaux :

- Les petites offenses de la vie quotidienne. C'est le premier qui pardonne qui a raison. Il ne faut pas attendre. La Bible dit : « Ne vous couchez pas sur votre colère. »
- Les choses plus lourdes. Renoncer à la violence, à la vengeance. L'amertume et le ressentiment sont de véritables poisons. Vivre dans un désir de vengeance, c'est comme une double peine. C'est permettre à la personne qui m'a fait du mal de continuer à m'en faire. Si je comprends que le passé ne changera pas, non plus que l'individu en question, mais que moi je le peux en disant non à la violence, c'est déjà un pas énorme en direction de la paix du cœur.

Ce qui me fait aussi entrer dans la paix du cœur, c'est de désirer le bien de l'autre.

Jésus dit : « Faites du bien à ceux qui vous haïssent, souhaitez du bien à ceux qui vous maudissent. » Je peux même prier pour la personne qui m'a fait du mal. Cette attitude permet aussi de prendre conscience qu'une personne blessante est souvent une personne blessée.

Pour grandir dans le pardon des offenses demander aussi la grâce de Dieu.

Il y a en moi des limites humaines au pardon, des obstacles qui sont insurmontables, mais que Dieu seul peut m'aider à dépasser et à guérir. Je peux demander au Seigneur qu'il donne la paix à mon cœur : par des pardons à moi-même et ceux que je demande pour les offenses que j'ai pu faire ; connaître ma propre part dans la blessure. Au chapitre 20 de saint Jean, lorsque Jésus apparaît à ses disciples en leur montrant ses plaies, il aurait pu leur dire : « Regardez ce que l'on m'a fait à cause de votre lâcheté... » Mais au contraire, il leur dit : « Regardez mes plaies et mon côté. Je vous donne ma paix. La paix soit avec vous. » C'est stupéfiant de voir que les disciples - malgré leur péché et leur lâcheté - sont pardonnés ! En outre, Jésus dit : « Je vous envoie apporter la paix dans le monde, remettez les péchés. » Ils ont connu l'expérience du pardon et sont capables de pardonner aux autres et de transmettre la paix ; Jean-Paul II en été aussi un exemple extraordinaire. Alors qu'il vient d'être victime d'un attentat et qu'il est transporté à l'hôpital, il prie pour son agresseur.

Demandons la grâce de la paix du cœur et de faire un pas vers le pardon des offenses :

« Seigneur, je te demande aujourd'hui de faire la paix dans notre cœur, la paix avec ceux qui nous entourent, nous ont blessés, nous ont fait du mal. Je te les confie et te demande de les bénir. »

14. LA SOLITUDE DE CONFINEMENT – Pierre Aguila - 4 avril

On est samedi ! D'habitude c'est un jour de promenade et de sortie. C'est malin de remuer le couteau, direz-vous. Car cette traversée est un peu longuette. Et monotone. Et triste par moment. On voudrait toucher terre. Bref, au mieux, c'est un peu pesant et, au pire, c'est carrément très dur. Alors aujourd'hui, on est fous, on vous propose une évasion ! Rien de moins. Parce qu'avec une petite dose d'imagination, un soupçon d'esprit d'enfance et Google Maps, c'est possible. Nous fêtons ce 4 avril Francisco Marto, un des enfants qui a vu Marie à Fatima, mort à 11 ans de... la grippe espagnole. L'occasion est trop belle de le laisser nous prendre par la main et nous faire visiter ce lieu extraordinaire en cliquant ici.

Sinon, pour s'évader, quoi de plus simple que d'ouvrir la porte ? La Parole du jour est nette : quelqu'un attend derrière (surprise!) et avec Lui, mieux encore qu'une évasion, c'est une libération qui nous est offerte. La vidéo du jour nous éclaire sur une façon inédite de vivre la solitude (et le

recours à François Marto en est un exemple). Le défi du jour est un bricolage, parce que le travail manuel est aussi une évasion et que demain ce sont les Rameaux : ça se prépare !

Bonne balade à Fatima et bonne traversée ! On est ensemble

Matthieu

Parole: « 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 » (Ap 3, 20).

Défi : peindre une branche de rameau et écrire Hosanna sur un tissu blanc ou une grande feuille blanche pour l'accrocher demain à sa fenêtre lors de la fête des Rameaux.

Aujourd'hui nous parlerons de solitude. Je ne parle pas de celle choisie (ermites, moines, moniales), mais celle subie en période de confinement. Les solitudes sont très diverses : ceux qui sont seuls à la maison et pour lesquels c'est nouveau ; ceux qui sont seuls, mais qui en ont l'habitude ; ceux qui sont seuls parce que leur conjoint travaille beaucoup... Alors comment ne pas se laisser écraser par la solitude du confinement, avec son lot d'angoisses, de découragements, de mélancolie... Comment vivre cette situation à laquelle je suis contraint ?

Il y a un chemin pour traverser cette solitude. Ce n'est pas une recette magique : c'est la communion.

Pas la communion eucharistique, mais la communion de cœur, de pensées : passer des coups de téléphone, coudre des masques pour les autres... Et si vous êtes seuls, vraiment isolés, prenez soin de vous, des autres, pensez à l'après-confinement...

Dans la Bible, dès la Genèse, il est dit : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul. » Et dans l'Apocalypse : « Voici que je me tiens à la porte et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et qu'il ouvre la porte, j'entrerai chez lui et je prendrai mon repas avec lui, et lui avec moi. » Dieu ne veut pas que l'on reste tout seul : il nous donne des amis, il nous donne Jésus. Si vous le souhaitez, je vous conseille de laisser entrer Jésus chez vous, dans votre cœur. Une chose est sûre : si vous laissez ouverte la porte de votre cœur, une nouvelle paix arrivera... une paix que personne ne pourra vous enlever.

Et puis pour tous, croyants ou non, vous pouvez vous faire une liste de personnes que vous n'avez pas appelées au téléphone depuis longtemps, et vous les contactez.

« Jésus, tu ne veux pas que nous restions seuls. Aussi, nous t'ouvrons la porte de notre maison, de notre cœur, de notre vie ; et nous te disons merci parce que tu es toujours avec nous. Fais-nous sentir ta présence, et fais-la sentir à tous ceux qui t'écoutent en ce moment et qui sont particulièrement découragés par cette solitude imposée. Fais-leur sentir cette communion de la famille Eglise, pour qu'ensemble nous traversions cette épreuve dans l'espérance. Nous te confions aussi les malades qui sont seuls à l'hôpital et que personne ne peut visiter. Jésus, nous nous confinons en toi. »

15. COMMENT GARDER LA JOIE DANS L'EPREUVE ? - témoignage - 5 avril

Dimanche des Rameaux, habituellement la messe la plus suivie de l'année. Et là, nous sommes chez nous, pour les plus chanceux qui en ont trouvé, à les tendre vers l'écran pendant la messe... Carrément étranges ces Rameaux 2020! Inédits même, penserait-on.

Pourtant tous les évènements pouvant survenir dans une vie trouvent un écho dans la Bible. Cherchons ensemble pour celui-ci : un bateau, des gens confinés, une traversée qui n'en finit pas, des rameaux... Mais c'est Noé, bien sûr ! Avec cette histoire où une colombe lui rapporte un rameau d'olivier, lui attestant qu'il existe un terre émergée, Dieu nous montre que l'épreuve a toujours une fin. Oui, un jour, ce confinement finira. Le sachant, il devient alors même possible de vivre une forme de joie dans l'épreuve. C'est le sens de la vidéo à 3 voix du jour. On s'en doute l'idée peut heurter ceux qui vivent une grande souffrance, pardon à vous, soyez sûrs de nos prières et de notre bienveillance. Et si besoin on vous écoute au 04 65 84 84 49.

Qu'en ce jour spécial où l'on acclame Celui qui vient (chant du jour !), il soit donné à chacun de voir une colombe lui apportant un rameau d'espérance et qu'à chacun soit donné l'occasion d'être cette colombe pour un autre ! On est ensemble !

Matthieu

Parole: « Hosanna au plus haut des cieux! » (Mt 21,9).

Défi : en ce jour de fête et de joie, écrire un mail ou prendre en photo un dessin pour une personne âgée en EHPAD et l'envoyer sur le site.

Témoignage de Ludovic et d'Alix.

16. DIEU A-T-IL CREE LE COVID-19 ? - Benoît Moradei - 6 avril

Dans une traversée, il y a des jours et il y a des nuits. Peut-être certains d'entre nous vivent-ils une véritable nuit intérieure, peuplée de pensées confuses et désespérées sur Dieu, les hommes, la vie, l'origine de cette épreuve, au mieux, de confinement et, au pire, de maladie, de crainte de la ort voire de deuil.

La Parole du jour est une lumière dans la nuit ! Dans les premières vidéos il était proposé de l'apprendre par cœur, en la répétant à de nombreuses reprises, en insistant tantôt sur un mot, tantôt sur un autre. Elle vient ainsi éclairer nos ténèbres, comme un morceau de pain bien mâché peut rassasier.

La vidéo approche la question du mal et de la souffrance, source de tant de doutes. Comme une réponse décalée, le témoignage du jour est une démonstration simple de l'œuvre de Dieu qui s'intéresse à tous nos soucis, petits et grands.

Que ce lundi soit un saint lundi, n'ignorant ni les difficultés ni la bonté de Dieu en tout temps, notre bateau bien ancré dans le réel mais les voiles gonflées de confiance en Lui. Courage à ceux qui télétravaillent, courage à ceux qui sont seuls, courage à ceux qui s'occupent de leurs enfants, courage à ceux qui s'inquiètent, courage à ceux qui sont malades, courage à ceux qui vont mourir. On est ensemble !

Matthieu

Parole: « Dieu est lumière; en lui, il n'y a pas de ténèbres » (1 Jn 1, 5).

Défi: inviter quelqu'un à rejoindre ce parcours.

D'où vient ce fléau ? Comment cela se fait-il que nous vivions cette pandémie que nous n'avions pas du tout prévue, et qui a des répercussions dans le monde et sur les plans : politique, social, économique, écologique, humain... ? On se demande si c'est un accident, si c'est voulu : est-ce un complot ? Si on ajoute à cela tous les autres fléaux récents : incendies en Australie, criquets en Afrique de l'Est, fonte des glaciers, inondations, on pourrait peut-être se dire que c'est la fin du monde et que Dieu est en train de nous l'annoncer. Qu'en penser ? Et comment Dieu agit-il ? La question du mal et de la souffrance est une vaste question à laquelle il est impossible de répondre en dix minutes.

Je vais donc me pencher sur une partie de la question : « Dieu peut-il vouloir le mal ? »

Je vais commencer par la Parole de Dieu :

- « Dieu est lumière, en lui il n'y a pas de ténèbres. »
- « Dieu est Amour. »
- « Dieu n'a pas fait la mort, il ne se réjouit pas de voir mourir les êtres vivants. »
- « Dieu a créé toutes choses pour qu'elles subsistent. »

La Bible dit très clairement qu'il y a une incompatibilité entre Dieu et le mal.

Dieu ne peut pas le vouloir. On dit parfois : « Qu'est-ce que j'ai fait au bon Dieu pour mériter ça ? » De même que Dieu ne peut pas l'envoyer, il est absolument bon. Bien sûr, dans l'Ancien Testament nous avons des passages qui attribuent à Dieu des punitions, des souffrances, des malheurs, mais il faut avoir en tête que l'Ancien Testament n'est qu'une étape de la Révélation, la plénitude de la Révélation ne vient qu'en Jésus qui nous montre le vrai visage de Dieu, la totalité du visage de Dieu. Jésus nous dit qu'en Dieu il n'y a aucun mal. En Jésus, Dieu prend sur lui tout le mal : celui que nous commettons et celui que nous subissons.

Dans le paragraphe 309 du Catéchisme de l'Eglise catholique : « Si Dieu le Père Tout-Puissant, Créateur du monde ordonné et bon, prend soin de toutes ses créatures, pourquoi le mal existe-t-il ? A cette question aussi pressante qu'inévitable, aussi douloureuse que mystérieuse, aucune réponse rapide ne saura suffire. C'est l'ensemble de la foi chrétienne qui constitue une réponse à cette question. » Le Catéchisme énumère les grandes étapes de la Révélation : « [...] la bonté de la création ; le drame du péché ; l'amour patient de Dieu, qui vient au-devant des hommes par ses Alliances, par l'incarnation rédemptrice de son fils, Jésus, par le don de l'Esprit, par le rassemblement de l'Eglise, par la force des sacrements ; l'appel à une vie heureuse auquel les créatures sont libres d'y répondre, consentir ou de s'y dérober [...]. » Le paragraphe se termine : « Il n'y a pas un trait du message chrétien qui ne soit pour une part une réponse à la question de Dieu. »

La réponse est vraiment celle-là : Dieu n'est pas venu pour ajouter du mal au mal, mais pour nous soulager de nos souffrances et nous aider à traverser les épreuves.

Paul Claudel dit : « Dieu n'est pas venu supprimer la souffrance, il n'est même pas venu l'expliquer, mais il est venu la remplir de sa présence. »

Si l'on regarde par exemple l'épisode de l'aveugle né dans l'Evangile selon saint Jean au chapitre 9 : Jésus marche dans Jérusalem et croise un mendiant aveugle. Les disciples demandent à Jésus pourquoi l'homme est né aveugle. Est-ce lui qui a pêché ou bien ses parents ? Sous-entendu, Dieu l'a puni puisqu'il est né comme cela. Jésus répond : « Ni lui ni ses parents, mais l'action de Dieu va se manifester en lui. » Jésus intervient pour le guérir. Il dit clairement que la question posée n'est pas la bonne.

Ce n'est pas Dieu qui punit ou qui est la cause du mal. Au contraire, Dieu intervient contre le mal.

Cela nous pose une sacrée question : quelle image avons-nous de Dieu ?

Comment voyons-nous Dieu ? Pourquoi dit-on : « Qu'est-ce que j'ai fait au bon Dieu pour mériter ça ? »

Si l'on veut savoir qui est Dieu, il faut regarder Jésus.

Nous sommes au début de la Semaine sainte et Jésus va nous montrer le vrai visage de Dieu : un visage de miséricorde, de bonté, d'amour pour les pêcheurs.

Et pour moi, qui est Jésus, qui est Dieu?

Jésus dit : « Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ses amis, et vous êtes mes amis. » Dans un passage d'Isaïe : « Ainsi parle le Seigneur, lui qui t'a créé, ne crains pas, car je t'ai racheté. Je t'ai appelé par ton nom, car tu es avec moi. Quand tu traverseras les eaux je serai avec toi, les fleuves ne te submergeront pas, quand tu marcheras au milieu du feu, tu ne te brûleras pas, la flamme ne te consumera pas. Car je suis le Seigneur ton Dieu, le saint d'Israël, ton sauveur, tu as du prix à mes yeux, tu as de la valeur et je t'aime. »

« Seigneur Jésus que l'amour de ton cœur m'envahisse, apprends-moi à me souvenir que si je suis venu à l'existence c'est parce que j'ai été désiré par toi, que je suis aimé de toi. Rencontre ma vie depuis le commencement où je fus conçu, jusqu'à ce jour. Jésus, par tes saintes plaies et la prière de Notre-Dame de la Délivrance guéris-moi de toutes les blessures qui ont atteint mon cœur, ma sensibilité, ma mémoire, mon imagination, mon intelligence, ma volonté. Libère mon être de tout lien, de toute chaîne qui me rend esclave. Par ton Esprit Saint, je veux vivre libre et joyeux à ton service et à celui de mes frères. Jésus, pour la gloire du Père et par les mains de Marie ma mère, je me donne tout entier à toi : corps, âme et esprit. Merci de m'avoir créé par Amour. Merci d'être mort sur la Croix pour le pardon de mes pêchés, merci pour toutes les grâces reçues depuis ma naissance. Merci pour le ciel que tu me donneras. »

17. D'OÙ VIENT LE MAL ? - Lionel Dalle - 7 avril

« En perte de repères » : voilà ce que j'ai répondu hier à cet ami qui me demandait comment je me sentais en ce moment. Matin, après-midi ; semaine, week-end : sans mes repères habituels, tout se mélange. Il paraît même que chez certains, ce sont les vacances scolaires – et je ne peux m'empêcher de me demander ce que ça changera lorsque ce sera le cas d'ici peu à Toulon.

Mais si ma perception du temps qui passe devient confuse, il passe quand même, et je me dois de le mettre à profit. Ou plutôt, je dois à Dieu – car c'est lui qui me le donne – de *faire compter* ce temps, de faire compter les heures, les jours, plutôt que de les compter. Sinon ce serait mal.

Oui, le mal est bien présent dans notre monde, et même en nous : nos colères, nos rancœurs, nos manques d'amour en sont autant d'incarnations, aux conséquences souvent plus ravageuses que nous voulons bien le croire. Nos impatiences, aussi – c'est pas bientôt fini, ce confinement, d'ailleurs ?

Mais je me rappelle alors cette phrase d'Albert Einstein : « le monde ne sera pas détruit par ceux qui font le mal, mais par ceux qui les regardent sans rien faire ». Alors faisons, entretenons et entreprenons à la fois – résistons. Car il serait fâcheux de perdre aussi ce repère-là.

David

Parole : « La création tout entière gémit, elle passe par les douleurs d'un enfantement qui dure encore » (Rm 8, 22).

Défi : choisir 3 objets ou vêtements à donner à la fin du confinement à des associations (Emmaüs, Société Saint-Vincent- de- Paul, Croix-Rouge, Le Relais...)

Hier, nous avons vu que Dieu qui est bon n'envoie pas de mauvaises choses et donc pas le coronavirus. Mais la question demeure : d'où vient ce virus ? La première réponse donnée a été : il vient d'un pangolin vendu sur un marché en Chine. Mais cela répond plutôt à la question : comment il est arrivé jusqu'à nous. La question posée à un niveau plus profond est la question du mal. D'où viennent les épidémies, les tsunamis, les inondations... ? C'est la question du « mal physique » présent sur notre terre. Pourquoi est-ce qu'il y a autant d'injustice, de guerres, de disputes ? C'est la question du « mal moral ».

D'où vient le mal dans le monde ? On a parfois l'impression que la terre est détraquée, que le cœur de l'homme l'est aussi. Est-ce Dieu qui n'aurait pas bien fait les choses ? Cette question du mal est une très grande question. De la réponse que l'on va donner dépendent notre façon de voir le monde, de vivre dans le monde, et même notre foi.

Voici l'explication que la foi chrétienne propose à la question du mal.

La question se pose très vite dans la Bible qui fait à peu près 2500 pages : elle arrive à la quatrième page. Et toute la suite de la Bible va être une réponse à cette question. On n'est pas dans la vision manichéenne où le bien et le mal s'équilibrent car l'un ne va pas sans l'autre. On est dans la logique d'une lutte, d'un combat à mort de l'un contre l'autre.

Pourquoi Dieu qui est bon n'a-t-il pas créé directement un monde sans mal?

Eh bien, il l'a fait ! Il a créé un monde entièrement bon : c'est ce qui nous est expliqué dans les deux premiers chapitres de la Genèse, qui est le premier livre de la Bible (elle est constituée de 73 livres différents). On nous décrit de manière imagée comment Dieu a créé le monde en sept jours : un monde qui est dans l'harmonie, la paix, la communion, qui est comme un jardin, et dans lequel Adam et Eve, nos deux premiers parents, habitent et vivent.

Comment le mal a-t-il pu entrer dans un monde où tout est bon ?

La Bible ne répond pas vraiment à la question du comment, mais à la question sur le qui. Au troisième chapitre, toujours dans la Genèse, elle présente un serpent qui parle, qui s'adresse à Adam et Eve et qui les entraîne dans le mal, en mettant d'abord un doute sur la bonté de Dieu, puis en les poussant à désobéir.

Ouvrons une parenthèse : attention, la Genèse n'est pas un récit scientifique qui raconterait comment le monde a été créé ! C'est un récit imagé qui explique le sens des choses. Personnellement, je ne crois pas que le monde a été créé en sept jours. (Et d'ailleurs, comment compter les jours sachant que le soleil est créé seulement le quatrième jour ?) Mais il est frappant de voir que le récit de la Genèse est consonant avec l'idée de la science moderne selon laquelle l'univers a évolué du plus simple au plus complexe.

Qui est le serpent ?

La réponse à cette question se situe dans le dernier livre la Bible (donc au bout des 2500 pages) qui s'appelle l'Apocalypse. Au chapitre 12, verset 9, il est écrit : « Oui, il fut rejeté le grand dragon, le serpent des origines, celui qu'on appelle le diable. » Le serpent est donc celui que l'on appelle « le diable », ce qui signifie « le diviseur », en grec.

La foi nous dit : Dieu a créé le monde visible et le monde invisible. Le premier nous est très familier : c'est nous-mêmes, le cosmos, la matière telle qu'on la connaît. Le second est le monde des anges

qui sont des créatures libres, de purs esprits. Ils ont été créés comme nous, mais ils ne meurent pas, ils ne vieillissent pas, car ils n'ont pas de corps. Ce sont des messagers de Dieu. Dans toute la création, il y a deux types de créatures libres : les êtres humains et les anges. Tous sont faits pour vivre en harmonie avec Dieu, en communion avec lui. Ils le choisissent librement, mais leur liberté ne s'exerce pas de la même manière.

- Pour les anges qui sont de purs esprits, leur liberté est plus absolue : ils choisissent le bien ou le mal une fois pour toute et après, ils ne changent plus. Ce choix se fait dans le premier acte qu'ils posent après leur création : soit ils choisissent le bien et ils sont bons pour toujours ; soit ils choisissent le mal et ils sont mauvais à jamais.
- Pour nous au contraire, les êtres humains, ce choix se fait progressivement dans le temps, par une multiplicité d'actes : un jour c'est oui, un jour c'est non. A chaque fois que nous posons un acte bon, nous nous rapprochons de Dieu, des autres, et nous déployons ce que nous sommes profondément. En revanche, chaque fois que nous faisons un acte mauvais, cela nous éloigne de Dieu, nous coupe des autres, nous renferme sur nous-mêmes et nous détruit un petit peu. Cette détermination vis-à-vis du bien et du mal va prendre toute notre vie. C'est une marche pour le bien ou contre le bien qui se fixera définitivement dans le moment de notre mort, quand nous aurons dit, soit un oui définitif au bien et nous serons pour toujours avec Dieu dans la vie éternelle, soit un non définitif et nous serons pour toujours seuls, dans la haine et rejetés loin de Dieu car nous l'aurons refusé ainsi que son pardon.

La foi nous dit que l'ange le plus important, le plus beau, celui que l'on appelle « Lucifer » (« porteur de lumière » en latin), s'est rebellé contre Dieu et qu'il a choisi les ténèbres pour toujours. Pourquoi ? C'est assez mystérieux : peut-être par jalousie vis-à-vis des hommes ou par orgueil à l'égard de Dieu. En tout cas, il a refusé de servir Dieu définitivement. Désormais, il mène une lutte totale contre Dieu, contre l'humanité, contre chacun d'entre nous. Il a emmené beaucoup d'autres anges à sa suite, qui sont devenus des démons, et il essaie de nous entrainer avec lui dans sa chute.

Pourquoi Dieu a-t-il donné la liberté aux hommes et aux anges ?

Dans un monde sans liberté, il n'y aurait pas de mal. Cela aurait fait une énorme économie de souffrance, c'est vrai. Mais le risque de la liberté était le prix à payer pour que l'amour existe dans le monde. Sans liberté, pas d'amour possible. Pour aimer quelqu'un, il faut pouvoir se porter librement vers lui. Or Dieu est Amour et il a voulu que nous partagions avec lui cette réalité de l'amour. Il nous a donc créés libres d'aimer ou de ne pas aimer. Il en est de même pour les anges. C'est très coûteux pour Dieu, il a payé un prix très cher qui est le prix de son Fils.

Donc finalement, d'où vient le mal?

Premièrement, du refus du premier ange de servir Dieu.

Deuxièmement, il a entraîné beaucoup d'autres anges avec lui.

Troisièmement, il a entraîné l'humanité avec lui. A l'origine, nous pourrions dire que ce n'est pas notre faute car nous avons été entrainés. Mais nous avons consenti au mal dans lequel le diable nous a conduits. Tout vient de là.

Ce choix fait par le premier ange et nos premiers parents a provoqué un choc sur tout le cosmos. Il s'agit d'une fracture, non physique mais plus profonde, qui fait que la terre est comme détraquée par le mal et n'est plus comme Dieu l'avait voulue. Saint Paul le dit dans l'Epître aux Romains au chapitre 8 à partir du verset 20 : « La création a été soumise au pouvoir du néant. Elle est comme en esclavage et attend une libération. La création tout entière gémit, elle passe par les douleurs d'un enfantement qui dure encore et elle n'est pas seule. Nous aussi, en nous-mêmes nous

gémissons. » La création, comme l'homme, a été atteinte : elle est marquée par le mal présent partout. Nous-mêmes sommes touchés dans notre cœur : il y a une secrète complicité avec le mal (on le voit dans notre égoïsme, nos jalousies, nos manques de générosité, nos désirs désordonnés). Nous avons tous, d'une certaine façon, été contaminés et l'essentiel du mal dans le monde semble provenir du cœur malade de l'homme : les guerres, les famines, les injustices, la destruction de l'environnement... de l'homme avide de posséder, d'être plus puissant et manquant de sagesse.

Et qu'a fait Dieu pour sauver la situation ? Comment nous-mêmes pouvons-nous réagir ?

A demain... en méditant deux petites questions :

- Comment serait le monde si tous les hommes étaient bons ?
- Quelle est ma part de responsabilité dans le mal qui existe dans le monde ?

« Seigneur Jésus, aujourd'hui nous te prions pour tous ceux qui sont atteints par le mal, spécialement ceux qui sont touchés par la maladie et par cette épidémie, ceux qui sont touchés par le handicap, la pauvreté, l'injustice et toute forme de mal. Viens Seigneur les aider, les consoler, les fortifier. Viens nous aider aussi à considérer notre part de responsabilité dans le mal qui est dans le monde, les lieux où notre comportement aggrave les choses, et aussi le bien que l'on pourrait faire et que l'on ne fait pas chaque jour. »

18. LA REPONSE DE DIEU AU MAL - Lionel Dalle - 8 avril

« Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » : cette supplique (dont je n'ai pas les droits d'auteur), je l'ai prononcée bien des fois dans l'épreuve. Face à un deuil qui m'a laissé orphelin jeune, dans la spirale d'une addiction qui m'a conduit aux portes de la mort, au pied de montagnes qui me semblaient toujours trop hautes... Et pourtant, Dieu sait qu'Il ne m'a jamais abandonné.

Cette supplique, nous l'avons tous lancée au moins une fois, quel que soit notre degré de foi, avec l'idée sous-jacente qu'un Dieu d'amour ne devrait pas permettre la souffrance. Jamais. Pour personne. Et que, dans sa toute-puissance, il ferait mieux de nous en affranchir – et, tant qu'à faire, de dégager le mal de la surface du globe : merci, au revoir, et à jamais !

Ce n'est évidemment pas aussi simple. La réponse de Dieu à nos douleurs est parfois inaudible ; Sa lumière dans nos ténèbres, invisible ; Sa présence à nos côtés, imperceptible. Mais Il nous est fidèle, toujours, et ne nous laisse jamais chuter sans avoir, de toute éternité, déjà prévu de nous relever. C'est la promesse que Jésus renouvelle à Pâques.

Tiens, saviez-vous d'ailleurs que le mot *Pâques* vient de l'hébreu *pessah*, qui veut dire *passage* ? N'est-ce pas justement ce qu'on cherche, dans notre Traversée ? David

Parole : « Vous aviez voulu me faire du mal, Dieu a voulu le changer en bien, afin d'accomplir ce qui se réalise aujourd'hui : préserver la vie d'un peuple nombreux » (Gn 50, 20).

Défi : trouver 3 motifs de fierté depuis le début du confinement et s'en féliciter.

Les nouvelles de ces jours derniers ne sont pas faciles : plus de morts, plus de gens dans les hôpitaux, peut-être que certains en ont marre : c'est la quatrième semaine. Et je pensais à une Traversée où l'on ne voit plus la terre d'où on vient et on n'aperçoit pas encore la rive où l'on va. On se retrouve au milieu, avec l'impression de ne pas avancer et on se pose des questions. Je vous invite à tenir bon, à ne pas douter et à vous dire que l'on verra le bout, cela sera plus facile : courage !

Quelle a été la réponse de Dieu face au mal dont nous avons parlé hier?

Tout d'abord, la réponse apportée par Dieu est très déroutante pour nous. A première vue, on peut dire c'est que l'on n'aurait pas fait comme lui. C'est compliqué pour nous d'entrer dans la logique de Dieu.

Qu'auriez-vous fait à sa place ? Probablement quelque chose comme ça : je prends une feuille de papier, toute belle, toute lisse, toute blanche : elle représente la création. C'est Adam et Eve dans le jardin de la Création. Et puis il y a le péché... je le représente en faisant une boule avec la feuille. Celle-ci représente la Création après le péché. Qu'est-ce que l'on aurait fait, nous ? Probablement, on aurait jeté la feuille.

Dieu ne l'a pas fait : il a gardé la feuille et a voulu sauver ce qui était abîmé. La feuille dépliée et froissée est la situation d'aujourd'hui : Dieu ne la jette pas parce que cela ne lui convient pas. Il en prend soin jusqu'à ce que la feuille soit d'or dans la vie éternelle.

Souvent, face au mal, la question qui est dans notre cœur est : « Mais pourquoi Dieu n'intervient-il pas ? Pourquoi reste-t-il silencieux ? Pourquoi ne fait-il rien ? Pourquoi laisse-t-il faire ? Où est sa Toute-Puissance ? N'est-ce pas lui le grand Patron ? »

Je m'arrêterai aujourd'hui sur quatre caractéristiques de la réponse de Dieu au mal pour essayer d'entrer dans la logique de Dieu.

La réponse de Dieu nous dépasse.

Dans le prophète Isaïe on a cette parole : « Autant le ciel est élevé au- dessus de la terre, autant mes chemins sont élevés au-dessus de vos chemins, et mes pensées au-dessus de vos pensées. » L'intelligence de Dieu nous dépasse très largement : en largeur parce que Dieu voit tout l'espace ; en longueur parce que Dieu voit tous les temps depuis les origines jusqu'à la fin ; en profondeur, car Dieu voit dans le secret de nos cœurs. Et de notre côté, nous raisonnons selon notre vue humaine, notre temps, notre espace, et en superficialité.

La volonté de Dieu nous dépasse : il veut nous sauver du mal et nous emmener dans la vie éternelle, et, par conséquent, il ne cherche pas en priorité à nous offrir une vie confortable ou une vie facile sur la terre. Il ne vise pas notre confort, mais notre conversion. Il ne vise pas notre santé, mais notre sainteté. Et dans la vie éternelle, nous serons comblés, nous serons en paix. Le repos est pour plus tard. Comme la terre est un peu détraquée, un peu cassée à cause du péché, nous sommes donc dans un temps de lutte. Saint Augustin dit : « La vie est comme un voyage, et la vie éternelle est la destination. La destination est beaucoup plus belle que le voyage. Certains voyageurs trouvent déjà beau le voyage et s'arrêtent. Ils s'installent en oubliant qu'on est que de passage sur la terre, et qu'il faut aller jusqu'au bout. »

Nous mener jusqu'au bout est l'objectif prioritaire de Dieu : il se sert de tout y compris des événements douloureux pour nous y emmener.

Dieu s'est totalement impliqué.

On aurait pu imaginer qu'il traite le problème à distance. Au contraire, il est venu lui-même sur la terre, et cela a été très coûteux pour lui. Lui qui est hors du temps est entré dans le temps, lui qui est le créateur de tout le cosmos s'est limité à un petit espace, la Terre sainte. Il a accepté toutes les caractéristiques de notre vie : la fatigue, le travail, la faim, la soif, le froid... tout jusqu'à la mort et de la pire des manières (la Croix), lui qui est immortel. C'est un abaissement incroyable : il a mis les mains dans le cambouis, dans la boue humaine, dans la boue du péché.

Pourquoi a-t-il fait cela ? Il n'avait pas besoin de le faire, mais il l'a fait pour nous rejoindre, pour être de notre côté, par amour pour nous, pour nous montrer sa proximité. Il l'a fait aussi pour prendre sur lui nos péchés. Isaïe dit : « C'est nos souffrances qu'il portait, nos douleurs dont il était

chargé, et nous, nous pensions qu'il était frappé, meurtri par Dieu, humilié » (Is 53, 4). Cette parole qui date de 800 avant Jésus s'applique parfaitement à Jésus. Quant à nous, en regardant Jésus sur la Croix, nous pourrions nous dire qu'il est maudit, alors qu'en fait il prenait sur lui nos fautes et le mal qui était dans nos cœurs.

Dieu retourne les choses à son avantage : il tire le bien du mal.

La réponse de Dieu consiste dans un retournement : au lieu d'anéantir le mal (comme nous l'aurions fait avec la feuille de papier), il le laisse au contraire subsister. Et c'est très choquant pour nous. Mais Dieu vient subvertir le mal de l'intérieur, il vient tirer du bien à l'intérieur du mal.

Voici deux exemples emblématiques :

- Le premier est l'histoire de Joseph et ses frères (racontée dans la Genèse) : par jalousie, Joseph est vendu par ses frères, il devient esclave en Egypte, puis par une série incroyable d'événements il devient l'intendant de Pharaon, son maître. Il prévoit qu'il y aura sept années d'abondance et sept années de famine : il fait stocker de la nourriture et permet à l'Egypte d'échapper à la disette. Ses frères affamés viennent le trouver et il les sauve de la faim. Au terme du récit, Joseph dit : « Le mal que vous avez voulu me faire, Dieu a voulu le changer en bien afin de sauver la vie d'un peuple nombreux. »
- Le deuxième exemple est la vie de Jésus. Dieu envoie son fils pour nous dire combien il nous aime, et nous l'avons crucifié. Jésus meurt, et, en mourant, il nous sauve de l'acte le pire que nous ayons fait : tuer le fils de Dieu. Du mal Dieu en tire le bien et nous donne la vie éternelle.

La victoire de Dieu ressemble à une défaite.

C'est très troublant pour nous. Lorsque l'on voit Jésus sur la Croix, on se dit : « C'est fini, c'est l'échec, tout est perdu, Dieu est dépassé » et on ne voit pas la Toute-Puissance de Dieu. Et pourtant elle est à l'œuvre : Jésus prend sur lui le mal et il y répond par un amour plus grand. Il pardonne sur la Croix. Il a l'air d'être submergé, mais il se laisse crucifier par amour pour nous. C'est la victoire de l'amour qui écrase le mal.

Dans les messes avant Pâques, dans une partie de la préface, il y a une prière qui dit ceci : « Par la puissance de la Croix, apparaît en pleine lumière la victoire du crucifié. » Il n'y a qu'à la fin des temps que la victoire sera éclatante, elle est aujourd'hui cachée. On pourrait croire que c'est un échec, mais avec les yeux de la foi on peut la voir. Dieu est en train d'avoir la victoire par la force de l'amour.

Exercice du jour : essayer de voir tout le bien qui se manifeste dans notre situation actuelle (le personnel médical qui prend des risques pour sauver les malade, toute l'entraide qui s'est développée : les services rendus, etc.). L'épidémie n'est pas un bien, mais Dieu tire le bien du mal. Méditer et réfléchir sur ce qu'a fait Jésus en mourant sur la Croix et en ressuscitant, comment il l'a fait, comment cela a pu sembler être une défaite, mais en réalité c'est une victoire.

« Seigneur je veux te prier pour tous les malades, ceux qui souffrent de l'épidémie et d'autres maladies, et pour tous ceux qui les soignent : médecins, personnel soignant, infirmiers..., les personnes qui risquent leur vie auprès des malades, et pour toutes celles qui les aident. Je voudrais aussi te demander de nous donner, à chacun d'entre nous, un cœur qui voit le bien qui est en train de se faire. De regarder comment tu nous pousses à faire le bien, comment tu arrives à tirer le bien du mal dans cette épidémie. Donne-nous un cœur qui voit la victoire cachée de l'amour. Merci Seigneur. »

19. DIEU A TELLEMENT AIME LE MONDE... - Lionel Dalle - 9 avril

Nouveaux embarqués, passagers de la première heure ou clandestins planqués en cale : TOUS SUR LE PONT (s'il vous plaît) ! Nous approchons en effet du premier grand cap de notre Traversée – la fête de Pâques.

Alors certes, les conditions dans lesquelles nous allons vivre ce sommet de l'année liturgique sont un peu perturbantes. Pas facile – pour moi en tout cas – de plonger réellement dans l'esprit du moment. Mais ce confinement a cela de bon qu'il nous oblige à devenir acteurs (et même metteurs en scène, en l'occurrence) du mystère pascal qui s'amorce, quand nous en sommes d'ordinaire des spectateurs plus ou moins impliqués.

Si vous vous sentez largué(e), pas de panique : Internet regorge de guides et de conseils pour bien vivre ce temps depuis chez vous – <u>sur le site de notre diocèse</u>, par exemple, ou encore <u>sur celui des</u> Évêgues de France.

Triduum. Trois jours à traverser, en recueillement et en intériorité, dans la confiance, dans l'espérance – et dans votre salon, donc.

Trois jours surtout avant l'exultation – car tant pis pour le suspense, je vous le dévoile : à la fin, Il ressuscite.

David

Parole: « Dieu a tellement aimé le monde... » (Jn 3, 16).

Défi: préparer et faire cuire du pain.

Avant de commencer je réponds à quelques questions-réactions aux topos antérieurs.

- Sur le mot « symbolique » que j'ai employé mardi en parlant des récits de la Genèse. « Comment pouvons-nous admettre, nous, chrétiens, que le monde fut créé sans le mal, et reconnaître dans le même temps que les récits de la Genèse ne sont que symboliques ?
- « Comme vous le précisez pour la Genèse, est-ce que votre explication du mal est symbolique ou est-ce que vous croyez, à la lettre, à ces anges et à ces démons ? Si c'est symbolique, pourriez-vous en expliquer le sens ? »

J'ai utilisé le mot « symbolique » qui n'est peut-être pas le meilleur, car il porte une ambiguïté. La question sous-jacente est : est-ce que c'est vrai ou pas ? Est-ce que ce dont on a parlé a existé ou est-ce une légende ? Je reformule avec le Catéchisme de l'Eglise catholique : « Le récit de la Genèse utilise un langage imagé, mais il affirme un événement primordial, un fait qui a eu lieu au commencement de l'histoire de l'homme. » La Genèse utilise un langage « imagé », là où j'ai utilisé le mot « symbolique », mais pour parler d'un épisode qui a vraiment eu lieu. Le serpent qui parle, par exemple, c'est imagé. On ne sait pas vraiment comment cela s'est passé du point de vue historique.

Avant de poursuivre, revenons sur les objectifs de La Traversée :

- Notre engagement au début était de faire des vidéos par des prêtres pour des croyants, mais ouvertes à tous ceux qui le souhaitent.
- Le but était de vous accompagner dans le confinement.
- On part de problématiques humaines posées par le confinement et on essaye d'apporter une réponse humaine, mais aussi une réponse de foi, tout en étant respectueux de la foi de chacun.

Pour vivre ces trois jours du Triduum, on va suivre un verset qui résume toute la Bible : Jn 3, 16.

(Jean chapitre 3, verset 16). Il est très intéressant de le connaître : c'est comme si la Bible tenait dans une phrase.

« Dieu a tellement aimé le monde qu'il a donné son Fils unique, afin que quiconque croit en lui ne périsse pas, mais qu'il ait la vie éternelle. »

Dans la foi chrétienne, chaque année à Pâques, on revit la mort et la résurrection du Christ au même tempo que les événements réels :

- Jeudi soir, on vit le dernier repas de Jésus.
- Vendredi, la mort de Jésus. Pendant la nuit de jeudi à vendredi, il y a eu un procès. Puis il est crucifié vers midi, il est mis au tombeau vers 18 h. Le vendredi est donc pour nous un jour de deuil et de jeûne.
- Samedi soir, l'attente et la résurrection de Jésus.
- Dimanche et toute la semaine qui suit, la joie de la résurrection.

Donc, aujourd'hui, Jeudi saint, on est dans cette perspective de ce dernier repas que Jésus a pris avec ses disciples. C'est le dernier moment de calme et d'intimité que Jésus vit. Il sait qu'il va mourir et il donne son testament, ce qu'il y a de plus précieux. Saint Jean nous dit : « Avant la fête de la Pâques, sachant que son heure était venue de passer de ce monde à son Père, Jésus ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, les aima jusqu'au bout. » Tout est centré sur l'amour : « Dieu a tellement aimé le monde. »

Jésus exprime son amour au cours de ce dernier repas.

Il va faire deux choses très singulières :

• Le geste du lavement des pieds.

Il est normalement effectué par l'esclave pour mettre à l'aise les invités qui avaient marché avec des sandales. Là, c'est Jésus qui le fait à ses apôtres, et c'est un choc pour eux, en particulier pour Pierre, qui résiste et dit : « Mais non, tu ne peux pas faire ça pour moi ». Finalement il se laisse convaincre par Jésus.

En accomplissant ce geste, Jésus donne une leçon sur l'amour : ce que je fais pour vous est un exemple, faites comme moi. Je suis le maître et pourtant je m'abaisse. Méditez ce que je fais et imitez-moi.

Jésus nous donne une immense leçon, car ce geste est contraire à nos habitudes : dans notre monde, plus on est grand et puissant, plus on se fait servir. Dans le Royaume des Cieux, plus on est grand et plus on s'abaisse, et on sert les autres. Le propre de l'amour est de s'abaisser. Jésus nous adresse une question : « Comment puis-je faire pour vivre cet abaissement ? Auprès de qui dois-je m'abaisser ? Comment puis-je m'abaisser pour ne pas paraître supérieur, hautain ? Comment puis-je servir au lieu de me faire servir ? »

• Les paroles prononcées : « Prenez, mangez-en tous, ceci est mon corps livré pour vous, prenez et buvez-en tous, ceci est mon sang versé pour vous. » Il prononce ces paroles en partageant du pain et du vin. Il ajoute : « Faites ceci en mémoire de moi. »

Au premier abord, les disciples ne comprennent par ces paroles. Le lendemain, Jésus livre son corps sur la Croix, verse son sang en étant crucifié, et les apôtres comprennent. Très vite, dans l'Eglise primitive, on a la conviction qu'il faut prendre les paroles de Jésus de manière littérale, et refaire ce repas comme Jésus nous l'a demandé. C'est devenu la messe, pendant laquelle le prêtre redit les paroles de Jésus. Dans la foi, les substances du pain et du vin, tout en gardant le même aspect, sont transformés véritablement en substances du corps et du sang de Jésus.

Si l'on n'est pas croyant, c'est inimaginable. Mais si l'on est croyant, c'est le plus grand des trésors : Dieu se rend présent dans l'hostie consacrée. Il vient nous visiter. Et on comprend la parole de Jésus : « Je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin. »

Il n'y a rien de plus beau que de participer à la messe... et cette année on ne peut vivre aucune des messes à cause du confinement. Comment faire ? Un motif de consolation : les prêtres continuent à dire la messe pour vous, à votre intention. On continue à bénéficier des effets positifs de la messe, même à distance. Un autre motif de consolation : vous pouvez vous unir spirituellement à toutes les messes célébrées, et à Jésus présent dans l'hostie consacrée.

Voici l'histoire de Marguerite-Marie, qui a vécu au 17^{ème} siècle, et est devenue religieuse à Parayle-Monial.

Elle a eu des apparitions. Son enfance est difficile : son père meurt quand elle a huit ans. Elle va être maltraitée par la famille de son père, qui l'exploite, l'empêche d'aller à la messe. Elle prie donc en cachette, et, ne pouvant communier, monte sur un rocher au fond de son jardin d'où elle aperçoit le clocher de l'église. Elle imagine le tabernacle, elle visualise le Corps du Christ et elle est saisie par l'amour de Dieu. Alors qu'elle ne peut plus aller à l'église, comme nous aujourd'hui, Jésus lui donne des grâces encore plus grandes.

Demandons aussi à Jésus de nous donner des grâces d'union à lui, en pensant à sa présence dans les tabernacles. Je voudrais commencer par prier pour les prêtres, dont nous célébrons la fête aujourd'hui.

« Seigneur Jésus nous voulons te prier aujourd'hui pour tous les prêtres, ceux qui vont célébrer ces messes, seuls et qui souffrent de cette solitude, et tous ceux qui sont en difficulté. Viens Seigneur les soutenir. Je te prie aujourd'hui pour tous ceux qui souffrent, tous ceux qui sont malades et ceux qui les soignent. Je te confie tous les fidèles qui souffrent de l'absence de messe, et de ne pouvoir communier. Nous te demandons tous ensemble, les uns pour les autres, la grâce de vivre notre foi sans aller à l'église, et de croire que tu ne nous abandonnes pas et que tu nous donnes encore plus de grâces. »

20. ... QU'IL A DONNE SON FILS... - Benoît Moradei - 10 avril

Le déconfinement n'étant pas encore à l'ordre du jour, les esprits se parent d'une douce résignation. Car à bien y regarder, cet enfermement forcé et si difficile à vivre porte aussi du fruit. La multitude d'initiatives fraternelles et solidaires déployées avec créativité en témoignent. Petit à petit, nous apprenons à renoncer...

A une part de nous-mêmes : nos habitudes, notre espace de liberté, notre vie sociale et plus douloureusement parfois, notre travail, notre santé. Dans le même temps, nous trouvons d'autres chemins pour nous donner, aller vers l'autre, offrir notre solitude, tendre notre main. Nous nous sommes mis à voir plus loin, plus haut et plus grand que nous ne l'aurions imaginé ! A chaque dépouillement répond le dépassement de soi.

En ce Vendredi saint, alors que nous vivons auprès de Jésus le don le plus total, regardons la Croix, la sienne, la nôtre, et prenons-la. Parce que la Croix n'est pas la fin, peut-être touchons-nous du doigt la beauté de son mystère : un don d'amour et de vie pour chacun.

Un chemin qui mène vers Dieu.

Laetitia

Parole: « ... qu'il a donné son Fils unique... » (Jn 3, 16).

Défi: fabriquer une croix avec des brindilles, des crayons, du papier...

« Qu'il a donné son fils unique » : qu'est-ce que cela veut dire ? Dieu nous a donné beaucoup de choses : la vie, le cosmos, une famille, des relations, le soleil, la terre, les étoiles... mais le plus beau cadeau que Dieu nous ait fait c'est son Fils Jésus. Il nous l'a donné totalement, quitte à ce que nous en fassions ce que nous voulions. Dieu ne nous l'a pas repris au moment où ça tournait mal pour lui, au moment où ses contemporains l'ont rejeté et crucifié, ont refusé le cadeau. C'est ça qui est incroyable, inimaginable, peut-être même choquant : Dieu nous l'a donné jusqu'au bout. Et comment le fils de Dieu a-t-il pu être à ce point rejeté et a-t-il pu mourir sur la Croix ?

Petit arrêt sur la croix : avons-nous conscience de ce que c'est d'abord ?

La croix est l'une des tortures les plus horribles que les hommes aient pu inventer. Ce supplice vient des Perses en -600, puis est repris par les Romains au premier siècle. Il consiste à attacher ou à clouer quelqu'un sur un arbre, un poteau, une poutre, une croix, et le laisser mourir, non pas par perte de sang, mais par asphyxie, car la personne doit se hisser pour respirer. Au fur et à mesure, la personne n'a plus de force et meurt asphyxiée. Cicéron dit que c'est la plus cruelle et la plus hideuse des tortures. Elle est réservée donc aux cas les plus graves. Quand les contemporains de Jésus l'ont vu sur une croix, ils se sont demandé ce qui se passait, ce qu'il avait fait pour mériter cela, s'ils ne s'étaient pas trompés sur son identité. Certains même se sont moqués de lui en disant que Jésus se prétendait Fils de Dieu, le Messie - le Sauveur du monde - et qu'il ne trouvait même pas les moyens de se sauver, d'échapper à la crucifixion. Il y a aussi ceux qui ont eu honte de l'avoir suivi, dont des disciples probablement, et se sont dit qu'ils s'étaient fourvoyés, que Jésus n'était qu'un homme. Et puis il y a ceux, comme des musulmans quelques siècles plus tard, qui disent que c'est un sosie de Jésus qui a été crucifié, que ce n'est pas possible que Dieu ait laissé faire cela si c'était son Fils.

Il y a donc plusieurs réactions face à la Croix.

Je m'arrêterai sur celle des disciples. Elle est très rassurante pour nous qui avons du mal à comprendre la Croix, à entrer dans ce Mystère. Les disciples, lorsque Jésus leur annonce par trois fois qu'il va mourir, ont été systématiquement dans le déni. Ils disent : « Mais non, cela ne t'arrivera pas, cela n'est pas possible. » Ils n'ont pas entendu ce que Jésus leur disait. Par conséquent, au moment où c'est arrivé, leur réaction a été de partir, de fuir. Certainement par peur d'y passer eux aussi, mais sans doute aussi par désarrois : ils ne comprennent pas ce qui se passe.

La figure de Pierre est très aidante dans ce contexte. Lors de l'arrestation, Pierre, le chef des apôtres, va suivre de loin de groupe qui a arrêté Jésus et se rend à la maison de Caïphe, dans laquelle aura lieu la première partie du procès de Jésus, de nuit, dans un quartier au sud-ouest du Temple de Jérusalem. C'est un quartier un peu riche. Dans la cour de la maison, Pierre reste autour du brasero avec les serviteurs du grand prêtre et les soldats du Temple à écouter de loin ce qu'il se dit pour comprendre, car il veut comprendre. Et quelqu'un lui demande : « Qu'est-ce que tu fais là ? Qui es-tu ? N'étais-tu pas l'un des disciples de Jésus qui vient d'être arrêté ? » Et par trois fois, Pierre va renier. En fait, il va dire : « Non je ne le connais pas. » On pense qu'il a peur de finir comme Jésus, il veut sauver sa peau. Il peut aussi y avoir une autre interprétation qui n'exclut pas la première. Prenons cette phrase au sens le plus strict « je ne connais pas cet homme », pour dire en réalité qu'il ne connaît pas l'homme qui vient de se faire arrêter, mais qu'il connaît l'homme de Galilée qui nourrit les foules et guérit les malades, qui marche sur les eaux et tient tête aux autorités ! Oui, celui-là il le connaît ! Mais celui qui est dans la salle du jugement, s'est laissé arrêter, n'a rien dit, n'a pas manifesté d'opposition ; ce Jésus-là il ne le connaît pas ! Il ne sait pas qui il est, il ne sait pas de qui il parle.

Je trouve important de souligner que, comme les disciples, nous avons du mal à comprendre et à pénétrer le mystère de la Croix. Faisons un pas de plus en nous demandant ce que nous pouvons en comprendre avec Pierre, avec les apôtres. Il leur a fallu du temps pour revenir sur ces événements. Et peu à peu, nous le verrons dans leurs lettres, dans leurs écrits, dans leurs méditations, ils pénètrent ce qui s'est passé ce jour-là pour mieux comprendre.

Je vous propose trois grands cadeaux à recevoir de la Croix, en cette période difficile :

- La présence de Dieu dans notre détresse. La Croix nous dit que Jésus est toujours, toujours avec nous. Il est allé tellement loin dans le sentiment d'abandon : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? », tellement loin dans la souffrance, dans la mort il a été mis au tombeau, a porté le rejet, la haine, l'indifférence, l'angoisse, la violence que tous ceux qui vivent la même chose sont toujours avec Jésus, rejoints par lui ; aussi profondément que l'on puisse aller dans le désespoir, la souffrance ou l'abandon, on ne sera jamais seuls.
 - « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » Cette phrase est à la fois étonnante et rassurante pour nous. Si le Fils de Dieu a prononcé cette phrase, nous pouvons, nous aussi, avoir des moments de doute, d'incompréhension. Et nous avons le droit d'exprimer à Dieu : « Je ne comprends pas », en nous souvenant que Jésus nous aide à faire un chemin sur la Croix, puisqu'il meurt en disant : « Père entre tes mains je remets mon esprit. »
- Le pardon de Jésus. Jésus sur la Croix ne reçoit que de la violence et de la haine. En retour, il ne donne que de l'amour et de la paix. Il va même jusqu'à dire : « Père pardonne-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font. » Il s'adresse au bon larron : « Aujourd'hui, tu seras avec moi dans le paradis. » A la haine qui d'habitude entraîne la haine ; à la violence, la violence, Jésus casse le cycle infernal pour faire entrer la paix, l'amour, la lumière dans le monde. En échange de toute haine, il ne peut donner que son amour.
- Jésus sur la Croix a pris la place des pécheurs, des larrons... de tous ceux qui ont fait quelque chose de grave. Lui n'a rien fait, il ne devrait pas être sur la Croix, il ne devrait pas mourir ainsi : il est totalement innocent. C'est l'homme le plus pur que la terre ait porté. Et pourtant il accepte de mourir de la même manière que les coupables. Comme s'il prenait toutes les fautes de toute l'histoire de l'humanité : qu'elles soient passées, présentes ou à venir, en faisant un acte d'humilité et de compassion pour les pécheurs. Il dit : « Je suis venu pour sauver ce qui était perdu », « Je suis venu non pas pour être servi, mais pour servir et donner ma vie en rançon pour la multitude » (Mc 10, 45), « Ceci est mon sang, le sang de l'Alliance versé pour le pardon des pêchés » (Mt 26, 28). La Croix est donc le lieu où Jésus rejoint les parties les plus sombres de moi-même.

J'ai été bouleversé par la prière du pape François le 25 mars. Il était seul sur la place Saint-Pierre, vide. Il adresse un message de confiance et de courage à toute l'humanité. Il a dit cette phrase devant ce très beau crucifix de San Marcello : « La force de la Croix du Christ nous libère de la peur, de la culpabilité, du sentiment de solitude, de l'impression de ne pas pouvoir traverser cette période d'épidémie. »

Sainte Angèle de Foligno - mystique du 13^e siècle et contemporaine de saint François -, lors de la méditation de la passion, reçoit une parole intérieure : « Ce n'est pas pour rire que je t'ai aimée. » Elle écrira : « Je vis dans la lumière de quelle vérité cette parole était vraie. Je voyais les effets réels de cet amour et jusqu'où en vérité ils avaient conduit le Fils de Dieu. Je vis ce qu'il supporta dans sa vie et dans sa mort pour l'amour de moi, par la vertu réelle de cet amour indicible qui lui brûlait les

entrailles. Et je sentais dans son inouïe vérité, la parole que j'avais entendue : non il ne m'avait pas aimé pour rire, mais d'un amour épouvantablement sérieux, vrai, profond, parfait. »

Je vous propose une démarche de prière. Prenez un crucifix dans vos mains et contemplez-le en silence, puis fermez les yeux. « Jésus tu as donné ta vie par amour pour moi. Tu es allé jusqu'à la Croix. Je ne comprends pas avec ma tête, mais avec mon cœur, je veux me laisser toucher, me laisser rejoindre et comprendre que tu es toujours avec moi, lorsque je porte une croix lourde, trop lourde pour moi ; que tu me donnes ta paix et ton courage, ton pardon, ta force. Merci Seigneur de m'avoir autant aimé. »

21. ... LE SAUVEUR - Pierre Aguila - 11 avril

Samedi saint. Le jour du silence. Un jour comme une parenthèse entre la Passion et la Résurrection. Comme un tunnel entre la mort et la vie (éternelle, tant qu'à faire). Comme un soupir étendu entre les pleurs de l'affliction et les clameurs de l'exultation.

Voilà donc le programme qui nous est proposé : silence, attente, et recueillement. Une ascèse exigeante, peut-être inconcevable (voire outrancière pour certains), en ce qu'elle surajoute à celle du confinement. Mais une ascèse indispensable : lorsque l'on perd un être cher, il faut ce temps de deuil avant d'en revenir aux choses de la vie.

Pas très *glamour*, donc, ce Samedi Saint – mais en revanche très *amour*. Car c'est bien cela que je veux méditer, étreindre et savourer en cette veille de Pâques : l'amour si infini, si *insensé* de Dieu qu'il a sacrifié son Fils pour notre salut à tous. Même moi. Même vous.

Alors, dans la langueur du jour, préparons-nous : ce soir, on veille ; ce soir, on sort (c'est une image, évidemment, restez bien chez vous !).

On sort des ténèbres, de la douleur et du désespoir. On sort vers la lumière, comme Jésus du tombeau. Patience, *silence* – j'entends l'Époux, Il arrive...

David

Parole: « ... afin que quiconque croit en lui ne périsse pas, mais qu'il ait la vie éternelle » (Jn 3, 16).

Défi : peindre une croix colorée et écrire « Alléluia ! Jésus est vivant ! » sur une banderole ou une grande feuille blanche, pour l'accrocher demain à sa fenêtre.

Jésus, personne ne peut nier son existence. Et nous, chrétiens, croyons qu'il est venu pour nous sauver, pour secourir toute l'humanité. Ce projet de sauvetage de toute l'humanité qui jaillit du cœur de Dieu est résumé dans la fin de notre verset : « ... afin que quiconque croit en lui ne périsse pas, mais qu'il ait la vie éternelle. »

C'est clair et net, Dieu ne veut pas la mort, mais la vie éternelle.

Alors peut-être qu'en cette période où tant de gens meurent du Covid ou d'une autre maladie, vous seriez tentés de me dire que ce n'est pas tout à fait exact. « Afin que quiconque » : personne n'est exclu du Salut, personne n'est laissé de côté. « Qu'il ait la vie éternelle » : Jésus annonce le sens ultime de notre existence. Que faisons-nous sur terre ? Dieu donne la vie, qui commence sur terre et se déploiera dans la vie éternelle quand nous basculerons. Le ciel n'est pas loin, c'est ce bonheur qui nous attend et dont nous pouvons goûter les prémices. La vie éternelle est déjà commencée, car par sa mort Jésus a tué la mort. Il a ouvert l'horizon qui jusqu'alors était bouché.

Comme lorsque nous sommes confrontés à une épreuve, nous voyons l'horizon bouché : cela n'est pas évident de lever les yeux, de voir plus loin. Il en est de même pour penser à l'éternité lorsque nous sommes sur terre.

D'où la question du jour « comment vivre dès maintenant de cette vie éternelle » même si je traverse la vallée de l'ombre ?

Une clé de réponse se trouve à la fin de notre verset : « quiconque croit ».

Qu'elle est-elle cette foi chrétienne ?

Benoît XVI écrit sur l'espérance : « La foi nous donne déjà maintenant quelque chose de la réalité attendue. La foi attire l'avenir dans le présent, et le fait que cet avenir existe change le présent. Le présent est touché par la réalité future, et ainsi les biens à venir se déversent sur les biens présents, et les biens présents sur les biens à venir. » La foi est comme un muscle invisible qui me permet de ne pas rester river à cette terre, mais de lever les yeux et d'entrevoir ce Royaume de Dieu annoncé par Jésus. La foi nous permet de vivre autrement notre vie d'ici-bas, quelles que soient les circonstances heureuses ou éprouvantes. La vie ne change pas, mais ma manière de la vivre est différente. La foi est une assurance totale, indéfectible en l'amour infini de Dieu pour chacun. »

La foi est un don à demander et à recevoir, mais aussi une décision libre. Je décide de m'ouvrir à cette dimension que je ne connais pas forcément.

Il y a une façon très simple d'accueillir l'amour que Dieu veut nous donner, c'est de le déclarer à Jésus. Alors ce soir, nous allons être dans la joie. Une joie fêtée de manière bien particulière, mais nous pourrions applaudir notre Seigneur qui nous sauve... un peu comme nous le faisons tous les soirs à 20 heures.

« Jésus, merci pour ton grand amour pour moi, merci d'être mort et ressuscité. Merci d'avoir fait ce que je ne pouvais pas faire. Aujourd'hui, je veux te demander pardon pour tout le mal que j'ai commis dans ma vie, contre moi, contre toi, contre les autres. Et je décide d'accepter de te reconnaître comme le Seigneur et le Sauveur de ma vie. Je veux vivre avec toi chaque jour sur cette terre, en route vers le ciel, avec la force de l'Esprit Saint que tu nous as promis. Merci Jésus pour tant d'amour. Amen. »

22. IL EST RESSUSCITE - témoignage - 12 avril

Le Christ est ressuscité, il est vraiment ressuscité! Alléluia! (ENFIN!) Que tu es bon Seigneur, de rythmer ce temps de confinement. Nous pourrions être déboussolés, dans une vie où tous les jours se ressemblent, mais il n'en est rien.

C'est sûr que, jusqu'à aujourd'hui, le couple Carême-confinement pouvait facilement plomber l'ambiance. Mais pour nous ils sont finis les jours de la Passion, suivons maintenant les pas du Ressuscité!

Hélas, qu'il est difficile de vivre pleinement la joie de Pâques... Difficile parce que nous prions encore et toujours pour ceux qui sont sur le point de suivre Ses pas vers le Ciel, pour leurs familles, pour les parents seuls, pour les personnes seules depuis 4 longues semaines, pour les soignants, pour les familles confinées marquées par la violence. Que le Ressuscité accorde à tous aujourd'hui un répit, une lumière nouvelle, une guérison, une douceur, une tendresse. Et si tu le veux Seigneur, je suis

disponible pour être l'oreille qui écoute, la voix qui réconforte, la main qui écrit une lettre, qui envoie un cadeau! Montre-moi qui a besoin de quoi autour de moi!

Cette étrange Traversée nous fait sentir qu'à la fin seul l'amour restera. A quoi bon attendre la fin ? Autant s'y mettre maintenant. On est ensemble! Et Jésus, vivant, est avec nous tous les jours, jusqu'à la fin des temps!

Matthieu

Parole: « Il est ressuscité » (Mt 28, 6).

Défi : déposer un mot souhaitant « Joyeuses Pâques » à ses voisins (avec ou sans chocolat !).

Témoignage de 5 matelots.

23. DU RECONFORT! - Pierre Aguila - 13 avril

Le Christ est ressuscité, il est vraiment ressuscité! ALLELUIA!

Encore, hé oui c'est Pâques tous les jours pendant l'octave alors on va goûter notre joie.

Le pape François a dit hier « la résurrection du Christ n'enjambe pas la souffrance mais la traverse ». De là à penser qu'il a entendu parler de notre Traversée, il n'y a qu'un pas que moi j'enjambe allégrement. Oui nous traversons ensemble cette épreuve, qu'elle soit de confinement, de maladie, de deuil, d'inquiétude, de solitude, marquée par la difficulté matérielle, psychologique ou tout à la fois. En fait, c'est fou : par cette pandémie et ses conséquences, nous nous découvrons tous en souffrance, à des degrés très divers. Le Christ est dans la barque avec nous, il traverse nos souffrances. Il nous rassure par sa présence à bord et nous assure de sa victoire qui est certaine. Il m'est venu à l'esprit que sur 18000 inscrits, certains devaient se dire qu'on marchait sur la tête ici, avec ces histoires de Jésus qui ressuscite, de prière les uns pour les autres et tout le tintouin. Drôle : la vidéo du jour vient précisément donner les clefs de comment connaître Jésus et comment prier !

Normalement on dit « les grands esprits se rencontrent » mais nous on sait bien qu'il s'agit d'un autre Esprit qui nous fait nous rencontrer. ALLELUIA !

Matthieu

Parole: « Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur Jésus-Christ, le Père des miséricordes et le Dieu de toute consolation, qui nous console dans toutes nos détresses, afin que, par la consolation dont nous sommes l'objet de la part de Dieu, nous puissions aussi consoler les autres, dans quelque détresse qu'ils se trouvent! » (2 Co 1, 3-4).

Défi: téléphoner à une personne isolée.

Demain midi, cela fera quatre semaines de confinement. Certains diront : « Déjà ! », mais d'autres diront : « Ça passe vraiment lentement. » Les paroles de soutien sont parfois difficiles à trouver, et peuvent ne pas être toujours bien adaptées. Mais surtout en cette période de confinement, il faut continuer à apporter réconfort, présence, affection : nous pouvons tous consoler... et être consolés ! Attention, la consolation ce n'est pas dire : « Mais ne t'inquiète pas, ça passera, finalement ce n'est pas si grave... »

La vraie consolation part du cœur et est inhérente à la compassion (qui signifie souffrir avec).

Il s'agit de se mettre à la place de la personne qui souffre pour l'accompagner, être là, avec délicatesse, respect, disponibilité. Le pape François le 25 mars a dit : « Dans cette barque, nous nous trouvons tous, et nous avons besoin de nous réconforter les uns les autres. »

La Bible nous donne aussi des éléments pour avancer :

- Le prophète Isaïe, au chapitre 40 : « Consolez, consolez mon peuple- dit votre Dieu. »
- Saint Paul dans la deuxième Epître aux Corinthiens : « Béni soit Dieu le Père de notre Seigneur Jésus-Christ, le père des miséricordes et le Dieu de toute consolation qui nous console dans toutes nos détresses, afin que par la consolation dont nous sommes l'objet de la part de Dieu, nous puissions aussi consoler les autres dans quelque détresse qu'ils se trouvent. »

Pour réconforter les autres, nous devons nous laisser réconforter par Dieu.

Ce n'est pas chronologique, tout cela va ensemble. Et c'est important aussi de se dire que pour consoler ou être consolés, on n'est pas obligés d'être croyants. C'est possible sans Dieu, mais pourquoi ne pas puiser dans le Dieu de toute consolation.

Alors concrètement comment faire ? Je vais vous présenter l'Esprit Saint.

Jean (chapitre 14) : Jésus dit : « Moi je prierai le Père, et il vous donnera un autre Consolateur, qui sera pour toujours avec vous. L'Esprit de vérité demeure auprès de vous et il sera en vous. » Et plus loin : « Il vaut mieux pour vous que je m'en aille, car si je ne m'en vais pas, le Consolateur, le Paraclet ne viendra pas à vous. Mais si je pars, je vous l'enverrai. » Nous avons donc vraiment besoin de l'Esprit Saint.

Benoît XVI un jour l'a appelé Le Grand Inconnu : il est difficile de s'imaginer cette troisième personne de la Trinité. La Bible utilise des symboles pour nous en parler « le feu, le vent, l'huile, l'eau... ». Ces symboles expriment ce que l'Esprit Saint produit en nous. Malgré la difficulté à le décrire, c'est vraiment quelqu'un. Croyants ou non, nous pouvons le découvrir ou redécouvrir. Il nous aide pour réconforter les autres, mais il fait bien plus que cela, car il nous permet de rencontrer Jésus vivant, Jésus ressuscité. C'est d'ailleurs sa première mission : il nous mène en sa présence, il nous le fait connaître. Le Saint-Esprit nous équipe, il nous donne tout ce qu'il faut pour cette Traversée : la force, le courage, la lumière, la persévérance, le discernement.

« Jésus, merci de nous avoir promis que Dieu ne refuserait pas donner le Saint-Esprit à ceux qui le lui demandent. A peine ressuscité le soir de Pâques, tu as soufflé sur tes apôtres en leur disant : "Recevez l'Esprit Saint". Forts de cette promesse, nous disons au Père : "Envoie-nous le Consolateur, nous en avons tellement besoin pour apprendre à nous laisser consoler, à nous laisser aimer et à consoler les autres". Esprit Saint, j'ai du mal à t'imaginer, mais je crois en toi. Merci de ta fidélité, merci de me faire entrer chaque jour dans cette vie nouvelle acquise par la mort et la résurrection de Jésus. Assiste particulièrement les malades, ceux qui sont en danger de mort, les familles endeuillées et tous ceux qui sont submergés par cette épidémie. Merci Saint-Esprit. »

24. LE CONFINEMENT, UNE OPPORTUNITE POUR DEVENIR VRAIMENT LIBRE – Lionel Dalle - 14 avril

On ne peut pas dire qu'on ne s'était pas préparé... mais hier soir on a un peu pris la foudre sur le grand mât quand même. Finalement la Traversée va durer encore un peu.

Qu'il est difficile de se projeter ! Qu'il est difficile d'entendre toutes les hypothèses sur le risque de deuxième vague, la date de la reprise de l'école, le devenir des vacances d'été, le degré de gravité de la crise économique ou la durée de la crise sanitaire qui maintiennent l'esprit dans une inquiétude lancinante et mortifère.

Comme chrétiens, nous vivons tout ce que vivent les autres hommes. Mais avec le Christ nous le vivons différemment. Une chose est sûre : Dieu habite le présent. Ses grâces sont pour notre inquiétude d'aujourd'hui. Il donne sa force pour vivre de ce matin jusqu'à ce soir. Il nous assure de sa présence dans nos difficultés du jour.

Soudain, comme tout se simplifie : adieu les inquiétudes du lendemain ou du surlendemain, je vous rejette ! Avec sainte Thérèse de Lisieux, championne du quotidien, <u>je vous souhaite un bel aujourd'hui</u> avec la grâce de Dieu !

Matthieu

Parole: « C'est pour que nous soyons libres que le Christ nous a libérés » (Ga 5, 1).

Défi : écrire un mail pour encourager les soignants sur le site.

Ce qui est difficile, en cette période de confinement, c'est le manque de liberté qu'elle induit. La plupart des activités extérieures nous sont interdites. Il ne nous reste plus que le droit de faire des courses de temps en temps, du sport (moins d'une heure autour de notre domicile), et pour certains d'aller à leur travail. La distanciation physique est très difficile, car c'est sans doute ce qu'il y a de plus beau dans notre vie : rencontrer des personnes, les embrasser, passer du temps ensemble. Nous verrons aujourd'hui comment le confinement est vraiment une occasion à saisir pour devenir libre... Il faut renverser notre manière de voir la liberté et ainsi penser les choses d'une manière nouvelle!

Découvrons une conception plus profonde de notre liberté.

Habituellement, la définition de la liberté est négative : si je ne subis pas de contraintes extérieures, je suis libre, je peux faire ce que je veux. Toutes celles que la société m'impose, par exemple les limitations des sorties et des contacts, les règles de vie, mais également des obligations de toutes sortes limitent ma liberté. Et pour être libre, je vais essayer de réduire au maximum ces restrictions qui pèsent sur moi.

Mais la liberté définie comme l'absence de contraintes extérieures, pose trois problèmes :

- La liste de limitations qui pèsent sur moi est sans fin. Et même si demain le confinement s'achève, je resterai limité par énormément de facteurs : les moyens financiers ne sont pas extensibles ; le temps libre est grignoté par le travail ; l'âge (je ne choisis pas mon âge), le sexe (je nais homme ou femme), la famille, le pays, l'époque... tout cela, je ne l'ai pas décidé. Le nombre de facteurs qui me limite est très grand. Je vais alors me tourner vers la science afin qu'elle me fournisse de nouvelles technologies pour que je sois de plus en plus libre : avec une voiture je vais plus vite, mais avec un train je vais plus loin, avec un avion plus vite et plus loin... La difficulté, c'est que cette course est sans fin et que je suis dans une perpétuelle attente d'un nouveau progrès qui me libérera, mais qui en fait me rend esclave. Je suis donc dans une espèce d'illusion.
- Mes choix même me limitent. Car dès que je choisis un conjoint, un métier, une maison... cela
 me ferme toutes les autres possibilités. D'une certaine manière cela détruit ma liberté : donc
 soit je renonce à ma liberté, soit je reste comme un jeune de terminale qui a tout le champ
 des possibles devant lui et qui ne s'engage dans rien pour rester libre.
- Cette définition rate l'essentiel. La plupart des limitations de ma liberté ne sont pas extérieures à moi-même, mais proviennent de moi-même : mes dépendances, mes mauvaises habitudes, ma paresse, mes peurs, le découragement, la faiblesse de ma volonté, mon égoïsme, mon égocentrisme... vont ruiner ma liberté. Le problème est donc plutôt en moi-même.

J'ai donc besoin d'une libération intérieure.

Saint Paul (2 Co 6, 12) : « Vous n'êtes pas à l'étroit chez nous, c'est en vous-mêmes que vous êtes à l'étroit. » C'est dans votre cœur que vous êtes à l'étroit. La vraie révolution est de comprendre cela : le problème de ma liberté est en moi-même. Par conséquent j'ai besoin d'une libération intérieure, et, si je l'ai acquise, je vais être capable de supporter énormément de contraintes extérieures tout en continuant à me sentir vraiment libre.

Thérèse de Lisieux est une religieuse du 19ème siècle, qui est entrée au Carmel à 15 ans, et est morte à 25 ans. Du point de vue humain, on pourrait dire qu'elle a vécu une vie extrêmement limitée puisque l'essentiel de sa vie s'est passé dans ce carmel, où elle a fréquenté une quinzaine d'autres religieuses. Ce lieu était tout petit, confiné, dans la petite ville de Lisieux. On peut dire que son horizon humain était extrêmement réduit, étroit. Elle a raconté sa vie au carmel dans HISTOIRE D'UNE ÂME. Quand on lit ses écrits, on voit qu'elle est habitée d'un souffle intérieur, d'une espèce de grandeur et d'une ampleur dans la vision de sa vie, incroyable! Elle évoque « les désirs infinis de son cœur » et se pose la question de sa vocation. Elle raconte qu'elle a choisi celle de carmélite, mais qu'elle aimerait bien vivre tous les appels : guerrier, prêtre, missionnaire, apôtre. Mais elle aimerait être missionnaire pas seulement dans un lieu, mais sur les cinq continents, pas seulement dans un temps, mais depuis la création du monde. Elle explique qu'elle cherchait la résolution et elle l'a trouvée dans l'Epître de saint Paul. Elle déclare : « Dans le cœur de l'Eglise, ma Mère, je serai l'amour, et ainsi je serai tout. » On se rend compte que son cœur est comme dilaté, et sa liberté intérieure est remarquable. On ne sent pas du tout peser sur elle le poids du confinement, qui est très fort et qui dure toute sa vie.

Alors comment acquérir cette liberté intérieure ?

Il y a d'un côté une part humaine, un travail sur soi, on le verra plus tard, et d'un autre côté le besoin de l'aide de Dieu. En effet, on a besoin de l'aide de Dieu pour nous guérir du péché (c'est-à-dire des moments où l'on fait le mal) qui est comme un abus de notre liberté. Car lorsque l'on fait le mal, notre liberté se détruit elle-même : « celui qui commet le péché est esclave du péché » (Jn 8, 34). Lorsque l'on prend le mauvais chemin, on se rend compte que celui-ci crée en nous des dépendances et un esclavage. C'est le plus fort des manques de libertés. Pour nous libérer de l'esclavage du péché, nous avons besoin d'un Sauveur.

Et c'est Jésus qui est venu nous libérer de nous-mêmes et nous redonner cette liberté perdue.

Comment ? Par la Pâques, en mourant sur la Croix et en ressuscitant. C'est ce que nous venons de fêter dimanche dernier. Dans l'Epître de saint Paul aux Galates (Ga 5, 1) : « C'est pour que vous soyez libres que le Christ vous a libérés. » Le Christ est mort pour nous sur la Croix et ressuscité pour que désormais notre liberté - abîmée par le péché - nous soit redonnée et qu'elle puisse se déployer en nous, jour après jour. Le meilleur moyen de devenir libre, c'est de vivre avec Jésus pour que cette libération intérieure se dilate. Saint Paul dit encore (2 Co 3, 17) : « Là où est l'Esprit du Seigneur, là est la liberté. »

Dans cette perspective, notre liberté vient d'un don fait par Dieu, pour que nous aimions.

Une nouvelle définition de la liberté.

Faire advenir le meilleur de nous-mêmes au service de Dieu et des autres, en fonction de ce que nous sommes (nos talents, notre histoire, notre âge), dans la situation dans laquelle nous sommes (notre pays, les contraintes extérieures que nous subissons actuellement).

Aujourd'hui demandons-nous de quoi nous avons besoin de nous libérer intérieurement : « Quels sont mes lieux d'esclavage ? Quelle est la libération que j'ai envie de demander à Jésus ? Comment

puis-je utiliser ce confinement pour repenser la question de ma liberté, et devenir plus libre jour après jour ? »

« Seigneur Jésus je voudrais te prier aujourd'hui pour tous les malades qui souffrent du coronavirus ou d'une autre maladie, pour toutes les personnes aussi qui les soignent parfois dans les conditions difficiles, viens leur donner ta force. Je te demande aussi de venir nous éclairer sur nos esclavages. Nous te présentons tous ces lieux où notre liberté est abîmée, toutes les fois où elle l'a été par les mauvais choix que nous avons faits, tout ce qui a créé en nous la dépendance, la faiblesse de notre volonté, notre paresse. Seigneur viens nous donner cette libération pour laquelle tu es mort et viens nous donner cette liberté nouvelle. »

25. COMMENT SE PARDONNER A SOI-MEME? - Benoît Moradei - 15 avril

Allez, c'est reparti pour un tour! Et pas qu'un peu, on double la mise! Même si nos têtes s'étaient préparées à l'entendre, notre cœur ne peut réprimer un pincement : comment va-t-on tenir? Nos propres limites semblent se dresser comme un tsunami face au navire de notre vie.

Car que l'on vive seul, à deux ou à plus nombreux, le membre d'équipage le plus difficile à supporter est souvent celui que nous pensions connaître le mieux ! Depuis le début du confinement, nous apprenons à vivre, comme les marins, face à nous-mêmes et aux éléments qui se déchaînent. Nous découvrons peu à peu notre vulnérabilité, alors que sur la terre ferme de nos convictions, nous aimions la cacher sous un tapis ou l'oublier dans un agenda surchargé. Mais là, pas d'échappatoire, il faut composer avec !

Et si ce long voyage était l'occasion de se réconcilier avec soi, d'accepter ses failles, de se pardonner ses pauvretés... Et de s'ancrer dans le présent en laissant le gouvernail à Dieu.

Saviez-vous que les saints n'étaient pas parfaits ?

Laetitia

Parole: « Jésus vint, et il était là au milieu d'eux. Il leur dit: "la Paix soit avec vous!" » (Jn 20, 19).

Défi : se reconnaître trois qualités qui ont été utiles dans le confinement et s'en féliciter.

Le premier effet du pardon est d'être dans la paix.

Nous allons parler aujourd'hui du pardon à soi-même.

On n'y pense pas souvent, mais c'est un pardon qui est parfois plus difficile à donner qu'aux autres. Dans ce confinement, des choses peuvent nous revenir à la mémoire, douloureuses. Une des clés du pardon aux autres, c'est déjà de pardonner à soi-même ses péchés. La Bible dit : « Heureux l'homme qui n'est pas tourmentée du regret de ses fautes. Celui qui est dur pour lui-même, pour qui sera-t-il bon ? » (chapitre 14, 1 de Ben Sira le Sage).

Il y a deux culpabilités :

- Une bonne culpabilité : celle de se reconnaître fautif quand on a fait une faute et de passer à autre chose, d'avancer.
- La mauvaise culpabilité c'est d'être figé dans le sentiment que j'ai fait une faute, que je me suis trompé. C'est répétitif, je rumine, cela devient obsessionnel, maladif. Je me dis en boucle : « Je suis nul, je n'aurais pas dû faire ça, je ne me le pardonnerai jamais. » Cette culpabilité peut porter sur ce qu'on a fait, ou ce qu'on aurait pu faire : un choix de vie, une faute morale,

un accident. Pour les plus âgés, cela peut être la difficulté de transmettre la foi aux enfants, aux petits-enfants. Cette culpabilité peut être liée à ce que l'on est : le physique, mais aussi la jalousie, l'égoïsme, la colère... de ne pas être le parent parfait, le conjoint parfait, de ne pas pouvoir aider nos proches parce qu'ils sont loin.

Ce sentiment de culpabilité est en fait très coûteux en énergie : on ressasse, on est triste, on est mal à l'aise, en colère ou agressif. Cela peut avoir des conséquences très lourdes sur notre santé psychique et morale. On reste bloqué dans le passé, au lieu de vivre dans le présent et de faire ce que l'on a à faire, et de se tourner vers l'avenir pour envisager comment on pourrait agir. Les personnes en paix avec elles-mêmes qui se pardonnent sont moins malades que les autres.

Trois pistes pour sortir de cette mauvaise culpabilité :

- Reconnaître ce que l'on ressent. Un problème nommé est un problème qui commence à être résolu. Je peux le dire, l'écrire, prier, le partager avec un prêtre. La confession est le grand moment pour se libérer de sa culpabilité.
- Accepter l'imperfection. Accepter de ne pas être parfait. Ce n'est pas de la paresse, ce n'est pas de la médiocrité, c'est la vérité : je ne suis pas parfait. Parfois les chrétiens confondent sainteté et perfection. Le saint n'est pas parfait, mais la sainteté c'est d'être tombé et de s'être relevé à chaque fois. C'est aussi accepter de ne pas répondre aux attentes des autres, de ne pas être dépendant de leurs regards, de leurs réflexions. Sainte Thérèse dit : « Je ne suis que ce que le Bon Dieu pense de moi. »
- Ne pas s'enfermer dans ce que j'ai fait. Je vaux plus que ce que j'ai fait. Le psaume 130 dit : « Seigneur je n'ai pas le cœur fier, ni le regard ambitieux, je ne poursuis ni grand dessein ni merveilles qui me dépassent. Non mais je tiens mon âme égale et silencieuse. Mon âme est en moi comme un enfant, comme un petit enfant contre sa mère. » C'est avec le temps que l'on arrive à lâcher ce que l'on rumine, comme pour le pardon aux autres. Comme le dit Boileau : « Vingt fois sur le métier remettez votre ouvrage », il faut parfois du temps et certaines étapes. Accepter les petites chutes, ce n'est pas grave. Il faut s'accorder de nouveau la miséricorde, le pardon : se réconcilier avec soi-même.

Cela tombe bien, c'est la semaine de la divine miséricorde. Cette semaine est liée à des révélations que sœur Faustine, une sainte polonaise, a donné au monde. Ce sont donc huit jours de méditation sur l'amour miséricordieux de Dieu, son pardon et sa miséricorde. C'est peut-être le bon moment pour vivre cette réconciliation à soi-même.

Un Evangile que j'aime beaucoup, celui de l'apparition de Jésus à ses disciples le soir de la résurrection. Il entre dans la salle où ils sont réunis, confinés, complètement bloqués par la peur, et par ce sentiment de culpabilité d'avoir abandonné leur Seigneur. Jésus entre, il se tient au milieu d'eux et leur montre ses plaies aux mains et au côté, et il dit : « La paix soit avec vous. » Il ne vient pas faire des reproches, les culpabiliser, mais au contraire enlever cette culpabilité qu'ils ont envers eux-mêmes, le regret qu'ils ont de ne pas avoir accompagné leur Seigneur. Il leur donne la paix du cœur, il les réconcilie avec lui, mais aussi avec eux-mêmes. Pour moi aussi, je peux accueillir ce regard aimant de Jésus, qui m'aime de manière inconditionnelle.

Sainte Thérèse disait encore : « Moi si j'avais commis tous les crimes possibles, je garderais toujours la même confiance, car je sais bien que cette multitude d'offenses n'est qu'une goutte d'eau dans un brasier ardent. »

Il y a aussi l'histoire du « pot fêlé » : une femme se rend tous les jours au puits chercher de l'eau avec deux cruches, l'une parfaite et l'autre fêlée. De retour chez elle, la cruche intacte est pleine et l'autre à moitié vide. La cruche fêlée se plaint de ne pas avoir rapporté autant d'eau que l'autre : elle se compare et se lamente. Mais plusieurs mois plus tard, sur le chemin, du côté de la cruche fêlée, des fleurs ont poussé... Parfois, des choses que l'on se reproche peuvent être des sources de fécondité et peut-être n'auraient-elles jamais fleuries si l'on n'avait pas eu cette fêlure en soi.

« "Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos", "je vais vous donner ma paix". Jésus nous dit aussi d'arrêter de se torturer soi-même contre soi-même, de se mettre la pression, d'arrêter de se dire qu'on aurait pu faire ceci ou cela, dire ou ne pas dire ceci ou cela. Je t'en prie, accueille ta vie telle qu'elle est avec ses ombres et ses lumières. Moi je t'accueille tel que tu es, accueille mon regard sur toi, sache que je ne te juge pas, je ne te condamne pas. Je peux tout te pardonner, je ne te reproche rien, accueille ce pardon, ma miséricorde. Entre dans une réconciliation et une paix avec toi-même. La paix soit dans ton cœur, maintenant. Amen. »

26. COMMENT ETRE DANS LA JOIE QUAND TOUT VA MAL ? - Pierre Aguila - 16 avril

« Avec joie » : comme j'aimerais pouvoir répondre ainsi à toutes les invitations que m'envoie la vie au quotidien – même ce rappel automatique à payer mes impôts. Car à en croire ceux qui savent la vivre et l'entretenir, la joie est une attitude éminemment bénéfique.

D'abord, elle ouvre des possibles : un sourire est plus vendeur qu'une moue, tous les commerciaux vous le diront. Ensuite, elle est communicative : on a tous pris un jour un fou rire incontrôlé, issu puis nourri du rire d'un autre, et devenu inoubliable. Et surtout, elle est puissante : elle rend la vie plus belle, plus riche, et même plus longue d'après certaines études.

Bonne nouvelle pour les ronchons (dont je *serais*, selon ma femme...), la joie n'est inaccessible à personne ; mais dans une chasse au trésor, il faut d'abord savoir chercher pour espérer trouver. Chercher le positif, même le plus infime, même noyé dans le mal alentour, ce n'est pas nier le négatif – c'est l'objectiver, le remettre à sa juste place. C'est *choisir* la joie.

Alors ça paraît simple, mais ce n'est pas facile : je peine souvent moi-même à voir le verre à moitié plein, surtout quand j'ai très soif. J'ai donc des progrès à faire... et cette idée me réjouit ! <u>Jésus, que ma joie demeure !</u>

David

Parole: « Avec le soir viennent les larmes, mais au matin, les cris de joie » (Ps 29, 6).

Défi: partager avec quelqu'un 3 moments de joie vécus pendant le confinement.

Avons-nous le droit de goûter un peu de joie dans la tempête que nous traversons ? Est-il possible d'être dans la joie quand tout va mal ?

Mère Teresa de Calcutta, alors qu'elle était confrontée aux pires misères de la planète, se dévouant corps et âme jusqu'à son dernier souffle, gardait une joie impressionnante. Elle insistait beaucoup sur la joie, et certains, d'ailleurs, le lui reprochaient : « Comment pouvez-vous être aussi joyeuses avec vos sœurs, vous qui allez auprès des pauvres, qui sont dans la tristesse et la maladie... ? » Elle répondait que ces pauvres allaient déjà bien mal, et qu'aller à eux avec une mine défaite, ne ferait qu'empirer leur situation. Elle interdisait à ses sœurs d'aller au-devant des pauvres tant qu'elles n'avaient pas récupéré la joie. Mère Térésa a décidé d'êtres apôtre de la joie, alors que ce n'était

pas sa première nature. Elle disait : « Ne laissez jamais le chagrin vous noyer au point d'en oublier la joie du Christ ressuscité. »

La force de la joie est inimaginable.

Voici quelques paroles de Jésus sur la joie, prononcée avant sa Passion : « Vous aussi maintenant, vous êtes dans la peine, mais je vous reverrai et votre cœur se réjouira ; votre joie, personne ne vous l'enlèvera » (Jn 16, 22).

Saint Philippe Néri a fondé la communauté de l'Oratoire. Surnommé le Saint de la joie, il a pourtant vécu des choses horribles. Ses quelques mots avant qu'il meure. Il venait de recevoir l'Eucharistie : « Voici la source de toute ma joie. » Pour nous, chrétiens, la source de la joie INDESTRUCTIBLE se trouve dans le Christ ressuscité. Cela n'empêche pas les épreuves, les larmes, mais elles n'auront pas la victoire.

Le Psaume 29, 6 : « [...] avec le soir viennent les larmes, mais au matin les cris de joies. »

Au chapitre 16 des Actes des Apôtres, ces derniers viennent d'être dépouillés de leurs vêtements, roués de coups et jetés en prison... il est écrit (versets 25-26) : « Vers le milieu de la nuit, Paul et Silas priaient et chantaient les louanges de Dieu, et les autres détenus les écoutaient. Tout à coup, il y eut un violent tremblement de terre qui secoua les fondations de la prison. A l'instant même, toutes les portes s'ouvrirent et les liens de tous les détenus de détachèrent. »

Le chemin de joie que je vous propose aujourd'hui est la louange.

C'est un acte de reconnaissance et de gratitude pour ce que la personne est et fait : c'est pareil pour Dieu. Attention, nous ne louons pas Dieu parce que tout va mal, mais nous lui disons merci même si ça va mal, car il est avec nous et ne nous abandonne jamais.

Il existe de nombreuses formes de louanges dont la base, dans la Bible, est un recueil que l'on appelle le Livre des Psaumes.

Je vous propose aujourd'hui de dire merci au Seigneur, en développant un peu : dans un premier temps, merci Seigneur parce que tu es amour, parce que tu es mon Sauveur, parce que tu es le créateur du monde... et dans un deuxième temps, on dira merci pour ce que tu fais, parce que tu nous protèges, tu nous donnes la force, la patience...

« Nous te louons Seigneur, nous te bénissons nous te chantons, nous t'exaltons : tu es notre Sauveur, tu es Dieu. A toi, rien n'est impossible, vraiment merci. Merci Seigneur parce que tu es vraiment fidèle. Merci Seigneur parce que même si parfois je pense que tu dors dans la barque, nous savons que tu es là et que tu n'abandonnes pas le monde et la tempête que nous traversons. Merci d'assister les malades, merci pour telle personne guérie du Covid, merci pour le courage que tu donnes à chacun. »

27. COMMENT GRANDIR EN LIBERTE INTERIEURE ? - Lionel Dalle - 17 avril

11 mai ou pas, certains se surprennent déjà à penser à l'après...

A rêver d'évasion, de grands espaces et de liberté retrouvée. Un futur proche ou lointain, meilleur c'est certain, que leur liberté passée. Oui, il est tentant et consolant d'imaginer l'après : ce que nous pourrons faire, ce que nous désirerons vivre, ce que nous accepterons, ce que nous regarderons d'un œil nouveau, qui nous retrouverons et serrerons dans nos bras. Mais que ferons-nous si l'après tarde ?

Aujourd'hui, prenons le temps de regarder l'horizon et d'inspecter notre navire de la cale jusqu'au grand mât. Découvrons tout ce que nous avons « rien que pour aujourd'hui ». Une audace, une folie peut-être, nous pousse à vivre la liberté dès maintenant, dans l'instant présent. Nous, qui sommes faits pour aimer, donner, ouvrir notre cœur, entendons-nous cet appel du grand large ? Comme le dit si joliment Khalil Gibran dans "Le Prophète" : « Seul l'être dépouillé de son passé et détaché de son futur est véritablement libre. Il peut alors, comme l'oiseau sur la branche, s'élever dans le ciel. » Un cœur, qui cherche Dieu, ouvre une fenêtre sur le Ciel. Laetitia

Parole: « Vous n'êtes pas à l'étroit chez nous, c'est en vous-mêmes que vous êtes à l'étroit » (2 Co 6, 12).

Défi : construire une "boîte de liberté" et y déposer ce dont on est dépendant, en l'écrivant sur un papier ou en le représentant par un objet (ex : du chocolat pour la gourmandise). Lire ensuite la parole « C'est pour que nous soyons libres que le Christ nous a libérés » (Ga 5, 1) et la coller sur la boîte.

Nous avons vu que le pivot de la liberté est plus intérieur qu'extérieur. Voyons aujourd'hui comment passer d'une idée de la liberté perçue comme le pouvoir de choisir - c'est-à-dire le libre-arbitre - sans cesse limité par des contraintes extérieures et qui craint de s'autodétruire dans l'engagement, à une idée de la liberté vue plutôt comme un dynamisme intérieur, une capacité à choisir le meilleur, à le réaliser et qui peut grandir même dans les pires situations de contraintes extérieures.

Comment faire grandir notre liberté intérieure ?

- Choisir son but. Pour que notre liberté s'exerce, il faut qu'elle ait un but. Il ne faut pas se contenter de faire comme tout le monde : travailler, avoir des loisirs, prendre des vacances, acheter une maison... Tout cela ça ne donne pas un objectif suffisant pour vivre, c'est simplement exister. La foi procure un immense avantage, car elle va nous révéler que nous sommes sur terre pour aimer Dieu et aimer les autres. Nous sommes faits pour nous donner aux autres, pour les servir ; c'est dans ce don que nous nous trouvons nous-mêmes et parvenons à notre bonheur. Se pose alors la question de savoir comment cela va s'incarner concrètement dans notre vie, de quelle manière nous allons le réaliser. Le but ne sera pas le même selon l'âge, les talents, les compétences, les désirs profonds du cœur. Pour chacun, il y a un itinéraire à trouver. La première question qui m'aide à déployer ma liberté est : « Comment est-ce que je vis aujourd'hui cette vocation à me tourner vers les autres, vers Dieu, à les servir et à les aimer ? ou bien « Où est-ce que je trouve ma joie dans le don de moi-même aux autres, sous quelle forme, de quelle manière ? »
- Consentir au réel. Ma liberté, mon dynamisme pour donner le meilleur de moi-même, ne se déploie que dans la vie concrète. Or, j'ai énormément de contraintes extérieures (par exemple, aujourd'hui je suis en confinement, je ne peux pas sortir). Trois réactions sont possibles :
 - La révolte. Je ne supporte pas la contrainte. Bien que ce soit une réaction normale, elle va aggraver les choses et me faire ressentir ces contraintes encore plus fortement.
 - La résignation. Puisque l'on est obligé, on n'y peut rien. Il faut bien le supporter puisque l'on n'a pas le choix. Cette attitude ne procure aucune joie.
 - Consentir. Dire un oui intérieur à une situation non voulue et pénible. Dans l'espérance que quelque chose de beau peut arriver, d'inattendu et que je peux apprendre et grandir au travers de cet événement difficile. Ce oui va provoquer en moi un déplacement intérieur. Cette acceptation profonde des difficultés génère une fécondité. Consentir, c'est un peu choisir ce que l'on n'aurait pas choisi naturellement. Cela nourrit une richesse qui n'existe pas si je suis dans la révolte ou la résignation. Cela produit un développement intérieur de ma liberté.

Je peux faire cet exercice dans toutes les situations de ma vie. Il est légitime de se poser cette question : « Comment vais-je pouvoir grandir pendant ce confinement ? Comment puis-je faire de ce confinement une opportunité ? »

Je voulais vous partager le parcours d'Etty Hillesum.

Elle est née en 1914 aux Pays-Bas et morte à Auschwitz en 1943. Elle a décidé de tenir un journal pendant deux ans de 1941 à 1943. Son journal, UNE VIE BOULEVERSÉE nous permet de découvrir son cheminement prodigieux.

En 1941, Etty est une jeune femme intelligente, mais qui a une sorte de chaos intérieur, un peu prisonnière de sa sensualité. Elle a de nombreuses liaisons qui la laissent malheureuse et déchirée. Elle souffre de cette vie dissolue et a en même temps une soif d'absolue très forte. Elle consulte un psychologue juif. Au départ, leur relation est très ambiguë, puisqu'elle tombe très amoureuse de lui, mais lui est fiancé et tient bon. Leur relation va alors évoluer vers une très belle amitié et la fera beaucoup changer. Elle dira : « J'ai travaillé très fort sur moi-même. » Elle va se tourner vers Dieu et faire cet itinéraire incroyable de déploiement d'une liberté intérieure. Une parole de son journal : « Il y a en moi un puits très profond, et dans ce puits, il y a Dieu. Parfois je parviens à l'atteindre, mais plus souvent, des pierres et des gravats obstruent ce puits, et Dieu est enseveli. Alors, il faut le remettre au jour. »

La situation va devenir de plus en plus pesante, pour elle et pour tous les Juifs d'Amsterdam : porter l'étoile jaune, vivre dans un ghetto confiné, limitation des libertés (interdiction de se promener dans les jardins publics, restrictions alimentaires), vexations, humiliations... L'horizon s'obscurcit terriblement autour d'elle, et sa liberté extérieure va étouffer. Et sa liberté intérieure va se déployer au fur et à mesure que les contraintes se multiplient. Il y a comme un espace de paix, d'amour immense de la vie, de Dieu aussi qui va naître dans son cœur. Elle partage dans son journal : « Ce matin, en longeant à bicyclette le Stadionkade, je m'enchantais du vaste horizon que l'on découvre aux lisières de la ville. Et je respirais l'air frais que l'on ne nous a pas encore rationné. Partout, des pancartes interdisaient aux Juifs les petits chemins menant dans la nature. Mais au-dessus de ce bout de route qui nous reste ouvert, le ciel s'étale tout entier. On ne peut rien nous faire, vraiment rien. On peut nous rendre la vie assez dure, nous dépouiller de certains biens matériels, nous enlever une certaine liberté de mouvements tout extérieure. Mais c'est nous-mêmes qui nous dépouillons de nos meilleures forces par une attitude psychologique désastreuse : en nous sentant humiliés, persécutés, opprimés, en éprouvant de la haine, en crânant pour cacher notre peur. On a bien le droit d'être déprimés et abattus de temps en temps par ce qu'on nous fait subir, c'est humain et compréhensible. Et pourtant, la vraie spoliation, c'est nous-mêmes qui nous l'infligeons. Je trouve la vie si belle, et je me sens libre. En moi des cieux se déploient aussi vastes que le firmament. Je crois en Dieu et je crois en l'homme. J'ose le dire sans fausse honte, je suis une femme heureuse et je chante les louanges de cette vie. Oui ! Vous avez bien lu : en l'an de grâce 1942, la énième année de la guerre. »

On voit qu'Etty est en train de prendre un autre chemin. Elle dit se sentir libre et heureuse alors qu'autour d'elle tout n'est que contrainte. Concernant les épreuves elle écrit : « Dans tes mains mon Dieu j'accepte tout, comme cela vient. C'est toujours bon je le sais. J'ai appris que supportant toutes les épreuves, on peut les tourner en bien. Toujours, dès que je me montrais prêtes à les affronter, les épreuves se sont changées en beauté. »

Nous n'avons pas les mêmes épreuves qu'Etty, mais elle nous montre qu'en y consentant on peut les affronter. Elle est finalement déportée dans un premier camp et écrit : « Du moment que l'on a une vie intérieure, peu importe de quel côté des barrières on se trouve. Les champs de l'âme et de

l'esprit sont si vastes, si infinis que ce petit tas d'inconfort et de souffrances n'a plus grande importance. Je n'ai pas l'impression d'avoir été privée de ma liberté, et au fond, personne ne peut vraiment me faire de mal. »

Sa vie de prière s'approfondit : « Ma vie s'est muée en un dialogue ininterrompu avec Toi, mon Dieu. Quand je me tiens dans un coin du camp, les pieds plantés dans la terre et les yeux rivés vers ton ciel, j'ai parfois le visage inondé de larmes : unique exutoire de mon émotion intérieure et de ma gratitude. Le soir aussi, lorsque couchée dans mon lit, je me recueille en toi mon Dieu, des larmes de gratitude m'inondent parfois le visage. »

Elle est finalement déportée à Auschwitz avec sa famille. Il ne reste aucun écrit d'elle de là-bas. On pense qu'elle est morte trois mois après son arrivée, au bout de l'offrande d'elle-même. Elle avait écrit dans une lettre : « Je suis prête à tout accepter, tout lieu sur la terre où il plaira à Dieu de m'envoyer, prête aussi à témoigner à travers toutes les situations et jusqu'à la mort, de la beauté et du sens de cette vie. »

Voilà je voulais partager avec vous ce paradoxe dans lequel Etty vit une liberté intérieure incroyable qui se déploie dans des circonstances les plus horribles qui soient.

Pour terminer je vous redonne cette parole de saint Paul aux Corinthiens : « Vous n'êtes pas à l'étroit chez nous, c'est en vous-mêmes que vous êtes à l'étroit » (2 Co 6, 12). Et cette question :

« A quoi dois-je consentir pour être vraiment libre ? »

« Seigneur Jésus, dans ce temps d'épidémie nous nous confions à toi, nous te prions pour tous ceux qui sont malades, en réanimation dans les hôpitaux, les médecins et tout le personnel soignant, tous ceux qui participent à rendre notre vie plus facile. Nous te demandons aujourd'hui de nous aider à devenir libres intérieurement, à consentir aux contrariétés qui se présentent à nous pour que cette liberté intérieure que tu veux nous donner puisse se déployer en nous, pour que nous puissions découvrir des champs nouveaux, des horizons nouveaux, que nous puissions goûter ta présence et la vraie joie. »

28. NOS AINES DANS LA TEMPETE DU COVID-19 - Pierre Aguila - 18 avril

Quand j'ai vu la date dans le nom du fichier, j'ai tressailli – et pas de joie. 1997. Il y a 23 ans. Il y a un siècle. « Ça ne nous rajeunit pas », dirait l'autre. De fait.

Très jeune déjà, j'ai voulu être (plus) âgé, sans doute parce que j'étais toujours le plus jeune. J'enviais les vieux – ou anciens, ou seniors, peu importe – car ils avaient plus que moi, ils étaient plus que moi : des passés présents, des devenirs incarnés, éprouvés, validés par la vie. Des destins éternels. Des passeurs.

Cette inclination mélancolique, ce penchant nostalgique m'ont toujours habité, parfois teintés du sentiment naïf que « c'était mieux avant » – ce qui est rarement vrai. Aujourd'hui encore, j'aime replonger dans mes souvenirs, dans ces temps révolus qui m'ont construit, parfois dans la douleur, mais toujours pour le mieux. Je m'y sens chez moi.

Enfin, l'ancien chez moi. Car si je ne suis pas toujours fier de ce que j'en ai fait, je suis reconnaissant de tout ce dont la vie m'a nourri pour m'amener là où j'en suis, à qui je suis, aujourd'hui. Pour m'amener à vous écrire, à vous les 20 000 (cap fabuleux franchi hier!) passagers de cette Traversée.

Il est vraiment beau de vieillir, qu'on ait encore la vie devant soi ou un peu moins. Alors je vous partage ce texte, ce moment qui m'a aidé à comprendre cette grandeur de l'âge – et de l'âme – il y a 23 ans, donc, dans un parc, à Strasbourg.

Soyez indulgents, j'étais jeune.

David

Parole: « Tu te lèveras devant des cheveux blancs, tu honoreras la personne du vieillard et tu craindras ton Dieu » (Lv 19, 32).

Défi: prier pour une personne qui est en train de s'éteindre seule à l'hôpital ou en Ehpad.

Dans une interview sur son livre DIEU EST JEUNE, le pape François dit : « La vieillesse n'existe pas, ce sont les vieux qui existent. Et quand je dis les vieux, ce n'est pas un gros mot, bien au contraire, c'est une très belle parole. Nous devons être heureux et fiers d'être vieux, comme on est fier en général, d'être jeune. Être vieux est un privilège. »

Nous n'avons pas à nous excuser d'être vieux.

On nous rabâche que le Covid touche les personnes les plus âgées. On peut légitimement s'inquiéter en se demandant si avec l'âge on ne va pas être abandonné... Les médecins doivent faire des choix, on manque de respirateurs, l'intubation est dangereuse... Il faut réaffirmer aujourd'hui que la vie a une valeur infinie quel que soit notre âge. Chaque jour, chaque minute est un don immense à protéger. Ce qui est en jeu est l'infinie dignité de chaque être humain. Et puis il y a les plus jeunes qui ne peuvent pas s'occuper de leurs aînés. La souffrance de ne pas voir les proches est parfois plus nocive que l'épidémie.

Nous les aînés, comment traverser cette tempête?

Refuser de céder à la tentation de dire : « Je ne sers plus à rien, je suis inutile, autant que je parte. »

La place des anciens est centrale dans la société : prenons-là ! Même si on ne nous encourage pas, transmettons aux plus jeunes ce que la vie, ce que Dieu nous a donné au fil des années.

Je pense à Siméon et à Anne, deux personnages bibliques âgés, que l'on trouve au début de la vie de Jésus. Ils sont dans le Temple et accueillent Joseph et Marie, venus accomplir la loi de Moïse pour présenter l'Enfant Jésus au Seigneur. Ils prophétisent que cet enfant est un enfant spécial : ils jouent leur rôle d'anciens avec audace.

Jean-Paul II, dans sa lettre aux personnes âgées (1999), parle aussi aux jeunes : « Les anciens peuvent vous apporter beaucoup plus que vous ne sauriez l'imaginer. Le Livre du Siracide donne cet avertissement : "Ne néglige pas le discours des vieillards, car eux-mêmes ont appris de leur père". » Quelle belle chose que la sagesse des personnes âgées !

Le pape François, affirmait en 2014 : « Un peuple qui ne protège pas les grands parents et ne les traite pas bien est un peuple qui n'a pas d'avenir. » Il ajoute le 31 janvier 2020 : « Lorsque nous pensons aux personnes âgées et en parlons, nous devons un peu apprendre à changer le temps des verbes. Il n'y a pas que le passé, comme si les personnes âgées n'avaient qu'une seule vie derrière elles. Le Seigneur veut et peut écrire avec elles aussi des pages nouvelles. Les personnes âgées sont l'avenir et le présent de l'Eglise. Oui, elles sont aussi l'avenir d'une l'Eglise qui, avec les jeunes, prophétise et rêve. »

Et puis lorsque l'on ne peut plus faire grand-chose, on peut se laisser aimer.

Vous avez tant donné dans votre vie, c'est normal que vous receviez. On peut changer notre mentalité.

Jean-Paul II: « J'éprouve une grande paix quand je pense au moment où le Seigneur m'appellera de la vie à la vie. C'est pourquoi monte souvent à mes lèvres, sans aucun sentiment de tristesse, une prière que le prêtre récite après la célébration eucharistique: "A l'heure de la mort, appelle-moi et ordonne-moi de venir à toi." C'est la prière de l'espérance chrétienne, qui n'ôte rien à la joie de l'heure présente, tandis qu'elle confie le lendemain à la protection de la divine bonté. »

« Donne-nous, ô Seigneur de la vie, de savourez toutes les saisons de notre vie, comme un don riche de promesses futures. Fais-nous accueillir ta volonté avec amour, en nous remettant chaque jour entre tes mains miséricordieuses. Et lorsque viendra le moment du passage ultime, accordenous de l'affronter avec une âme sereine, sans rien regretter de ce que nous laisserons. Car te rencontrer après que nous t'aurons cherché longtemps, ce sera retrouver toute valeur authentique expérimentée ici sur la terre, avec tous ceux qui nous ont précédés sous le signe de la foi et de l'espérance. Et toi Marie, Mère de l'humanité en marche, prie pour nous maintenant et à l'heure de notre mort, tiens-nous toujours étroitement unis à Jésus, ton Fils bien-aimé, Seigneur de la vie et de la gloire. Amen. »

29. AIDER EN TEMPS D'EPIDEMIE - témoignage - 19 avril

Bon dimanche de la Miséricorde ! Un mot étrange qui signifie que Dieu vient au cœur de notre misère.

Il faut avouer que notre équipage n'a pas toujours belle allure : fatigue, inquiétude, ras-le-bol, entorses aux consignes de confinement, colères, impatiences, excès d'oisiveté, de nourriture, d'alcool, solitude, angoisse de la maladie, deuil impossible, difficultés matérielles, avenir incertain, comparaisons désespérantes avec ceux qui semblent vivre ce confinement positivement...

Et la liste n'est pas exhaustive ! On aimerait chanter que nous avons un fameux trois mâts fin comme un oiseau, alors qu'il ressemble plutôt à une vieille péniche surchargée. On voudrait présenter à Dieu quelque chose qu'il pourrait féliciter, comme un enfant apprend sa leçon pour trouver l'admiration de sa maîtresse.

Mais notre Dieu nous connaît bien, avec Lui pas de faux-semblants. Sa joie c'est de venir nous retrouver dans ce qui est lourd, dans nos luttes intérieures et extérieures, nos échecs et nos chutes. Son bonheur c'est de nous relever, de nous pardonner, de nous encourager. Ce qui Lui plaît le plus, ce ne sont pas les premiers de la classe, ce sont les cancres, collés au radiateur du confort, les dyslexiques du cœur, les mauvais en calcul de la charité, les boiteux de l'espérance. Il est le Dieu qui sauve.

Alors tombons les masques aujourd'hui, hissez haut les cœurs! Et que vienne sur notre fragile équipage sa miséricorde.

Matthieu

Parole: « Ce que vous avez fait à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait » (Mt 25, 40).

Défi : proposer ses talents de couturier ou donner un ou plusieurs draps qui serviront à coudre des masques et des blouses pour les hôpitaux et les maisons de retraite sur le site http://over-the-blues.com.

Témoignage de quatre acteurs œuvrant auprès des plus pauvres.

30. GOÛTER L'INSTANT PRESENT - Benoît Moradei - 20 avril

35ème jour les amis ! Si on nous avait dit en mars « faudra tenir 35 jours » je ne m'en serais sans doute pas cru capable...

La vidéo du jour nous invite à vivre le présent. Comme on est doué de mémoire, que le passé nous reste en tête, je vous propose qu'aujourd'hui on fête notre courage d'avoir tenu bon ces 35 jours. Même s'il y a eu des creux de vague, que le vent a soufflé fort, on est toujours là et ça, ça se fête!

Let's celebrate!

Trois pas de danse, un bain chaud, une bonne musique, 10 minutes les yeux fermés dans le canapé, un carré de chocolat, une belle table, des frites, chanter, un bouquet de fleurs (en papier), une coupe de quelque chose avec des bulles, n'importe quoi en hommage à toutes nos victoires, petites et grandes pendant ces 35 jours, toutes ces fois où nous avons été courageux, forts, joyeux dans l'adversité, confiants, bienveillants, attentionnés, souriants, délicats, patients, serviables : *WE DID IT !* Bravo !

Peut-être que cette idée de célébration vous paraît à 1000 milles de votre barque, parce que c'est trop dur, parce que le cœur n'est pas à la fête. Cette festivité n'a de sens qu'accompagnée de nos prières pour ceux pour qui ça reste difficile. On est ensemble !

Matthieu

Parole: « Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour » (Mt 6, 11).

Défi : s'arrêter plusieurs fois dans sa journée pour goûter l'instant présent et sentir la présence de Dieu à ses côtés : savourer son déjeuner, regarder par la fenêtre, prendre un thé, lire, sourire...

J'aimerais évoquer aujourd'hui avec vous la question du temps présent. Depuis quelques semaines, tout s'est figé : les projets d'ordre familial, professionnel, amical... et on ne sait pas comment tout cela va se terminer. C'est une vraie question pour tout le monde. Et la meilleure manière de vivre l'avenir, c'est de ne pas fuir dans les rêves, échafauder des hypothèses qui ne dépendent pas de nous. Ou au contraire d'être angoissé. Mais vivre à fond ce que nous avons à vivre maintenant, pendant ce confinement. Devant ces circonstances, nous sommes ramenés au présent.

Alors, comment vivre le moment présent ?

Les sages disaient : « Demain n'existe pas encore, hier n'existe plus, il n'y a que l'instant aujourd'hui qui existe. » C'est le fameux Carpe diem du poète latin Horace : « Cueille le jour sans trop t'inquiéter de demain. » Dans la Bible, il y a un très bel enseignement à ce sujet au moment de l'Exode, après la traversée à pied sec de la mer Rouge. Les Hébreux se retrouvent sous la conduite de Moïse et ils n'ont rien à manger. Dieu va faire un miracle : tous les matins, il va leur procurer une sorte de pain qu'ils vont appeler la manne. Ce pain miraculeux, il faut le ramasser chaque matin, mais n'en prendre que pour le jour qui vient. Ne pas entasser pour le lendemain. Car ce que je prendrai aujourd'hui pour demain ne tiendra pas et pourrira dans mes mains.

C'est vraiment une invitation à vivre au jour le jour, que Jésus reprend dans la prière du Notre Père : « Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour... »

Comment grandir dans la conscience du présent ?

• Se relier à soi. Cela passe tout simplement d'abord par la respiration : une respiration profonde que je peux faire quand je commence à stresser afin d'être en contact avec mon corps. Il y a aussi la méthode Vittoz (au début du 20^e siècle) qui propose des exercices pour se relier - par les cinq sens - à soi, au moment présent, ici et maintenant. J'arrive donc à mieux gérer mes pensées et mes angoisses.

- S'émerveiller de ce qui nous environne. S'émerveiller à nouveau comme un enfant de la nature, des objets, des personnes qui m'entourent...
- Ne pas s'enfermer dans l'avenir ou le passé. Dans le passé avec les ruminations, les regrets, la culpabilité. Dans l'avenir avec des projets, des peurs, des inquiétudes qui nourriraient mes angoisses. Il faut essayer de vivre aujourd'hui, au présent. Le passé est à la miséricorde, l'avenir est à la providence, seul le présent existe.

Thérèse de Lisieux disait : « Ma vie n'est qu'un instant, une heure passagère, ma vie n'est qu'un seul jour qui m'échappe et qui fuit. Tu le sais ô mon Dieu, pour t'aimer sur la terre, je n'ai rien qu'aujourd'hui. »

Sainte Mère Térésa de Calcutta écrivait : « Vis aujourd'hui comme si c'était ton premier jour, comme si c'était ton dernier jour, comme si c'était un jour unique. »

Sœur Odette Prévost, martyre en Algérie, a écrit cette prière : « Vis le jour d'aujourd'hui, Dieu te le donne, il est à toi. Vis-le en lui, le jour de demain est à Dieu, il ne t'appartient pas. Ne porte pas sur demain le souci d'aujourd'hui, demain est à Dieu, remets-lui. Le moment présent est une frêle passerelle. Si tu le charges des regrets d'hier, de l'inquiétude de demain, la passerelle cède et tu perds pied. Le passé ? Dieu le pardonne. L'avenir ? Dieu le donne. Vis le jour d'aujourd'hui en communion avec lui. »

Le père Victor Sion dans son livre La Grâce de l'Instant présent dit : « Dieu veut que nous vivions dans le présent, que nous allions à lui sans inquiétude du lendemain. Aussi, le programme de la vie chrétienne pourrait-il être : remplir parfaitement et avec amour chaque instant qui passe. »

Voici le décalogue de la sérénité de saint Jean XXIII :

- 1. Rien qu'aujourd'hui, J'essaierai de vivre exclusivement la journée sans tenter de résoudre le problème de toute ma vie.
- 2. Rien qu'aujourd'hui, je porterai mon plus grand soin à mon apparence courtoise et à mes manières. Je ne critiquerai personne et ne prétendrai redresser ou discipliner personne si ce n'est moi-même.
- 3. Je serai heureux, rien qu'aujourd'hui, dans la certitude d'avoir été créé pour le bonheur, non seulement dans l'autre monde mais également dans celui-ci.
- 4. Rien qu'aujourd'hui, Je m'adapterai aux circonstances, sans prétendre que celles-ci se plient à tous mes désirs.
- 5. Rien qu'aujourd'hui, je consacrerai dix minutes à la bonne lecture, en me souvenant que comme la nourriture est nécessaire au corps, la bonne lecture est nécessaire à la vie de l'âme.
- 6. Rien qu'aujourd'hui, je ferai une bonne action et n'en parlerai à personne.
- 7. Rien qu'aujourd'hui, je ferai au moins une chose que je n'ai pas envie de faire ; et si j'étais offensé, j'essaierais que personne ne le sache.

- 8. Rien qu'aujourd'hui, j'établirai un programme détaillé de ma journée Je ne m'en acquitterai peut-être pas entièrement, mais je le rédigerai et me garderai de deux calamités : la hâte et l'indécision.
- 9. Rien qu'aujourd'hui, je croirai fermement,
 même si les circonstances prouvent le contraire –
 que la bonne providence de Dieu s'occupe de moi
 comme si rien d'autre n'existait au monde.
- 10. Rien qu'aujourd'hui, je ne craindrai pas.
 Et tout spécialement, je n'aurai pas peur d'apprécier ce qui est beau et de croire en la bonté.
 Je suis en mesure de le faire bien pendant douze heures, ce qui ne saurait me décourager, comme si je pensais que je dois le faire toute ma vie durant.

31. GRANDIR DANS LA GRATITUDE POUR CE QUE JE SUIS (1/2) - Lionel Dalle - 21 avril

Lors d'un entretien d'embauche, il arrive que le recruteur pose au candidat ces questions – que, personnellement, j'ai toujours redoutées : « *Quelles sont vos qualités, et quels sont vos défauts* » ? L'importance des réponses est pourtant relative, car le recruteur (normalement) ne jugera pas làdessus : il veut juste savoir quelle image a le candidat de lui-même.

Alors entendons-nous bien, pour la seconde catégorie, il convient tout de même d'être prudent : nous avons tous des défauts plus ou moins inavouables, que nous ne confesserions à personne – hormis peut-être à Dieu.

Pour les qualités, ça peut aussi sembler compliqué : comment dire à un autre, comme s'avouer à soi-même la beauté de son être, ses richesses, ses dons, ses merveilles, sans pour autant tomber dans l'orgueil ou la fanfaronnade ? Eh bien, c'est très simple : en étant ob-jec-tif.

Car non seulement chacun de nous est pétri de talents – sans toujours en être conscient, d'ailleurs – mais encore ceux-ci se révèlent et se déploient tout au long de notre vie. Un exemple : quand j'étais jeune, je chantais faux. *Vraiment* faux. Eh bien, aujourd'hui...

Bref, cultivons l'humilité (qui est une vertu), mais ne soyons jamais trop durs avec nous-mêmes – de toute façon, d'autres s'en chargeront toujours pour nous.

David

Parole: « Je te bénis Seigneur pour la merveille que je suis » (Ps 138).

Défi : écouter le chant « Abba Père » du collectif Cieux Ouverts, en relisant sa propre histoire.

Nous sommes au 36ème jour de confinement. Et peut-être que ce que l'on avait prévu de faire, le programme que l'on s'était fixé est difficile à tenir. Nous pouvons porter sur nous des jugements sévères « je n'y arrive pas comme je voudrais, comme il faudrait, je suis nul, je n'y arriverai jamais, je ne changerai jamais, je ne suis pas à la hauteur... » Nous sommes notre plus dur critique vis-à-vis de nous-mêmes. Le risque est de développer une attitude qui peut être très nocive, presque autodestructrice. Si je prends du temps chaque jour pour me dire que je suis nul, rapidement je n'aurai plus envie de rien faire, j'échouerai dans ce que je fais, et je deviens convaincu de ce que je

dis. Cela crée un cercle vicieux. On va donc déposer les armes contre soi, travailler le chemin du juste amour de soi.

Ben Sirac le Sage dit : « Celui qui est dur pour lui-même, pour qui serait-il bon ? » Il est important de développer la bonté envers soi-même afin de pouvoir la déployer envers les autres. Si l'on est dur avec soi, on aura vraiment du mal à être bon avec les autres. Pour les catholiques, il y a une fausse idée selon laquelle s'aimer soi-même c'est du narcissisme ; et se mépriser c'est bien, c'est de l'humilité. En fait, le juste amour de soi n'est pas du narcissisme, mais c'est une bonne chose en lien avec la vérité sur soi, c'est-à-dire avec l'humilité.

Quelle est la vérité sur nous-mêmes ?

Deux choses sont à tenir ensemble :

- Il y a de la grandeur en nous. Dieu nous a créés à son image, cela dépasse ce que l'on imagine. Dans le psaume 138, il y a cette parole : « Je te bénis Seigneur pour la merveille que je suis. » Est-ce du narcissisme ? Non, c'est la parole de Dieu. Et elle ne ment pas, elle dit la vérité. Dieu nous a bien créés et nous sommes vraiment grands. Au psaume 8 : « Qu'est-ce que l'homme pour que tu penses à lui ? Tu l'as voulu un peu moindre qu'un Dieu. » Cette vérité que nous sommes une merveille nous fait du bien. Répétons cette parole : « Je te bénis Seigneur pour la merveille que je suis. »
- Mais nous sommes des créatures limitées. Nous ne sommes pas Dieu, nous sommes des créatures et nous sommes pécheurs. Le péché n'a pas détruit notre beauté, mais l'a abîmée. Cette vérité est seconde. La première qui demeure c'est que nous sommes des merveilles, nous avons été créés à l'image de Dieu, dans l'image de Dieu.

Il nous faut donc tenir ensemble « je te bénis Seigneur pour la merveille que je suis » et « prends pitié de moi, car je suis un homme pécheur ».

Aujourd'hui nous allons voir comment développer la bonté vis-à-vis de nous-mêmes, en particulier, en corrigeant la mauvaise habitude que l'on a souvent de s'infliger des paroles négatives.

Comment faire ? Il faut les remplacer par des paroles de bénédiction.

Il y a en général deux sortes de paroles négatives :

- Les paroles que d'autres ont prononcé sur nous-mêmes. Elles sonnent comme des condamnations : elles contiennent les mots « toujours, jamais ».
- Et puis il y a les paroles que je prononce sur moi-même, intérieurement. La liste est longue et on est souvent très fort pour l'allonger. Ces paroles sont mauvaises, car elles sont fausses, mensongères et toxiques : elles ne viennent pas de Dieu.

Le remède est de trouver une parole de bénédiction, soit dans la Parole de Dieu, soit on se la construit soi-même ; elle me guérit et prend le contre-pied de la parole mauvaise que j'ai tendance à me dire. Par exemple :

- Je suis aimé de Dieu / Je ne suis pas aimable, personne ne m'aime.
- J'ai du prix aux yeux de Dieu / Je ne vaux rien.
- Je suis fils ou fille de Dieu, Je suis béni(e) par le Seigneur / Je n'ai pas de chance.
- Je ne crains, rien, je suis protégé par le Seigneur / Il ne m'arrive que des malheurs.
- Je suis plein de talents / Je suis nul.
- Je suis capable / Je ne sais rien faire.

Une fois que j'ai trouvé ma parole, je la répète! Il faut sept paroles positives pour contrebalancer l'effet d'une parole négative.

L'idée est d'ancrer en nous cette vérité que nous sommes aimés par le Seigneur.

Je ne deviens pas narcissique, car je ne dis pas que les autres sont nuls, que je suis le meilleur, qu'il n'y a que moi qui compte sur la terre. Notre modèle serait plutôt la Vierge Marie, qui, sans aucun orgueil, sans aucun narcissisme, est capable de dire : « *Toutes les générations me diront bienheureuse* ».

L'exercice d'aujourd'hui est vraiment de trouver la mauvaise parole qui m'habite intérieurement et de la contrebalancer par une bonne parole que je construis et me guérit. Ensuite, il faut la répéter tous les jours, plusieurs fois par jour. C'est un exercice assez simple et très bénéfique pour nous. Il peut nous faire grandir et nous guérir.

« Père, je te bénis pour la merveille que je suis. Merci pour cette parole que tu nous as donnée, qui nous rappelle combien nous sommes beaux à tes yeux, combien tu nous as créés dans la bonté, la beauté. Combien aussi tu nous as donné des talents et combien tu nous invites à te remercier, à te bénir pour cette beauté, cette bonté, ces talents que tu as mis en nous. Viens nous aider Seigneur à nous aimer du juste amour de nous-mêmes. Nous sommes certainement blessés sur cette question, viens nous guérir. Nous ne prions pour tous les malades, dont ceux atteints par le coronavirus, viens te faire proche d'eux, les consoler, leur donner la guérison. Nous te prions aussi pour toutes les personnes qui les soignent. Merci Seigneur. »

32. GRANDIR DANS LA GRATITUDE POUR CE QUE JE SUIS (2/2) – Lionel Dalle - 22 avril

À l'heure où certains dressent des bilans de mi-parcours, mettons notre voilier à la cape pour porter un juste regard sur nous-mêmes.

Au cœur de cette traversée mouvementée, nous avons maintes fois eu peur de sombrer, peut-être même avons-nous goûté l'eau salée, pris les flots comme une claque sur le visage, avant de relever vaillamment la tête. Déterminés, nous nous délestons peu à peu de bagages encombrants que nous traînions depuis longtemps : les étiquettes *toujours*, *jamais*, *trop* ou *pas assez* qui nous empêchaient d'avancer.

Quelle fierté de tenir bon, de maintenir le cap contre vents et marées, et de (re)découvrir certains de nos talents qui dormaient enfouis sous les diktats de la société!

Oui, au cœur de cet enfermement forcé, la vérité éclate. L'horizon se dévoile. En plongeant nos yeux dans le regard de Dieu, nous y puisons la plus belle gratitude : la certitude d'être unique et aimé sans conditions.

Et comme un cadeau n'arrive jamais seul, la promesse d'une vie extraordinaire. « *Si vous êtes ce que vous devez être, vous mettrez le feu au monde entier* », écrivait Catherine de Sienne. Un joli programme pour la suite!

Laetitia

Parole: « Je te bénis Seigneur pour la merveille que je suis » (Ps 138).

Défi : dresser la liste de ses 15 qualités ou dons, puis relire la parabole des talents (Mt 25, 14-30). En manque d'inspiration, piocher dans cette liste.

Comme notre cœur est plus léger quand nous sommes près de toi Seigneur! Aujourd'hui, nous aborderons la question du regard que je pose sur ma vie.

Comment est-ce que je vois ma vie?

Est-ce que je la juge ? Est-ce que je la vois sévèrement ? Est-ce que je la compare (à ce que les autres ont, font, sont...) ? Et est-ce que je ne me dis pas alors : « J'aimerais bien être comme eux, faire comme eux, avoir comme eux » ? Ce chemin de comparaison est un chemin pourri : soit cela nous mène à l'orgueil, car nous nous trouvons mieux, soit à la dépréciation, car nous nous trouvons moins bien.

Dieu nous a créés unique, tout est unique en nous. Dieu aime cette unicité, il nous a donné une mission unique qui nous correspond. Il est triste quand on essaie d'être quelqu'un d'autre. Quand nous arriverons au ciel, il ne nous dira pas : « Pourquoi est-ce que tu n'as pas été comme telle ou telle personne ? », mais plutôt : « Pourquoi est-ce que tu n'as pas été un peu plus toi-même ? » Si nous ne sommes plus nous-mêmes, personne ne pourra nous remplacer, et donc il manque quelque chose sur la terre.

La comparaison est un poison, elle mène à la lamentation, à la victimisation et à la plainte : on regarde notre vie en noir et on la trouve sombre.

Comment faire pour éviter la mauvaise spirale de la comparaison ?

Le pape François fait une homélie sur les disciples d'Emmaüs.

Ces deux disciples s'en vont de Jérusalem tout tristes, car ils ont vu mourir Jésus sur la Croix. Et ils cheminent dans une immense tristesse. Jésus marche, les rejoint et leur demande de quoi ils parlent. Les disciples se tournent vers Jésus sans le reconnaître, ils vont avoir cette parole incroyable : « Tu es vraiment le seul à ne pas savoir ce qui s'est passé à Jérusalem ces derniers jours. » Et Jésus fait mine de ne pas savoir, les disciples lui disent : « Mais enfin, la mort de Jésus, on espérait que c'était un grand prophète, que c'était le Messie, celui qui allait nous sauver ! Mais il a été crucifié et il est mort. » Jésus leur fait raconter leur tristesse, puis petit à petit il leur fait comprendre que cela devait arriver. Il les amène ainsi à une nouvelle espérance et il se révèle à eux.

Dans son homélie sur l'Evangile selon saint Luc au chapitre 24, le pape François dit : « Lorsque tout nous semble amer, lorsque nous rencontrons des difficultés, notamment lorsque la Croix se présente à nous, nous courrons ce risque de nous enfermer dans nos lamentations. Et pourtant, dans ces moments aussi, le Seigneur est proche de nous, mais nous ne le reconnaissons pas. Il marche avec nous, il nous parle, mais nous ne l'entendons pas. La lamentation est pour nous une sécurité. Voilà ma vérité, c'est l'échec, il n'y a plus d'espoir. C'est avec ces pensées que les disciples d'Emmaüs continuaient de marcher. Jésus a de la patience avec eux. D'abord il les écoute, puis il leur explique lentement, et à la fin il se montre à eux. Jésus fait la même chose avec nous, même dans les moments les plus obscurs, il est toujours avec nous, il marche avec nous, et à la fin il nous fait sentir sa présence. »

Le message que j'aimerais vous donner aujourd'hui est une invitation à regarder ma vie de manière nouvelle.

Je vous montre une feuille blanche avec un point noir au centre. Si je vous demande ce que vous voyez : soit vous voyez le point noir soit la feuille blanche autour. En général, il y a une grosse tendance à voir le point noir. Dans notre vie, il y en a, c'est sûr, mais il y a aussi ce qui est tout autour, il y a plein de choses belles. L'idée d'aujourd'hui est de regarder les belles choses de ma vie.

- L'une des premières belles choses de ma vie, c'est l'amour inconditionnel de Dieu pour moi : cela ne varie pas. Il nous aime d'un amour éternel depuis avant notre conception, tous les jours de notre vie et dans notre vie éternelle. Cet amour est là- toujours -, il ne dépend pas de ce que l'on fait. Nous pouvons réécouter le chant qui dit : « Bien avant que tu me formes de la poussière, bien avant les premiers battements de mon cœur, tu rêvais du jour où tu pourrais m'aimer. » Nous pouvons aussi nous demander : « Où sont les beaux instants de ma vie ? Quels sont les signes de Dieu dans ma vie ? Dans quelles situations ai-je vu que Dieu était là ? » Pour reprendre le psaume « devant moi tu as ouvert un passage » : dans quelles circonstances où vous étiez coincé, Dieu a mis un chemin ? Faire une liste de ces plus beaux moments de ma vie, avec Dieu ou sans Dieu, et prendre conscience de ma chance d'avoir cette vie qui m'a été donnée, quelle chance aussi où Dieu s'est révélé à moi, où il a été présent à mes côtés, où il m'a montré sa protection, son amour, sa consolation. Si vous ne croyez pas en Dieu, vous pouvez tout à fait lui demander de se révéler à vous, vous pouvez lui dire : « On parle de l'amour de Dieu, je ne vois pas trop ce que c'est. Je t'ouvre la porte de mon cœur, viens me montrer que tu m'aimes. »
- Dans un deuxième temps, on considèrera les points noirs de notre vie et on regardera comment Dieu était présent. C'est vraiment l'exercice des disciples d'Emmaüs : Jésus leur faire revivre le pire moment de leur vie. Avec douceur et patience, il leur montre que Dieu était là, qu'il était en train de faire une œuvre immense et qu'il a manifesté sa puissance. En fait, Jésus donnait sa vie pour nous et il allait vaincre la mort. Ça n'est pas du tout ce que les disciples avaient imaginé ; Dieu les ouvre à quelque chose de différent : à voir sa puissance dans les périodes de ténèbres. C'est une réalité, mais difficilement saisissable pour nous parce que Dieu fait une chose qui nous dépasse. C'est un bel exercice : regarder les instants difficiles et voir s'il n'y a pas eu la lumière de Dieu, et si, avec du recul, j'arrive à la voir.

« Merci Seigneur pour ton amour inconditionnel, merci pour ta présence à nos côtés, merci pour ces moments de grâce de notre vie, de joie, ces moments où l'on a pu sentir ta présence, ton amour, ta consolation, ta protection. Merci aussi pour ta présence dans les pires moments de ma vie. Tu nous as dit : "Je suis avec vous tous les jours." Merci parce que tu tiens ta promesse. Je te prie aussi pour tous les malades et les personnes qui les aident. Viens leur donner la consolation, la guérison, la force. Merci Seigneur. »

33. UNE PAROLE SURE! - Pierre Aguila - 23 avril

Tous les utilisateurs de GPS se sont un jour fait cette remarque : « Je n'aurais jamais trouvé mon chemin sans cet appareil. » De fait, même si l'on sait généralement où on veut aller lorsque l'on se met en route, on ne sait pas toujours comment y arriver.

Il en va ainsi de notre Traversée : on voit à peu près bien où le confinement va nous mener (à la reprise d'une forme de « vie normale », si tant est que ce mot aura encore un sens...), mais on n'imagine pas par quels chemins tortueux il va encore nous faire passer avant d'y parvenir.

Dans mes errances, j'ai foulé bien des pistes pour (re)trouver ma voie – et aucune ne s'est avérée celle du Beau, du Bon, du Vrai. Aucune. Sauf la Bible : elle me fut boussole dans l'égarement, certitude dans le doute, lumière dans les ténèbres. Car vers qui d'autre se tourner lorsque l'on est perdu, à qui d'autre se confier, sinon à Dieu et sa Parole ?

Butinez-la au hasard (au gré de l'Esprit, pardon) ; dévorez-la de la Genèse à l'Apocalypse ; apprenez-la par cœur, si vous voulez – mais plongez-y sans hésiter dès que le Sens vous échappe. J'ai beau être réservé, croyez-moi : ça fait du bien de l'ouvrir de temps en temps. David

Parole : « Celui qui entend les paroles que je dis là et les met en pratique est comparable à un homme prévoyant qui a construit sa maison sur le roc » (Mt 7, 24).

Défi : prier, ouvrir sa Bible et noter une parole qui touche son cœur. Sans Bible chez soi, télécharger gratuitement et feuilleter le Nouveau Testament.

A quoi nous raccrocher dans cette tempête ? Quel est le mode d'emploi ? Je voudrais vous parler aujourd'hui du mode d'emploi de toute notre vie : la Bible, qui est un ensemble de livres, comme une bibliothèque. On l'appelle aussi la Parole de Dieu, les Ecritures saintes... Le Pape François a institué le Dimanche de la Parole de Dieu afin de rappeler aux chrétiens l'importance et la centralité de la Parole dans leur vie. Il nous dit : « La Bible ne peut pas être le patrimoine de quelques-uns, et encore moins une collection de livres pour quelques privilégiés. » En fait, la Bible est le livre le plus diffusé au monde : 531 langues ! Mais plus de la moitié des français ne possèdent pas de Bible chez eux.

A quoi sert la Bible?

Je pense au symbole de l'ancre, qui est un symbole primitif et que l'on retrouve dans les catacombes de Rome. L'ancre est un symbole d'espérance, mais aussi de stabilité, de fermeté. La Parole de Dieu est comme une ancre précieuse. Dans l'Evangile selon saint Matthieu, Jésus nous parle de la maison construite sur le roc : « Celui qui entend les paroles que je dis là et les met en pratique est comparable à un homme prévoyant qui a construit sa maison sur le roc. » Cette parole a été inspirée aux auteurs par l'Esprit Saint. Le psaume 118 dit que « la parole est la lumière de nos pas, une lampe allumée sur notre route. » Dans la Bible se trouve la base des réponses à toutes les questions que l'on peut se poser, les critères qui vont m'aider.

Saint Jérôme affirmait : « Ignorer les Ecritures, c'est ignorer le Christ. » La Bible est plus qu'un livre, le christianisme est une rencontre avec Dieu, et n'est pas une religion du livre. Dieu se révèle progressivement dans la Bible : d'abord il dit qui il est, ce qu'il a fait pour moi (cela culmine en Jésus « Qui me voit, voit le Père »), puis il me dit qui je suis, ce que je fais sur terre, ma destinée et où je vais. Et par Jésus, il nous propose une relation avec la Parole de Dieu faite chair (Jn 1, 14) : « Et le Verbe s'est fait chair, et il a habité parmi nous » : on découvre Dieu en Jésus. Quand il parle, la chose advient : la création pour Dieu, les miracles pour Jésus...

Il est donc bon de connaître la Parole... et de la mettre en pratique.

Je ne peux pas mettre en pratique toute la Bible, c'est pourquoi il faut lire la Parole un peu chaque jour. Ma vie est transformée de l'intérieur. Cette une Parole agissante dans ma vie, elle n'est pas enchaînée.

Quelques petits conseils non exhaustifs:

- Quel support ? Une Bible en papier est idéale.
- A quelle dose ? Un peu chaque jour.
- Comment ? Pour ceux qui n'ont jamais ouvert la Bible, je conseille de commencer par Jésus.
- A qui ? Faire connaître la Parole à des personnes autour de vous.

Le pape François nous dit : « Que se passerait-il si nous traitions notre Bible comme notre téléphone portable ? On l'aurait toujours dans la poche, on ferait demi-tour si on l'oubliait, on l'ouvrirait plusieurs fois par jour pour consulter les messages de Dieu. »

Prions avec le psaume 118 :

« De tout mon cœur je te cherche Seigneur.

Garde-moi de fuir tes volontés.

Je fais repasser sur mes lèvres

Chaque décision de ta bouche.

Je veux méditer sur tes préceptes

Et contempler tes voies.

Mon bonheur, c'est la loi de ta bouche

Plus qu'un monceau d'or ou d'argent.

Ta parole est lumière de mes pas,

La lampe de ma route.

Accepte en offrande ma prière, Seigneur : apprends-moi tes décisions.

Toi, mon abri, mon bouclier! J'espère en ta parole. »

34. L'UTILITE DE MA VIE - Benoît Moradei - 24 avril

Un vétéran britannique en tenue d'apparat parcourant plusieurs mètres à l'aide de son déambulateur. Les images de Captain Tom, qui s'était lancé le défi de faire 100 tours de jardin avant son centième anniversaire pour soutenir les soignants, sont devenues virales. Un exploit salué par tous et qui a permis de récolter, à sa grande surprise, 25 millions d'euros pour les hôpitaux. Un geste simple accompli avec héroïsme... Une source d'inspiration pour beaucoup!

Face à la gravité de la situation, combien de fois nous sommes-nous sentis impuissants, dépassés, inutiles ? Nous admirons les soignants et toutes les personnes qui servent chaque jour les autres grâce à leurs métiers. Pourtant à la question : que puis-je offrir ? Nous sommes tous capables de répondre, à notre mesure et en suivant notre appel... Sans forcément voir grand !

En déposant auprès du Seigneur nos pains quotidiens, toutes ces choses qui nous coûtent et celles que nous vivons par amour, soyons certains qu'Il les multipliera pour nourrir les foules ! Laetitia

Parole : « Tu as été fidèle pour peu de choses, je t'en confierai beaucoup ; entre dans la joie de ton seigneur » (Mt 25, 21).

Défi : inviter quelqu'un à rejoindre ce parcours.

Le 11 mai est encore loin, on ne sait pas si l'on pourra reprendre notre vie d'avant comme on le voudrait : notre travail, nos activités.... Pour certains, le temps est peut-être long, avec le sentiment de se sentir inutile. J'aimerais partir de cette question de l'utilité de ma vie pendant le confinement, avec une parole de Jésus dans la parabole des talents (Evangile selon saint Matthieu). Le Seigneur dit à son serviteur : « Tu as été fidèle pour peu de choses, je t'en confierai beaucoup. Entre dans la joie de ton Seigneur. »

Quatre points pour comprendre que les petites choses ont une importance, et même le « rien » que l'on fait est essentiel.

• Comprendre que nous devons faire des choses à notre portée et qu'elles comptent.

- Un philosophe actuel, Pierre Rabhi, a écrit La Sobriété Heureuse. Dans ce livre, il raconte la légende du colibri. Il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux étaient terrifiés, terrorisés et observaient impuissants le désastre. Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes avec son bec et les jetait sur le feu. Après un moment, le tatou agacé par cette agitation dérisoire lui dit : « Colibri, tu n'es pas fou ? Ce n'est pas avec des gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu. » Et le colibri lui répondit : « Je le sais, mais je fais ma part. » On a tous notre part à jouer dans ce que nous vivons, et nos petits riens sont énormes.
- Yves Duteil dit dans Les Petits Gestes délicats : « Les petits gestes attendrissants qui vous ouvrent le cœur en grand, vous sortent du désespoir les jours où le ciel est trop noir. Les petits gestes dérisoires : un simple geste, un regard mais qui repeignent la journée aux couleurs de l'amitié. »
- Dans le film The Hobbit, Gandalf le héros dit : « Je crois que ce sont les petites choses et les gestes quotidiens des gens ordinaires qui nous préservent du mal. »

• L'art et la manière de faire les choses sont importants.

- Le pape Jean-Paul II disait : « La sainteté ne consiste à accomplir des œuvres exceptionnelles, mais à vivre les choses de manière extraordinaire. »
- Goldman écrit dans une chanson : « Il y mettait du temps, du talent et du cœur ... et ainsi il changeait la vie. »
- Mère Térésa déclarait : « Il faut être fidèle à de petites choses. Nous pouvons ne pas accomplir de grandes choses, juste des petites, mais avec grand amour. Les sœurs de ma congrégation font de petites choses : aider les enfants, visiter les personnes solitaires, les malades, les indésirables. Quand quelqu'un me dit que les sœurs n'ont entrepris aucun grand travail, qu'elles font tranquillement de petites choses, je leur réponds : "Même si elles n'aidaient qu'une seule personne, cela suffirait". Jésus serait mort pour une seule personne, pour un seul pécheur. »

• Il est intéressant de travailler « l'être » avant « le faire ».

L'être est supérieur au faire. Je vaux plus par ce que je suis que par ce que je fais. La phrase citée par le père Lionel est vraie : « Je suis une merveille » rien que par le fait d'être et d'exister. Ce temps de confinement peut nous ramener à une forme de retour à soi, d'intériorité. C'est un moment opportun pour travailler sa qualité d'être (peut-être par la prière, la méditation, la lecture). Une âme qui s'élève, élève le monde : et si je m'élève, ne serait-ce que moi, le monde pourrait s'élever.

• Nous pouvons aussi approfondir la question de la fécondité.

Elle est plus importante que l'utilité. Peut-être qu'aux yeux du monde ce que je fais est inutile : je ne suis pas très utile, car je suis fatigué, malade, âgé, je suis empêché de faire des choses, je n'ai pas les compétences requises ; mais ce que je fais peut être fécond. Jésus disait : « Si un seul grain de blé tombe en terre, il donne du fruit. » Le fait de donner sa vie, de vivre ce que l'on a à vivre peut porter du fruit. Jésus a sauvé le monde pendant ses trois ans de vie publique, par sa mort sur la Croix, mais aussi par les trente ans de vie cachée à Nazareth. Dans ce village totalement inconnu à l'époque, c'est là que le Fils de Dieu se fait homme, qu'il va apprendre à marcher, à lire et à écrire, à travailler de ses mains, à aller chercher l'eau au puits, à rencontrer des gens... des riens pendant trente ans. Et c'est déjà là qu'il sauve le monde.

Le pape François disait cela d'une autre manière au début du confinement en répondant à cette question : « Comment peut-on vivre cette période pour éviter d'avoir l'impression de perdre notre temps ? » Il répondait : « Nous devons redécouvrir l'importance des petits gestes, des petites intentions à avoir envers nos proches, notre famille, nos amis. Comprendre que la vraie richesse se trouve dans les petites choses. Certains petits gestes simples se perdent parfois dans l'anonymat du quotidien : des gestes de tendresse, d'affection, de compassion qui sont néanmoins décisifs et importants. Par exemple un plat chaud, un câlin, un coup de téléphone. Ce sont des gestes familiers et quotidiens qui permettent de donner du sens à la vie et d'établir une communion et une communication entre nous. »

Madeleine Delbrêl, laïque du 20ème siècle, a beaucoup écrit sur l'héroïcité du quotidien : « Si nous comprenions combien la volonté de Dieu c'est que nous vivions ce que nous avons à vivre au quotidien, tout simplement, rien ne serait médiocre, rien ne serait trop lourd, car tout aurait racine en Dieu. Rien ne serait triste, car tout serait voulu par lui, rien ne serait ennuyeux, car tout serait amour de lui. » Elle s'adresse à Dieu en disant : « Nous pourrions découvrir alors que nous sommes des gens qui vous sont un peu nécessaires Seigneur, des gens dont les gestes vous manqueraient si nous refusions de les faire : la pelote de coton à repriser, la lettre à écrire, l'enfant à lever, le mari à dérider, la porte à ouvrir, le récepteur à décrocher, la migraine à supporter. Autant de tremplins pour l'extase, autant de ponts pour passer de notre mauvaise volonté aux rivages sereins de votre bon plaisir. »

« Seigneur, nous te confions le jour qui vient, il sera rempli peut-être de choses très simples, rien d'extraordinaire, mais aide-moi à vivre cela pleinement : avec foi, amour, patience et persévérance, sûr que cela contribue quelque part à changer le monde, mystérieusement. Amen. »

35. LES LANGAGES DE L'AMOUR - Lionel Dalle - 25 avril

J'ai longtemps cru qu'il suffisait de ces 3 mots : « Je t'aime. » Et qu'une fois ces mots dits, tous les autres étaient superflus. Évidemment, je me trompais...

Une fois n'est pas coutume, permettez-moi de citer ici non pas un père de l'Église, mais un « prophète » plus contemporain. Florent Pagny, donc, chantait en 1997 ces mots signés Lionel Florence (vous pouvez fredonner si vous voulez) : « Savoir donner / Donner sans reprendre / Ne rien faire qu'apprendre / Apprendre à aimer ». De fait, aimer, ça s'apprend.

Il faut d'abord apprendre à reconnaître cet amour, né au tréfonds de nous, parfois diffus, parfois confus, dans la pluralité de ses formes et de ses intensités – car on n'aime pas pareil le football et sa fille, on n'adore pas pareil Dieu et le chocolat.

Il faut ensuite apprendre à l'exprimer, car l'amour n'a de sens que s'il est offert, livré à l'autre – « sans rien attendre en retour », dirait Florent Pagny. Et c'est là que ça se corse, puisqu'il existe 5 langages de l'amour – et donc 4 possibilités de se tromper. Du coup, on tâtonne, on essaie, on se trompe, on blesse, parfois – et vient un jour béni où l'on voit se refléter dans les yeux de l'autre l'amour qu'on y projette, qui prend alors toute sa valeur.

Il faut enfin apprendre à renouveler, chaque jour, ce *choix* d'aimer. Car ce n'est pas qu'un sentiment, que l'on ressent, passif ; c'est un engagement, que l'on fait croître, actif. Avec délicatesse, humilité, et constance.

David

Parole: « L'amour prend patience; l'amour rend service; l'amour ne jalouse pas » (1 Co 13, 4).

Défi : trouver une façon de faire plaisir à une personne de son entourage en s'inspirant des langages de l'amour (paroles valorisantes, moments de qualité, cadeaux, services rendus, toucher physique). En quête d'inspiration, lire ou relire LES LANGAGES DE L'AMOUR de Gary Chapman.

Nous allons aborder LES LANGAGES DE L'AMOUR de Gary Chapman, avec Magali Menu.

Pourquoi est-ce important les "langages de l'amour" ?

Notre moteur à nous tous, c'est aimer et être aimés. Parfois, on peut ne pas ressentir cet amour. Chacun de nous a une langue maternelle. Eh bien, nous avons aussi une langue maternelle de l'amour qui nous permet de remplir le réservoir affectif d'une personne, laquelle remplit à son tour notre réservoir affectif. Nous en avons chacun un, et quand il est vide, on tombe en panne. C'est donc important de le remplir, mais pas avec n'importe quel langage.

Quels sont les différents langages ?

- Les cadeaux : ce ne sont pas des personnes futiles, comme on pourrait le penser. On a pris pour elles du temps pour réfléchir, du temps pour faire un cadeau ou l'acheter... La personne est touchée. Pour elle, recevoir un présent est le signe visible de l'amour.
- Le toucher : ce langage peut aussi être mal interprété, car on peut trouver ce côté tactile déplaisant. Or c'est seulement un mode de communication. Et parfois, lorsque les mots ne sont plus suffisants dans certaines situations, un geste sera plus puissant pour dire son affection à l'autre.
- Les paroles valorisantes : ce sont les paroles qui mettent en valeur, en lumière les qualités et les belles choses de l'autre. C'est regarder ce qui est beau chez la personne et le lui dire. C'est lui dire ce qu'on aime d'elle, ce qu'on apprécie en elle, ce qu'il y a de beau en elle. C'est un langage très puissant.
- Les services rendus : en soulageant l'autre de petits ou grands services, on va lui montrer que l'on est attentif à cette personne, qu'on veut lui rendre service gratuitement et discrètement.
- Les moments de qualité : ce sont les moments gratuits, que l'on fasse quelque chose ou non. Ce n'est pas ce que l'on fait qui est important, c'est que l'on est complètement présent à l'autre. Ces moments ne sont pas forcément très longs, mais c'est la qualité de la présence qui est importante.

Voici les cinq manières de dire aux autres qu'on les aime.

A-t-on forcément les cinq langages en nous ?

C'est comme la langue maternelle, on en a une privilégiée, mais c'est mieux de pratiquer un peu tous les langages. Cela demande de les travailler un peu, de se mettre à l'écoute de l'autre. Lorsque l'on veut manifester notre amour, c'est à nous de faire en sorte de trouver le langage de l'autre. Apprenons à parler les cinq langues pour être capables de communiquer notre amour le mieux possible.

C'est aussi important de connaître son propre langage et d'avoir l'humilité de dire aux autres que l'on a besoin d'avoir un réservoir rempli.

Donc, spontanément, on a un ou deux langages de prédilection et on a tendance à parler notre langage à l'autre... Si l'autre ne parle pas le même langage, il faut nous adapter pour ne pas que nous remplissions son réservoir d'un langage qui ne lui fait rien. C'est comme une double respiration : je te donne et je reçois.

Nous sommes en confinement, qu'est-ce que ça change?

Le moment que nous traversons génère beaucoup de doutes et d'incertitudes : nous sommes davantage fatigués psychologiquement, physiquement et nous sommes beaucoup plus sur nos réserves. Notre réservoir étant plus bas, c'est un peu plus difficile d'être en bonne relation avec les autres. Ne gardons qu'un langage et déployons-le. C'est un mécanisme vertueux : lorsque l'autre a reçu les quelques gouttes dont il avait besoin, il sera mieux avec moi.

- Il y a des langages plus compliqués à parler en temps de confinement : si l'on est seul, le toucher sera compliqué... mais les autres langages sont tout à fait possibles :
 - Cadeau : déposer un pot de confiture chez sa voisine, envoyer un colis...
 - Moment de qualité : téléphoner, utiliser les réseaux sociaux, avoir un moment de présence à l'autre...
 - Services rendus : faire des masques, des blouses, écrire aux personnes dans les Ehpad.
 - Paroles valorisantes : exprimer des paroles par les moyens modernes, mais aussi par la bonne vieille lettre ; dire merci à 20 h au personnel soignant.
- Si l'on est en famille, tous les langages sont possibles :
 - Toucher : caresser le soir le dos de son enfant pour l'aider à s'endormir, se caler dans le canapé pour regarder la télévision, etc. Et prendre en compte l'intimité du couple.
 - Cadeaux : faire un gâteau, un bricolage, offrir un paquet de bonbons...
 - Moments de qualité : prendre un café en couple, se balader une heure en laissant les téléphones, faire un apéro en famille et autour d'un thème par exemple (chants, jeux) et l'organisateur change à chaque fois.
 - Services rendus : vider les poubelles, cuisiner, jardiner, faire le ménage...
 - Paroles valorisantes: dire à l'autre ce qu'il a fait de bien « merci tu as super bien rangé... »
 (paroles conditionnelles), ou bien « tu es vraiment génial, une bénédiction pour notre famille » (paroles inconditionnelles).

Quels exercices peut-on faire?

- Trouver son langage de l'amour afin de pouvoir l'exprimer : en famille, en coloc...
- Partager ce langage, le faire connaître avec bienveillance et délicatesse.
- Décider de travailler un langage qui n'est pas familier pour moi et qui pourtant est nécessaire pour la personne que j'aimerais aider. Donc, devenir polyglotte de l'amour!

« Seigneur Jésus merci de nous avoir faits pour aimer. Tu nous as conçus en nous appelant à nous aimer les uns les autres et à t'aimer, toi. Aujourd'hui nous comprenons qu'il y a beaucoup de manières pour exprimer notre amour au travers de ces langages : le toucher, les paroles valorisantes, les services, les moments de qualité, les cadeaux. Viens nous aider Jésus à pratiquer ces langages aujourd'hui, à trouver le bon langage pour parler à ceux qui nous entourent, à être inventifs dans ce confinement pour trouver des manières de dire notre amour. Merci Jésus. »

36. RENCONTRE AVEC UNE CHAMPIONNE DU MONDE – témoignage - 26 avril

Chaque jour voit monter à bord plusieurs centaines de personnes ! Bienvenue aux nouveaux arrivants ! Ici on s'accueille, on s'encourage, on prie les uns pour les autres, on se repose, on se donne la carte des courants porteurs, on se signale les récifs et on apprend comment Dieu pilote le

navire. Oubliez Le Radeau de La Méduse, vous voilà désormais sur le Love Boat, « exciting and new, come aboard, we're expecting you! (*)»

Aujourd'hui en vidéo une championne, une vraie, nous parle de la façon dont Dieu l'accompagne dans sa vie et dans la compétition. Pour muscler son cœur aussi, le sens de l'effort est nécessaire. Il peut être ramolli, la lassitude peut l'envahir, l'inquiétude le ronger. Ce n'est pas une fatalité! En faisant le premier plus petit pas possible pour contrer ces attitudes, Dieu nous fera faire des bonds de géant. Cela peut paraître un grand effort, mais comme dit sainte Thérèse: « Dieu ne refuse jamais cette première grâce qui donne le courage d'agir. Après cela le cœur se fortifie et l'on va de victoires en victoires ». Je m'en vais chercher ce petit pas! On est ensemble, bon dimanche les amis!

(*) Le navire de l'amour, « passionnant et nouveau, montez à bord, vous êtes attendu ! » (oui, c'est le générique de *La Croisière s'amuse...*)

Matthieu

Parole: « Votre corps est un sanctuaire de l'Esprit Saint, lui qui est en vous et que vous avez reçu de Dieu » (1 Co 6, 19).

Défi : dresser la liste des 30 plus beaux moments de sa vie.

Rencontre avec une championne du monde.

37. HEROS MALGRE NOUS! - Pierre Aguila - 27 avril

Dans la brume, au loin, il me semble apercevoir de temps en temps la terre ferme... Cette Traversée arriverait-elle à son but ? Je sens bien que j'aurais envie de prendre la date du 11 mai comme une sorte de prophétie, une promesse de libération.

Heureusement bien vite je me reprends : vais-je réellement croire prophétiques les décisions de mes gouvernants ? Est-ce en eux que j'ai placé mon espérance ? Sont-ils mon Sauveur ? Et puis pourquoi attendrais-je la date péremptoire (et encore lointaine) du 11 mai pour être libre ? D'autant que je vois bien qu'après le 11 mai notre façon de vivre restera contrainte par des consignes sanitaires strictes, des déplacements limités, des reprises scolaires et d'activités échelonnées et adaptées...

Par ailleurs, l'annonce du déconfinement me ferait presque oublier que certains sont toujours malades, que des gens meurent encore seuls, que pour d'autres c'est la perspective du chômage ou d'organisations impossibles avec la réouverture progressive des écoles.

Bref, faire du « 11-mai » le jour de la libération est un piège. Le 11 mai attendra le 11 mai ! Aujourd'hui, 27 avril 2020, avec l'aide de Dieu, je veux être libre ! Libre pour remplir au mieux mon devoir d'état, aimer mes proches, soutenir les plus faibles.

Hardi les gars, on est ensemble ! Matthieu

Parole: « Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime! » (In 15, 13).

Défi : écrire un mot ou faire un dessin pour remercier le facteur, puis le coller sur sa boîte aux lettres.

Extrait du film Tu ne tueras point : histoire vraie (pendant la Seconde Guerre mondiale) de ce soldat, affecté au service médical, qui a sauvé plus de soixante-quinze camarades, un par un, en les descendant d'une montagne. Aujourd'hui, nous sommes sur le front d'une autre guerre, celle contre le Covid-19. Il y a celles et ceux qui sont en première ligne (ambulanciers, pompiers, médecins, infirmiers, aides-soignants, bénévoles des associations). Ce sont de véritables héros et, en chacun de nous, il y a un héros qui sommeille.

Un héros est une personne qui fait preuve d'un courage exceptionnel, souvent à l'occasion d'événements exceptionnels.

Le 23 mars 2018, le colonel Beltrame prenait la place d'un otage et mourrait à sa place. Il existe des tas d'autres exemples, comme le père Kolbe qui, dans le camp d'Auschwitz, prend la place d'un prisonnier condamné à mort.

La pandémie que nous vivons peut faire découvrir en chacun de nous des capacités héroïques que nous n'aurions jamais imaginées. Dans cette tempête, nous avons deux solutions : soit nous descendons dans la cale et attendons que la tempête passe (comme Jonas dans la Bible), soit nous réagissons et faisons ce que nous pouvons, et même au-delà de ce que nous pensons pouvoir faire.

Nous sommes tous appelés à être des héros, non pas pour nous-mêmes, mais pour les autres qui en ont tant besoin : nous sommes appelés à être des héros du quotidien.

Le pape François disait aux jeunes le 5 avril dernier : « Chers amis, regardez les vrais héros qui apparaissent ces jours-ci. Ce ne sont pas ceux qui ont renommée, argent, succès... mais ceux qui se donnent eux-mêmes pour servir les autres. Sentez-vous appelés à mettre en jeu votre vie. N'ayez pas peur de la dépenser pour Dieu et pour les autres, vous y gagnerez ! Parce que la vie est un don qui se reçoit en se donnant et parce que la joie la plus grande est de dire oui à l'amour sans "si " et sans " mais ", comme Jésus pour nous. » Tous ces héros extraordinaires ont pu réaliser ces exploits parce que la plupart du temps ils s'étaient entraînés dans leur vie quotidienne à aller au-delà du devoir minimal, au-delà de ce qu'on attendait d'eux ; dans un don d'eux-mêmes au goutte à goutte. L'héroïcité comme la sainteté n'est pas un luxe, mais un devoir : un chemin de bonheur.

Jésus le dira lui aussi : « Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime »

Un petit exercice : nous pouvons commencer par donner de notre temps. C'est très précieux le temps. En ces moments difficiles, nous pouvons en donner un petit peu chaque jour à quelqu'un qui va mal. Cela fera diminuer l'égoïsme et l'individualisme et augmenter notre amour véritable.

Prions pour que chacun de nous tienne sa place, non pas dans la cale du bateau, mais à son poste. Nous pouvons prier avec saint François d'Assise :

> « Seigneur, fais de moi un instrument de ta paix, Là où est la haine, que je mette l'amour. Là où est l'offense, que je mette le pardon. Là où est la discorde, que je mette l'union. Là où est l'erreur, que je mette la vérité. Là où est le doute, que je mette la foi. Là où est le désespoir, que je mette l'espérance. Là où sont les ténèbres, que je mette la lumière. Là où est la tristesse, que je mette la joie. O Seigneur, que je ne cherche pas tant à être consolé qu'à consoler, à être compris qu'à comprendre, à être aimé qu'à aimer. Car c'est en se donnant qu'on reçoit, c'est en s'oubliant qu'on se retrouve, c'est en pardonnant qu'on est pardonné, c'est en mourant qu'on ressuscite à l'éternelle vie. »

38. PERSEVEREZ! - Benoît Moradei - 28 avril

« Parfois on a de l'énergie, parfois on n'a envie de rien faire » : merci au père Benoît d'avoir brossé, dans son topo du jour, ce résumé cinglant de ma vie.

Plus sérieusement, il faut reconnaître que le fameux « quand on veut, on peut » – et l'idée corrélée qui oppose la volonté (une vertu) et la paresse (un péché, capital, en plus !) – s'avère assez simpliste, et mérite une kyrielle de nuances.

On n'est jamais seulement dans l'effort ou dans l'indolence, dans l'excellence ou dans le convenu, dans le mérite ou dans la faute : on oscille en permanence entre deux extrêmes, à la fois contraires et complémentaires, sur presque tous les plans de notre vie.

À vélo, on se met en danseuse dans les cols et en roue libre dans les descentes ; en bateau, on louvoie face au vent contraire et on se laisse glisser quand il nous porte ; en confinement, on fait le dos rond lorsque les heures s'égrènent et on rouspète quand on n'a « pas le temps ». Parce que nous sommes comme ça : tantôt l'on donne, tantôt l'on reçoit... L'important est que la balance, à long terme, soit positive – dans tous les sens du terme.

Alors faisons ce que nous pouvons, comme nous le pouvons (surtout en ce moment !), persévérants dans la foi, l'espérance et la charité : pour le reste, Dieu pourvoira.

David

Parole : « Ils affermissaient le courage des disciples ; ils les exhortaient à persévérer dans la foi » (Ac 14, 22).

Défi : reprendre une chose commencée avant le début du confinement et non achevée. Pour travailler la patience de ceux qui sont à jour, un défi bonus est à télécharger gratuitement sur Le site de Tante Menoue.

Parfois, on n'a plus d'énergie : on s'était donné un cadre pour pouvoir avancer, prier tous les jours, faire le ménage, regarder La Traversée, téléphoner... mais on atteint ses limites et on a l'impression que l'on a plus envie de rien. On est au milieu du gué : on ne voit plus la rive qu'on a quittée, on ne voit pas encore celle où l'on doit arriver... Le 11 mai, c'est à la fois loin et près. Et puis après le 11 mai, on ne sait pas ce qu'on deviendra sur le plan des finances, du travail, de la famille, des loisirs... La tentation de découragement, de vide intérieur peut nous guetter : à quoi bon continuer ? Cela rejoint une problématique de toute notre vie. En terme nautique, on dit qu'il y a pétole, c'est-à-dire pas de vent : on n'a plus de quoi avancer, c'est la panne totale.

L'acédie est une fatigue spirituelle qui fait que l'on se décourage.

Un moine du 4ème siècle, Évagre le Pontique, a mis par écrit des notes sur l'acédie. Le démon de l'acédie, qui est aussi appelé démon de midi, attaque le moine dès dix heures du matin et jusqu'en début d'après-midi. Il fait que le soleil paraît lent à se mouvoir, que les jours semblent avoir cinquante heures au lieu de vingt-quatre. Il force le moine à avoir les yeux en permanence fixés sur les fenêtres, à bondir hors de la cellule, à observer le soleil pour voir s'il est loin de la 9e heure... On se met à être dégoûté par le lieu où l'on habite, par les gens avec qui on est, par soi-même, on se dit qu'ailleurs ce serait mieux... on est atteint par le découragement et le dégoût. Dans la Bible, c'est l'histoire du prophète Elie, qui est poursuivi, s'enfuit dans le sud d'Israël, et s'assied au pied d'un buisson en demandant à Dieu de le faire mourir. Pendant son sommeil, un ange apporte nourriture et eau et réveille Elie, qui se nourrit et se rendort. L'ange revient encore avec de la nourriture et de l'eau, et, cette fois-ci, après avoir bu et mangé, Elie repart.

Parfois, on a davantage envie de se recoucher que d'avancer.

Notre moine Évagre le Pontique nous donne quelques pistes pour avancer.

Vous le constaterez, plusieurs de ces pistes ont été abordées précédemment dans La Traversée : n'hésitez pas à regarder les archives.

- Pleurer: se tourner vers le ciel, dire que l'on n'est pas tout-puissant et que l'on a besoin de l'aide de Dieu, car tout seul on ne s'en sort pas.
- Avoir une hygiène de vie : un rythme de vie, un programme, de bonnes habitudes quotidiennes.
- Vivre l'instant présent.
- S'appuyer sur la Parole de Dieu : dans sa Parole, Dieu enseigne et donne une nourriture, cette énergie qui nous permet d'avancer. Il nous dit qu'il est là, il nous donne son Esprit Saint, son souffle qui permet de gonfler les voiles et de repartir.
- Voir quelle est la finalité : chaque journée me permet de réussir ma vie et d'atteindre ma vie éternelle avec Dieu.
- Tenir coûte que coûte : ce n'est pas du volontarisme, mais c'est ne pas lâcher. Ce n'est pas dans la nuit que l'on change de cap. Lorsque l'on commence quelque chose, on est tout feu tout flamme et on perd de l'énergie au fur et à mesure. Et alors que le but n'est pas loin, on n'arrive plus à faire les derniers mètres. Et c'est là qu'il faut retrouver le courage d'attendre.

Dans le livre Le Tour du monde en vongt jours, écrit en 1999, l'auteur raconte comment des paroles d'encouragement qu'il a reçues l'ont aidé à finir périple, à un moment où il était un peu désespéré. Page 264 : « Tu sais Brian et toi, vous êtes en train de réussir quelque chose d'extraordinaire et de très difficile. C'est tout à fait normal que vous soyez angoissés. Avant tous les grands triomphes, il y a inévitablement une phase d'angoisse. Sans cela, rien de grand ne s'accomplit. Si vous étiez parfaitement sereins au-dessus du golfe du Mexique, cela voudrait dire que 20 personnes au moins auraient fait ce tour du monde avant vous. En fait, plus vous êtes angoissés, plus cela signifie que ce que vous faites est grand et que vous pouvez vous sentir proches de la victoire. Brian et toi avez déjà volé plus loin que n'importe qui, ne soyez pas inquiets d'être angoissés. Quand vous vous poserez en Afrique, vous repenserez à votre angoisse comme le premier signe de votre triomphe. »

Je voudrais ce ceux qui sont un peu découragés en ce moment se sentent encouragés par la prière de John Newman (p. 156-157 dans LA COLONNE DE NUÉE) :

« Guide-Moi, douce lumière, dans les ténèbres qui m'enveloppent, guide-moi encore.

La nuit est sombre et je suis loin de ma demeure guide-moi encore.

Garde mes pas; je ne demande pas à voir l'horizon lointain – un seul pas me suffit.

Je ne fus pas toujours ainsi, et je ne t'ai pas toujours prié de me guider,

J'aimais choisir et voir ma route, mais maintenant guide-moi encore.

J'aimais l'éclat du jour et, malgré mes craintes, l'orgueil dominait mon vouloir: ne te souviens pas d'années passées.

Ta puissance m'a béni si longtemps; elle continuera certes à me guider à travers landes et marais, à travers rocs et torrents, jusqu'à la fin de la nuit. Et avec le matin je verrai sourire ces visages d'anges que j'aime depuis toujours, et qu'un temps je perdis. »

39. TROIS VERITES CONTRE-INTUITIVES QUI DONNENT LA PAIX - Lionel Dalle - 29 avril

« La paix soit avec vous. » Cette parole, la première prononcée par Jésus ressuscité à ses disciples, résonne, aujourd'hui encore, avec toute sa puissance de vérité. Au lendemain de nouvelles annonces de déconfinement, elle s'adresse plus que jamais à nos cœurs tourmentés, blessés, apeurés.

Après ce carême exigeant, cette période difficile où nous avons appris à donner plus que nous ne le pensions, à jeûner comme nous ne l'avions jamais fait, nous apprenons désormais que nous ne pourrons pas nous rassembler à l'église pour la Pentecôte. Secrètement nous gardions l'espoir de retrouver ce jour-là notre communauté pour être envoyés, tels des apôtres, en mission dans le monde. Un espoir qui avait du sens, à nos yeux. Un espoir qui nous faisait accepter le jeûne après Pâques.

« La paix soit avec vous. » Une fois encore, le Christ nous montre la voie à suivre, pas à pas. A la question « comment trouver la paix en toutes situations ? », il appelle notre cœur à devenir cénacle pour l'accueillir. Et nous invite à écouter l'Esprit Saint nous souffler : « Je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin des temps. »

Notre espérance est certaine, Il ne nous abandonnera pas sur le chemin. Laetitia

Parole: « La paix soit avec vous » (Jn 20, 19).

Défi : lire ou relire la prière de confiance en Dieu de saint Claude La Colombière.

Dans la tempête, on est parfois balloté de tous les côtés, secoué, emporté, on ne sait plus à quoi s'accrocher et on risque de partir à la dérive.

Je voudrais vous présenter trois vérités auxquelles on peut s'accrocher en temps d'épidémie et qui nous donnent la paix. Ce sont des vérités de foi qui sont de grandes sources de paix.

Le monde est dirigé par un Créateur qui est bon.

Si l'on regarde les informations, la question qui se pose est : « Où va le monde ? Le monde n'est-il pas devenu fou ? Les puissants dirigent-ils tout ? Les multinationales dirigent-elles le monde ? Ou se sont les terroristes ? » Ou carrément : « Il n'y a personne qui dirige le monde et il ne sait pas où il va. »

La première vérité est qu'il y a un pilote dans l'avion. Dieu, qui a créé le monde, ne l'a pas abandonné. C'est une vérité contre-intuitive, car si l'on regarde le monde de l'extérieur, on pourrait se dire que Dieu semble absent ou dépassé par les événements. En fait, Dieu réalise ce qu'il a prévu. Il dirige le monde comme il veut et il l'emmène où il a prévu de l'emmener. Dans le langage chrétien, c'est la Providence divine : Dieu se sert de tout pour mener toute chose à son terme. Il le fait dans la discrétion, on ne s'en rend pas compte.

Un verset l'exprime dans l'Evangile de Jean (chapitre 19) lorsque Jésus est arrêté et comparaît devant Pilate. Ce dernier lui dit : « Tu refuses de me parler, à moi ? Ne sais-tu pas que j'ai le pouvoir de te relâcher et le pouvoir de te crucifier ? » Jésus lui répond : « Tu n'aurais aucun pouvoir sur moi, si tu ne l'avais reçu d'en haut. » Cet échange nous rappelle que si les choses adviennent, c'est que Dieu le permet et que c'est lui qui se charge de diriger le monde.

C'est pour nous un immense soulagement, car ce n'est pas à nous de porter ce stress de savoir où va le monde. Nous, nous devons porter la responsabilité qui nous est donnée : celle de notre travail, de notre famille... bien faire notre devoir d'état. Là où je suis, j'ai une certaine marge d'action et c'est cela qui m'est confié. En revanche, il y a des choses qui me dépassent largement et je les confie à Dieu : c'est lui qui les porte. Et heureusement pour nous, car ce serait horrible de devoir assumer tout ce qui se passe dans le monde.

La victoire de l'amour est certaine.

Quand on regarde le monde, on voit le mal partout et les proportions énormes qu'il peut prendre : guerres, injustices, violences... et on se dit : « Qui va l'emporter du bien ou du mal ? » La vérité, c'est que c'est l'amour qui a la victoire et que c'est déjà gagné. La victoire définitive du bien et de l'amour sur le mal et la haine a déjà été gagnée, lors de la mort de Jésus et par sa résurrection. En ressuscitant, Jésus a définitivement vaincu les ténèbres.

On pourrait se demander pourquoi ce n'est pas plus visible, pourquoi il reste tant de combats, pourquoi le mal est si présent ? Une image peut éclairer la situation. A la fin de l'année 1944, après le débarquement, on pouvait commencer à se dire : « C'est certain, les alliés vont gagner la guerre. » Mais il est resté énormément de combats, de souffrance jusqu'au 8 mai 1945, date de la signature de l'armistice. C'est un peu la même chose pour nous dans la foi : l'ennemi est vaincu, mais, dans sa rage, il continue de lutter obstinément contre nous et contre Dieu, et il provoque des dégâts. Mais nous savons qu'il est déjà vaincu et qu'il sera définitivement enchaîné à la fin des temps, au retour du Christ.

Cette deuxième idée est également apaisante pour nous, car nous sommes appelés à vivre comme des vainqueurs. Saint Paul dans l'Epître aux Romains (chapitre 8) dit : « En tout cela, nous sommes les grands vainqueurs, grâce à celui qui nous a aimés. » Jésus a déjà tout vaincu et nous pouvons vivre comme si c'était déjà fait. Si la victoire est certaine, il faut qu'elle se réalise dans le monde et dans notre cœur. LA VICTOIRE EST CERTAINE : cela ne doit pas rester une idée, mais s'ancrer dans notre cœur pour que nous puissions en vivre.

Dieu m'aime d'un amour éternel et veille sur moi à chaque instant.

C'est une vérité que l'on connaît si l'on est dans la foi, on y est habitué, mais elle devrait tellement nous surprendre. Pourquoi Dieu m'aimerait-il si fort, d'un amour infini, d'un amour éternel ? Il n'y a pas de raison, mais c'est vrai ! Il nous aime gratuitement. Dans la Bible au chapitre 49 du Livre d'Isaïe : « Jérusalem disait : "le Seigneur m'a oubliée, il m'a abandonnée." Une femme peut-elle oublier son petit enfant, ne plus avoir de tendresse pour le fils de ses entrailles ? Même si elle l'oubliait, moi je ne t'oublierai pas, car j'ai gravé sur les paumes de mes mains, ton nom. »

Sur la base de cet amour, on peut construire notre vie. On sait qu'il y a quelqu'un qui nous aime inconditionnellement, qui est avec nous tous les jours jusqu'à la fin des temps, qu'il ne nous abandonnera jamais et qu'il veille sur nous : c'est Dieu. C'est très sécurisant pour nous. Le travail est d'accueillir cette vérité dans notre cœur pour qu'elle devienne vitale et qu'elle diffuse la paix en nous.

« Merci Seigneur, car tu mènes le monde, c'est toi qui as tout créé, c'est toi qui conduis toute chose. Nous sommes dans ta main et nous pouvons te faire confiance, car dans ta main nous n'avons rien à craindre. Merci d'avoir vaincu le mal en nous donnant ton Fils, qui est mort sur la Croix, et qui est ressuscité. Merci d'avoir obtenu cette victoire définitive, de nous la donner et de nous y faire participer. Merci aussi pour l'amour infini que tu nous donnes chaque jour, il se diffuse en nous, un peu comme une perfusion dans notre cœur jour après jour. Donne-nous la grâce d'accueillir ces vérités, de te faire confiance, de croire en ton amour et de recevoir cette paix. Garde notre cœur dans la paix et dans l'amour, tout au long de ce jour. »

40. CROIRE OU NE PAS CROIRE - Pierre Aguila - 30 avril

On entend souvent qu'il suffit d'une rencontre pour qu'une vie bascule. Dans mon cas, il en aura fallu deux. La première, l'essentielle – sans laquelle rien d'autre ne se serait plus jamais passé dans ma vie – fut celle de Celle qui allait devenir mon épouse. C'était un matin gris de septembre ; elle rayonnait d'une lumière de moi jusqu'alors inconnue, qui m'éblouit aussitôt ; elle dessinait dans chacun de ses gestes les contours d'un monde qui me sembla soudain nouveau, infini, éternel. Oui, j'ai eu le « coup de foudre » – et j'en vibre encore chaque jour, à couvert de ses bras.

La seconde, ce fut évidemment celle de Jésus. Pas le Jésus qu'on m'avait enseigné enfant, lorsque je « suivais » le catéchisme ou que je servais la messe, qui me semblait abstrait, lointain – non : le Jésus qui est, vraiment, vivant en chacun d'entre nous. *Pour* chacun d'entre nous. *Par amour* pour chacun d'entre nous. Et qui nous le montre – même si Dieu sait comme nous pouvons être aveugles lorsque nous refusons de voir...

Lui, le Dieu fait (petit) homme, a choisi un petit, messager improbable, pour faire ce pas vers moi – en voici mon souvenir. Et, bien que saisi par la rencontre, il m'a encore fallu longtemps pour L'accueillir vraiment.

Dans mes moments de désespérance, il m'arrive encore, à l'occasion, de vouloir refermer la porte ; mais je me souviens alors qu'Il est déjà entré. Ainsi soit-il.

David

Parole: « Si je ne vois pas dans ses mains la marque des clous, si je ne mets pas mon doigt dans la marque des clous, si je ne mets pas la main dans son côté, non, je ne croirai pas! » (Jn 20, 25).

Défi : écrire sa propre rencontre avec Jésus (en pensant aux personnes mises sur son chemin, aux événements vécus...) et la raconter à quelqu'un. Si cette rencontre ne s'est pas encore faite, regarder le site du Parcours Alpha qui propose de poser ses questions sur le sens de la vie et la foi catholique lors de réunions près de chez soi.

Croire ou ne pas croire en Dieu : quelques pistes pour cette question si difficile. Je ne crois d'ailleurs pas que la question « croire ou ne pas croire » soit la bonne. En effet, tout d'abord de quel Dieu parle-t-on ? Celui qui serait à l'origine du bien et du mal ? C'est aussi une question très théorique. Ce qui nous intéresse est ce que nous vivons, avec peut-être des doutes.

Avoir des doutes n'est pas forcément mauvais.

Benoit XVI : « Le croyant comme l'incroyant, chacun à sa manière, connaîtra le doute et la foi, s'ils ne cherchent pas à se faire illusion à eux-mêmes et à se dissimuler la vérité de leur être. Personne ne peut échapper entièrement à la foi : chez l'un, la foi sera présente contre le doute ; chez l'autre, grâce au doute et sous la forme du doute. »

Benoit XVI : « Affirmer "Je crois en Dieu" nous pousse alors à partir, à sortir continuellement de nous-mêmes, précisément comme Abraham, pour apporter dans la réalité quotidienne dans laquelle nous vivons la certitude de la présence de Dieu dans l'histoire, aujourd'hui aussi : une présence qui apporte vie et salut, et nous ouvre à un avenir avec Lui pour une plénitude de vie qui ne connaîtra jamais de fin. »

Le mot-clé est le mot « présence ».

Se demander si l'on croit en Dieu, c'est se demander si l'on croit que Jésus est présent avec moi, si l'on croit qu'il veut me prendre par la main, qu'il veut me rencontrer. Benoit XVI : « A l'origine du fait d'être chrétien, il n'y a pas une décision éthique ou une grande idée, mais la rencontre avec un événement, avec une Personne, qui donne à la vie un nouvel horizon et par là son orientation décisive. »

On peut douter d'une idée, mais pas d'une rencontre.

Le nom de Dieu est autre chose qu'un concept, on ne rentre pas en relation avec un concept. Alors la rencontre... Il faut l'avoir vécue en effet. Cela n'est pas le cas pour tout le monde. C'est une rencontre qui change tout, comme une espèce d'évidence intérieure. A la question : « Comment faire cette rencontre ? », voici ce que dit le pape François : « Nous sommes nés avec une graine d'anxiété, Dieu l'a voulu ainsi. L'inquiétude, pour trouver la plénitude ; l'inquiétude pour trouver Dieu, souvent même sans savoir que nous portons cette inquiétude. Notre cœur est inquiet, il a soif, soif de la rencontre avec Dieu. Il le cherche souvent sur les mauvais chemins, il se perd puis revient, il Le cherche. D'autre part, Dieu a soif de rencontre, à tel point qu'il a envoyé Jésus à notre rencontre pour venir à la rencontre de cette inquiétude. »

Inquiétude / rencontre.... Doute /foi... Saint Augustin parlait souvent de cette recherche inconsciente .

« Où étais-je, moi, quand je te cherchais ? Toi, Seigneur, tu étais avec moi, mais moi j'étais parti loin de toi. Tu étais au-dedans de moi et moi au-dehors et c'est là que je te cherchais. » Le doute n'est pas mauvais s'il est un tremplin dans ma quête de Dieu. Saint Paul nous dit (Ep 4, 14) : « Alors, nous ne serons plus comme des petits enfants, nous laissant secouer et mener à la dérive par tous les courants d'idées, au gré des hommes qui emploient la ruse pour nous entraîner dans l'erreur. »

Alors comment rencontrer Dieu?

Entre dans ta chambre, ferme la porte, éteins tout ce qui peut te déranger, ferme les yeux et parle à Jésus. Même si tu n'es pas certain qu'il existe. Tu peux même lui exprimer tes doutes, tes désirs. Et pour ne pas en rester là, lui dire que tu aimerais le rencontrer. Et tôt ou tard, je vous l'assure, Jésus répondra. Cela étant, nous ne sommes pas obligés de douter!

Mais alors rappelons-nous : la foi est un don gratuit de Dieu. On nous a donné gratuitement, alors nous aussi nous devons donner gratuitement. Donner gratuitement, avec audace mais délicatesse. C'est le tact dont parle Paul. Non pas convaincre, car il ne s'agit pas d'idées, mais témoigner, car il s'agit d'une personne et d'une rencontre.

Le pape François résume cela admirablement : « La foi n'est pas seulement pour moi, pour que je grandisse avec elle. La foi est avant tout un témoignage. Vivre comme chrétien c'est proposer un témoignage. Ceux qui ont la foi doivent sortir d'eux-mêmes. Cela ne signifie pas faire du prosélytisme, c'est témoigner de la foi à travers le service, c'est vivre en tant que chrétien. Avant de dire quelque chose de chrétien, il faut vivre concrètement la foi. La foi ne se transmet pas pour convaincre, mais pour offrir un trésor. »

« Père très saint, nous te remercions pour ce merveilleux exemple de confiance et de foi avec saint Joseph. Nous voulons Seigneur te faire confiance, comme Joseph. Libère-nous de nos doutes, aidenous pour qu'ils soient l'occasion d'aller plus loin à ta rencontre, de découvrir à quel point tu nous aides. Fortifie notre foi en toi, notre confiance en toi. Nous te prions aussi pour ceux qui sont assaillis par les doutes et qui n'ont personne pour les aider à s'ouvrir à ta présence. Viens les rejoindre, manifeste-toi à eux. Nous te confions aussi tous ceux qui doutent à cause de la maladie et de l'épidémie. Donne-nous de nous porter les uns les autres dans cette communion fraternelle, dans cette prière fraternelle. »

41. PATIENCE... - Benoît Moradei - 1er mai

Plus que jamais, le temps de Dieu nous paraît long, à vue d'homme! En réponse aux nouvelles mesures de déconfinement, nous voici invités à entrer, plus profondément encore, dans le temps de la patience. Comme un ultime renoncement à notre ancienne vie dont nous détenions les clefs, nous voilà plongés dans ce temps de l'humilité, de l'aridité, sans mode d'emploi à portée de main. La patience, il en faut au jardinier qui plante des graines, en prend soin quotidiennement et les voit germer seulement au bout de quelques temps... Quelle récompense alors de voir les beaux fruits de ce mûrissement caché! Une joie à la hauteur de l'attente!

Dans sa quête de panthères des neiges au Tibet, Sylvain Tesson l'expérimentait : « J'ai appris que la patience était une vertu suprême, la plus élégante et la plus oubliée. Elle aidait à aimer le monde avant de prétendre le transformer. » Et si Dieu nous invitait à l'aimer toujours plus profondément ? En nous donnant les clefs : patience, confiance, constance et... espérance ! Laetitia

Parole: «L'amour prend patience » (1 Co 13, 4).

Défi : passer sa journée sans se plaindre en s'exerçant à utiliser les 4 C de la gratitude en toutes situations : « c'est intéressant », « ce n'est pas grave », « c'est utile », « c'est drôle ».

Je voudrais vous parler de la patience. Dans ce confinement, nous sommes tous plus ou moins impatients de sortir de cette manière de vivre, impatients de retrouver nos proches, de refaire les activités que nous aimons bien, de reprendre notre travail. Notre impatience, même en temps normal, peut nous rendre tendus, colériques, indisciplinés, dangereux, agressifs ; elle peut compliquer nos relations avec les autres, détériorer notre santé, nous rendre anxieux. C'est très coûteux au fond d'être impatient, car on veut changer les autres, ses enfants, son conjoint et on s'énerve contre soi-même.

L'impatience est le refus d'une limite : du temps, de l'espace, limite que l'on a au fond de soi et qui peut parfois aussi toucher la vie spirituelle, avec l'envie de tout maîtriser.

Il y a certaines situations, comme celle que nous vivons, qui nous exercent à la patience, nous apprennent à ralentir, à prendre conscience que l'on ne peut pas tout maîtriser.

Je vous partage 4 convictions:

« Le temps est supérieur à l'espace » (pape François). L'espace est quelque chose que je peux maîtriser, calculer, compter ; alors que le temps me file entre les doigts. Le temps m'invite à entrer dans un processus sur le moyen ou le long terme. On dit : « Paris ne s'est pas fait en un jour... On ne tire pas sur l'herbe pour la faire pousser... Il faut donner du temps au temps... Il faut du temps pour faire un arbre... Un fruit qui mûrit trop vite est sans saveur... » Il y a encore la fable du lièvre et de la tortue. Le pape François dit aussi que « l'homme apprend lentement et il faut honorer cette lenteur ». Voici encore un passage du Petit Prince : le Petit Prince rencontre un marchand qui fabrique des pilules pour apaiser la soif. Le Petit Prince lui demande : « Pourquoi vends-tu cela ? — C'est une grosse économie de temps, lui répond le marchand. Les experts ont fait des calculs et l'on épargne cinquante-trois minutes par semaine. — Et que fait-on des cinquante-trois minutes ? — On en fait ce que l'on veut. — Moi, se dit le Petit Prince, si j'avais cinquante-trois minutes à dépenser, je marcherais tout doucement vers une fontaine. »

- Lâcher prise encore un peu plus. S'exercer à la patience envers soi et envers les autres. En se disant simplement : « Ce n'est pas grave. » Saint Paul dit : « Amertume, irritation, colère, éclats de voix ou insultes, tout cela doit être éliminé de votre vie. » Mon premier curé, voyant que je m'agitais beaucoup m'a donné une règle de vie : « Beaucoup prier, beaucoup faire de sport, et beaucoup s'en foutre. » Cela m'a beaucoup aidé ! Un peu plus chic, la devise de l'empereur Auguste : « Hâte-toi lentement. » Dieu nous invite à cette lenteur. Regardez comme il prend son temps avec Moïse, qu'il appelle à 80 ans, Abraham à 75 ans, le peuple hébreu passe quarante ans au désert. Le pape François disait : « J'associe souvent la sainteté à la patience : pas seulement pour supporter le poids des événements et des circonstances de la vie, mais aussi comme une constance dans le fait d'aller de l'avant jour après jour. »
- S'autoriser à prendre du temps. Flâner sans tomber dans la paresse, tout est une question d'équilibre. Prendre le temps de se promener, de regarder la nature, de ne rien faire. L'ennui fait partie de la vie, c'est important. Dans son Epître saint Jacques dit : « Frères, en attendant la venue du Seigneur, prenez patience. Voyez le cultivateur : il attend avec patience les fruits précieux de la terre jusqu'à ce qu'il ait fait la récolte précoce et la récolte tardive. Prenez patience vous aussi, tenez ferme, car la venue du Seigneur est proche. »
- Redécouvrir la patience de Dieu envers moi. C'est une évidence, Dieu a le temps. Vous l'avez remarqué, il ne répond pas forcément aux prières quand que je le voudrais : il est dans l'éternité et moi je suis dans le temps. Un jour est comme mille ans et mille ans comme un jour : il voit plus loin. Une petite histoire. Un homme demande à Dieu : « Est-ce vrai que pour toi une seconde, c'est comme un million d'années ? Oui, dit Dieu. Et un dollar comme des milliers de dollars ? Oui, dit Dieu. Alors est-ce que tu pourrais me donner un dollar ? Attends une minute ! répond Dieu. » On n'a pas du tout les mêmes mesures, et Dieu est extrêmement patient avec nous. « Dieu est lent à la colère et plein d'amour » (Ps 145, 8), « Il prend patience envers vous, car il ne veut pas en laisser quelques-uns se perdre » (2P 3, 9). Jésus aussi prend son temps puisqu'il passe trente années de vie quotidienne et de silence à Nazareth. On peut aussi parler du père du fils prodigue, qui l'attend avec patience. Il y a aussi ce passage de l'Apocalypse dans lequel Jésus dit : « Je me tiens à la porte et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui » (Ap 3, 20).

« Seigneur je t'offre cette journée telle qu'elle est. Aide-moi à l'accueillir avec patience, à grandir avec patience. Parfois je suis pressé, j'ai envie d'atteindre rapidement mon but et j'en oublie la richesse du chemin. Aide-moi à prendre le temps : pour moi, pour toi, pour les autres. Je sais que rien de ce qui est vécu avec toi n'est perdu, chaque seconde me rapproche de toi, je m'en remets à toi. »

42. COMMENT GERER LA COLERE ? - Lionel Dalle - 2 mai

Ah, la colère – voilà un sujet qui fâche! Pas tant le sujet en soi, d'ailleurs, que ce qu'il nous apprend sur nous-mêmes...

Indépendamment de la pertinence (souvent très relative) de son objet, la colère est un sentiment tout à fait naturel. C'est même, avec l'amour, l'un des plus puissants qui nous animent, en ce qu'elle est capable de nous envahir, viscéralement, de s'instiller dans les moindres recoins de notre être – jusqu'à parfois nous faire devenir un autre. On ne se reconnaît plus lorsqu'on la laisse (nous) gagner.

Bien sûr, on est rarement fier d'y céder : ainsi répond-on volontiers « je ne m'énerve pas, je m'exprime ! » à qui veut nous calmer, ou bien confesse-t-on « j'ai fait ça sous le coup de la colère » pour se dédouaner. Mais bien souvent, le mal est fait.

Car qu'elle soit légitime ou impropre, sourde ou explosive, la colère a cela de constant qu'elle blesse : nous-mêmes, nos proches, ceux qui en sont les victimes ou les témoins... Elle laisse des cicatrices au cœur, une aigreur dans la bouche et un voile au regard. Lorsque la colère monte, elle nous abaisse.

Alors, si elle nous étreint au point que nous ne pouvons lui résister, tentons au moins de la remettre à Dieu : Lui, c'est certain, n'en prendra pas offense.

David

Parole: « Un homme de bon sens retient sa colère, il met son point d'honneur à passer sur l'offense » (Pr 19, 11).

Défi : fabriquer ou customiser un coussin de colère, pour l'évacuer en cas de besoin (cela marche aussi pour les jeunes fratries !)

On a beaucoup de raisons d'être en colère : pas de travail, problèmes pour travailler à la maison, le stress, les incertitudes... Nous allons voir trois clés pour contrôler notre colère afin qu'elle soit un atout.

La colère est d'abord une réaction émotionnelle à une agression ou à quelque chose d'injuste qui nous arrive.

Cela suscite un bouillonnement intérieur, et la colère est comme une force pour rétablir la justice. On se dit : « Ce n'est pas normal que l'on me traite comme cela, c'est inadmissible que l'on m'ait dit ça, j'ai quand même le droit de... » Cela génère une énergie en nous.

La colère est aussi classée dans les sept péchés capitaux, considérés comme dangereux, car ils peuvent en entraîner beaucoup d'autres.

Jésus aussi se met en colère, il fait un fouet et chasse les marchands du Temple. D'où la question : la colère est-elle bonne ou mauvaise ?

Distinguer la colère comme un sentiment et la colère comme un péché.

- La colère comme un sentiment : une énergie psychologique qui, à ce titre-là, est moralement neutre, comme toutes les émotions. En tant qu'énergie, on peut même dire qu'elle est bonne. C'est ce que l'on en fait qui va la rendre bonne ou mauvaise.
- La colère comme un péché : je perds le contrôle de moi-même, je dis ou fais des choses que je ne voudrais pas dire ou faire.

Pour repérer si j'ai une bonne colère :

- Voir la légitimité de ma colère. Sur quoi porte ma colère, quel est son objet ? Porte-t-elle sur une vraie injustice ? Ou est-ce moi qui me fais un film et qui trouve que c'est injuste alors que cela ne l'est pas ?
- Mon intention est-elle droite ? Mon but intérieur est-il de rétablir la justice ou d'exercer une vengeance ?
- Ma colère est-elle mesurée ? Est-elle proportionnée dans son intensité ou, au contraire, est-ce que je perds le contrôle ?

Si l'on regarde la colère de Jésus par rapport à ces trois critères, il les remplit tous : légitime (il veut rétablir l'ordre, car le Temple est devenu un lieu de commerce au lieu d'un lieu de prière) ; l'intention de Jésus est bonne, il ne cherche pas à se venger ; mesurée (il ne perd pas le contrôle, il se fabrique un fouet).

Peut-on apprendre à dominer sa colère ?

Je suis le seul responsable de ma colère, ce ne sont pas les autres. C'est bien moi qui ai vécu cette émotion, cette réaction intérieure. Un parallèle, si j'ai un accident de voiture, ce n'est pas la faute des pneus, des freins. C'est moi, le conducteur, qui suis le seul responsable.

Fulminer contre quelqu'un peut avoir un coût très grand : cela peut détruire, abîmer mes relations humaines : c'est moi qui vais prononcer des mots qui vont blesser les autres.

On doit donc apprendre à se contenir, et c'est possible! Ce n'est pas aux autres de supporter mes emportements. Nous avons deux mots de foi pour faire cela : la conversion (je dois travailler à me changer moi-même), et la charité (je dois faire attention aux autres et à ne pas les envahir avec mon mauvais caractère).

Trois clés pour y parvenir : du plus simple au plus profond :

- Corriger une fausse façon de penser. En général, on voit le courroux comme une espèce de réservoir à vider, et, quand il est plein, ça déborde. Je le vide et ça va mieux. C'est une façon de purger ce réservoir. En fait cette image est fausse. La colère n'est pas un réservoir, mais je possède en moi une usine à colère : plus je m'emporte, plus je perds la maîtrise de moimême. La colère engendre la colère et crée une mauvaise habitude de colère. Il faut donc que j'arrive à calmer cette usine en moi.
- Poser des actes de maîtrise de moi-même. Pour contrôler cette usine. Il va falloir du temps et de la répétition. Jour après jour, je vais essayer de me mettre de moins en moins souvent en colère, de moins en moins fort, de moins en moins longtemps. Trois étapes :
 - Prendre conscience de l'irritation avant qu'elle explose : repérer petit à petit les lieux, les moments, les situations qui font que je vais m'emporter.
 - Trouver une échappatoire : penser à autre chose, se taire, parler doucement, sortir de l'endroit, respirer profondément, fuir.
 - Me féliciter ou demander pardon et reprendre la résolution.
- Laisser Jésus guérir mon cœur malade. La source de l'exaspération est intérieure, le cœur du problème c'est mon cœur. Ce sont les blessures de mon cœur qui me rendent vulnérable et donc enclin à l'explosion de la colère, à celle qui est démesurée. Ces blessures (des autres ou de moi-même) vont générer des sentiments comme la jalousie, l'amertume, de faux sentiment d'injustice (l'impression que personne ne m'aime, que je suis rejeté...) Seul l'amour de Dieu va pouvoir guérir en profondeur les plaies de mon cœur qui suppurent ces mauvaises choses.

Le problème est en nous.

Mais le reconnaître, c'est déjà le premier pas indispensable ; le deuxième sera d'ouvrir notre cœur à la puissance transformante de Jésus, à son amour qui nous console, nous guérit, nous pardonne. Le vrai secret de la guérison de tous nos comportements agressifs se trouve dans l'accueil de l'amour de Jésus.

Lorsque l'on fait ce travail de guérison, on devient source de paix pour les autres.

Et de même que la colère est source de colère autour de nous, la paix est aussi contagieuse. Si vous faites ce travail de guérison, il ne vous restera plus que la bonne colère, celle qui est une force pour lutter contre l'injustice. Pour guérir, il nous faut un cœur nouveau. Dans Ezéchiel, prophète de l'Ancien Testament, au chapitre 36 verset 26 : « Je vous donnerai un cœur nouveau, je mettrai en vous un Esprit nouveau. J'enlèverai de votre chair votre cœur de pierre et je vous donnerai un cœur de chair. »

« Seigneur Jésus, dans cette épidémie, nous sommes souvent aux prises avec la colère, nous avons beaucoup de raisons de l'être. Nous te présentons aujourd'hui nos cœurs blessés, avec tout ce qu'il y a de mauvais dans notre cœur : tu le connais. Viens en nous Jésus, viens habiter dans notre cœur, viens nous donner ton amour guérissant, viens apaiser toutes les injustices que nous pouvons ressentir, que nous avons vécues et viens nous donner ton cœur. Viens nous donner un cœur doux et humble comme le tien. Viens rendre notre cœur semblable au tien. »

43. SUR LE FRONT DE LA PANDEMIE... – témoignage - 3 mai

Cette semaine, nous avons eu une vidéo (passionnante) sur la colère et parallèlement de nombreuses voix se sont levées (en colère justement) contre la décision de ne pas autoriser les messes avant le 2 juin.

Depuis le début du confinement, ce qui se passe dans la Traversée et un peu partout dans l'Église nous surprend tous : pour beaucoup, un renouveau dans la foi, dans la prière quotidienne, dans l'attention aux autres, un nouvel attachement à Dieu et à son Eglise.

Et là, comme par hasard, le Diviseur vient mettre son nez : il souhaite opposer les chrétiens à leurs gouvernants et même les chrétiens entre eux, entre les partisans de l'obéissance aux lois et les partisans d'une résistance. Tous semblent légitimes et pourtant aucune de ces deux approches ne semble dans son entier satisfaisante. Difficile d'y voir clair !

Dieu est trinité, tout est trine. Il y a donc FORCÉMENT une troisième voie qui n'est ni passivité ni victimisation. « Regarde l'Étoile, invoque Marie, si tu la suis tu ne crains rien » nous dit saint Bernard. Pour ma part, je m'en remets donc à la Bonne Mère qui saura m'indiquer la troisième voie, celle de son Fils.

Rien à voir mais aujourd'hui deux infirmières nous donnent un témoignage particulièrement encourageant et joyeux dans leur adversité. À voir donc plutôt! Bon dimanche, on est ensemble! Matthieu

Parole: « Il s'approcha, et pansa ses blessures en y versant de l'huile et du vin ; puis il le chargea sur sa propre monture, le conduisit dans une auberge et prit soin de lui » (Lc 10, 34).

Défi : cuisiner un gâteau pour les soignants près de chez soi, sans oublier de porter un masque et des gants. Si vous n'avez pas de contact avec le milieu hospitalier, envoyer un mail à l'association Vos gâteaux qui propose une chaîne de solidarité gourmande dans différents hôpitaux en France et à l'étranger.

Témoignage de deux infirmières.

44. LES DEUILS A VIVRE AUJOURD'HUI - Benoît Moradei - 4 mai

Consolation-désolation... Les deux mouvements de l'âme pendant notre vie sur la terre. La prière du *Salve Regina* en parle même comme d'une « *vallée de larmes* ». C'est cash! Il faut bien avouer que ça pleure pas mal dans les cales du navire, alourdies des larmes de ceux qui vivent la solitude, le deuil ou tout autre souffrance pendant ce confinement. Alors on écope!

Que les plus forts soutiennent les plus faibles et tous nous arriverons à bon port ! Aujourd'hui vous pleurez, la pandémie vous oblige à des renoncements petits ou grands ? La vidéo du jour est pour vous. Si vous ne pleurez pas, tant mieux ! Je vous invite quand même à la regarder parce qu'un jour elle pourrait vous être utile. Consolation-désolation.

Vivement le Ciel, ai-je envie de dire ! Mais ça semble rejeter notre vie ici... Ça ne va pas. « La foi nous permet de posséder déjà ce que l'on espère » dit la Lettre aux Hébreux. Alors consolation ou désolation, peu nous importe ! Le Ciel est déjà accessible, la vie terrestre devient possible. Consolation : j'emmagasine du bon et du beau, désolation : je puise dans la mémoire de ces stocks. Que le Bon Dieu nous donne aujourd'hui de recharger les vivres ou de puiser dedans ! Bon lundi ! On est ensemble !

Parole: « Comme un enfant que sa mère console, ainsi, je vous consolerai » (Is 66, 13).

Matthieu

Défi : écrire une liste de difficultés, d'échecs et de souffrances liés à son propre confinement, puis sous le regard d'amour de Dieu, avoir de la compassion envers soi en s'imaginant réconforter quelqu'un d'autre.

Parmi les difficultés du confinement, il y a un combat qu'on peut appeler le deuil.

Deuil vient du verbe latin *dolere* qui veut dire souffrir. Le deuil ne concerne pas que la mort de nos êtres chers - c'est le pire que l'on puisse vivre - et peut prendre d'autres formes : une séparation, un déménagement, un changement de travail, de vie... En ce moment, les enjeux sont colossaux au niveau financier, familial, scolaire. On est passé d'une vie libre à une vie confinée : c'est un premier deuil. Et maintenant, il va falloir passer d'une vie confinée à une reprise : c'est un second deuil. Et beaucoup nous disent : « Ne nous débarquez pas de cette Traversée ! Qu'est-ce qu'on va devenir sans vous ? » Même si ce temps de confinement nous a paru facile, ne soyons pas trop dupes de nous-mêmes : la sortie de crise sera probablement douloureuse et durera sans doute des semaines, des mois, peut-être des années... On ne va pas pouvoir vivre comme avant. Le retour au réel peut être dur : « Vais-je envoyer mes enfants à l'école ? Comment rattraper le temps perdu ? Ce chiffre d'affaires en baisse, cette possible faillite... Ce licenciement, comment vais-je retrouver du travail ? » Je pense aussi à cet afflux de pauvreté que les paroisses vont devoir affronter. On aurait voulu que ce confinement se termine par une grande fête et des embrassades, ce ne sera probablement pas le cas.

Regardons un peu ce que l'on appelle la courbe du deuil en cinq étapes :

- Le déni : le choc lorsque l'on a appris qu'en raison du confinement tout allait être fermé ; plus de messes, les rues désertes. On s'est dit : « Je rêve, c'est un film de science-fiction. »
- La colère : peut-être contre ceux qui nous gouvernent, contre cette situation injuste, contre telle et telle personne qui nous énervent...
- Le marchandage : passer par-dessus les règles, essayer de louvoyer...
- La dépression : c'est la prise de conscience que ce n'est plus comme avant et que ce ne sera plus comme avant, alors je suis dans la tristesse, je n'en peux plus...
- L'acceptation : c'est douloureux, mais la blessure se transforme en cicatrice, je sais que j'en sortirai différent, je ne reviendrai pas à la case départ. Je peux penser à cette phrase du poète Khalil Gibran : « Nul ne peut atteindre l'aube sans passer par le chemin de la nuit. »

Je voudrais vous dire trois choses importantes sur ce chemin de deuil, de toute sorte de deuil :

• Il peut y avoir des allers et des retours, des avancées et des reculs, dans ce cheminement. C'est plus une spirale qu'une courbe linéaire. Je peux me croire dans l'acceptation... et je suis encore au déni ou revenu à la colère. Alors patience envers soi-même. On peut chuter et rechuter, ce n'est pas grave, on se relève et on avance tout de même. Saint Thomas d'Aquin disait : « Il vaut mieux boiter sur le bon chemin que de courir sur le mauvais. »

- Bien accueillir ses émotions. D'habitude on est coupé de ses émotions, tellement tout va vite.
 On ne les écoute pas et on les met sous un couvercle, on essaye d'être fort. Là, on se retrouve
 face à soi, face à sa vulnérabilité. On peut avoir besoin de pleurer, c'est bon de pleurer parfois
 ! Pleurer, c'est ressentir, c'est être humain! On peut aussi dire sa colère, on peut avoir un fou
 rire nerveux.
- Prendre soin de soi. Ce n'est pas forcément spontané. Jésus nous dit : « Aime ton prochain comme toi-même. » On ne peut pas aimer son prochain si l'on ne s'aime pas soi-même. Pour cela, nous avons peut-être besoin de nous dire à nous-mêmes que cette situation est plus dure que nous le pensions, et qu'elle est difficile pour tout le monde! Ce que l'on vit est unique, d'une violence incroyable. On peut se le dire gentiment : « Ce que tu vis est dur, tu as le droit de le dire, de le reconnaître. » Cette compassion, nous la retrouvons partout dans la Bible. Dieu est le dieu de la compassion. Jésus appelle l'Esprit Saint : le Consolateur.

Dans l'Ancien Testament, à la fin du Livre d'Elie, qui s'appelle le Livre de la Consolation, on trouve un passage magnifique.

Le peuple est parti en exil à Babylone, il a tout perdu du jour au lendemain : des gens ont habité leur maison, ils ont dû partir à des milliers de kilomètres et on leur dit qu'il faut revenir. Au bout de quarante ans, ils sont libérés de leur exil et peuvent revenir. Mais ils sont découragés, car quand ils arrivent, ils voient que tout est à refaire, que tout est envahi, que les champs sont des broussailles, que leurs maisons sont abandonnées ou écroulées.

Dieu dit dans le Livre d'Isaïe (chapitre 54, 10-11): « Même si les montagnes s'écartaient, si les collines s'ébranlaient, ma fidélité ne s'écarterait pas de toi. Mon alliance de paix ne serait pas ébranlée, dit le Seigneur qui te montre sa tendresse. Jérusalem, malheureuse, battue par la tempête, inconsolée, voici que je vais sertir tes pierres et poser tes fondations sur des saphirs [...]. » « Le Seigneur le déclare : je dirige vers toi la paix comme un fleuve [...], vous serez nourris, portés sur la hanche, choyés sur ses genoux [Dieu se transforme en maman], comme un enfant que sa mère console, ainsi je vous consolerai. Oui dans Jérusalem, vous serez consolés » (Is 66, 12-13).

Accueillons cette consolation pour nous-mêmes, laissons-nous consoler pour pouvoir consoler.

Je pense aussi à ce chapitre 9 de Matthieu où Jésus est face à une multitude : « Voyant les foules, Jésus fut saisi de compassions envers elles, parce qu'elles étaient désemparées et abattues comme des brebis sans berger. »

Entrons dans cette compassion.

Je vous propose de prier avec Marie et cette prière de l'abbé Perreyve :

« Vierge sainte, au milieu de Vos jours glorieux, n'oubliez pas les tristesses de la terre.

Jetez un regard de bonté sur ceux qui sont dans la souffrance, qui luttent contre les difficultés et qui ne cessent de tremper leurs lèvres aux amertumes de cette vie.

Ayez pitié de ceux qui s'aimaient et qui ont été séparés.

Ayez pitié de l'isolement du cœur.

Ayez pitié de la faiblesse de notre foi.

Ayez pitié des objets de notre tendresse.

Ayez pitié de ceux qui prient, de ceux qui pleurent, de ceux qui tremblent.

Donnez à tous l'espérance et la paix. Ainsi soit-il. »

45. APPRENDRE DE LA VIE - Lionel Dalle - 5 mai

Imaginez un arbrisseau – disons un cèdre du Liban. Pas un arbrisseau né du dernier Déluge, non : un arbrisseau au feuillage déjà un peu étoffé, au tronc déjà un peu affirmé, aux épaules déjà un peu projetées vers les horizons invisibles qui présagent, par-delà l'éternel, son rayonnement à venir.

Le voilà, ce cèdrounet chétif, qui croît péniblement au milieu des buissons sauvages. En le voyant, on se dirait : « oh mais quel bel arbrisseau, quelle promesse d'élégance il dessine au milieu des fourrés ! »... Et hop, photo de l'arbrisseau, selfie devant l'arbrisseau, montage photo avec l'arbrisseau en premier plan du mont Hermon, carte postale adressée à la tante Adélie... Sauf que...

Sauf qu'il n'a pas fini de *grandir*, cet arbrisseau. Et vient un jour un paysagiste, qui décide de le débarrasser de ses entraves alentour, d'éclaircir sa coupe, de dégager ses racines – et par là-même, son horizon.

Et notre cèdrounet de s'engouffrer dans la perspective nouvellement créée, de rejaillir de vigueur, de déployer enfin toute sa potentielle envergure – pour le bonheur d'un autre voyageur, qui vient se restaurer à l'ombre de ses (désormais) larges épaules. Et prendre un *selfie*. Et l'envoyer à sa tante Adélie. Avec la certitude que ce cèdre l'embrasse désormais à l'infini – sans se douter qu'il lui reste encore tellement d'espaces à conquérir. David

Parole: « Mon fils, ne néglige pas les leçons du Seigneur » (He 12, 5).

Défi : apprendre quelque chose de nouveau : recette, poème, chanson, danse, parole de la Bible.

Aujourd'hui nous parlerons de l'attitude qui nous permet de grandir.

Le propre des êtres vivants c'est de grandir. Notre corps grandit sans effort de notre part, mais nous devons aussi vivre une croissance dans les autres dimensions de notre être : intelligence, affectivité, faculté d'aimer, volonté, capacités spirituelles. Cette croissance dure toute notre vie et c'est à notre mort que nous aurons notre taille maximale. Et tant que nous ne sommes pas arrivés au bout du chemin, nous pouvons encore grandir et en particulier dans notre aptitude à aimer. Ce développement dépend de nous, il faut travailler, au risque sinon de rester tout petits. Nous allons voir aujourd'hui l'attitude qui nous permettra d'avoir la « taille » que Dieu a prévue pour nous, afin de déployer tout ce qu'il a mis en nous.

On peut s'arrêter de grandir. Trois raisons à cela :

- On préfère savoir plutôt qu'apprendre. Cela semble plus prestigieux d'être un maître plutôt qu'un élève. Et dès que l'on sort de l'école, on s'arrête d'être élève.
- Apprendre suppose d'accepter de se tromper, d'échouer, de prendre des risques. Souvent on préfère rester sur ce que l'on maîtrise, sur ce que l'on sait déjà, parce que c'est plus rassurant.
- C'est dur de se faire corriger : personne n'aime. C'est difficile pour notre orgueil de dire : « C'est vrai tu as raison, c'est moi qui me suis trompé. » Le découragement peut aussi apparaître.

Quels sont les avantages, au contraire, de se mettre dans une attitude d'apprentissage permanent ?

- C'est très satisfaisant : cela me permet de grandir. C'est très agréable et gratifiant de voir que je progresse, que je maîtrise mieux ma vie, que je parviens davantage à aimer les autres, à prier Dieu, à servir...
- Cela me permet d'arrêter de refaire sans cesse les mêmes erreurs. Par exemple dans le domaine relationnel, quand les choses se passent mal une fois, deux fois, on se dit "pas de chance!"... mais trois fois, c'est trop. Je dois alors plutôt me demander : « Est-ce que ce n'est

- pas moi qui dois apprendre de cette situation ? Est-ce qu'il n'y a pas quelque chose que je refuse de voir et dans laquelle je m'enferme ? Est-ce que je ne fais pas partie du problème ? »
- Tout devient utile dans ma vie, même les choses les plus pénibles. Par exemple pendant le confinement, au lieu de me dire : « J'en peux plus, quand est-ce que ça va s'arrêter ? », je peux me demander : « Qu'est-ce que Dieu veut m'apprendre dans cette situation difficile ? » Et cela me tourne vers une autre perspective.

Nous avons tous un choix devant nous.

Soit rester sur ce que je maîtrise, ce que je sais, ce qui est c'est sécurisant, par conséquent je ne peux pas vivre un processus de croissance. Soit prendre le risque d'apprendre, on pourrait dire « désirer échouer » : l'échec ce n'est pas si grave et cela fait partie de l'apprentissage (un enfant tombe plus de 2000 fois avant de savoir marcher). L'idée est de rester dans cette dynamique : se laisser corriger, rester élève et donc grandir. Mais on voudrait tout savoir. Le résultat c'est la réussite, la maîtrise, la croissance, mais sans prendre le chemin. Alors que le chemin c'est la correction, c'est accepter l'échec, c'est l'humilité, c'est le fait de recommencer. On ne peut pas avoir le résultat, si l'on ne prend pas le chemin.

Dans l'Epître aux Hébreux, un passage nous dit : « Mon fils, ne néglige pas les leçons du Seigneur, ne te décourage pas quand il te fait des reproches. Quand le Seigneur aime quelqu'un, il lui donne de bonnes leçons, il corrige tous ceux qu'il accueille comme des fils. Ce que vous endurez est une leçon. Dieu se comporte envers vous comme envers des fils ; et quel est le fils auquel son père ne donne pas des leçons ? » (He 12, 5-7). « Les leçons que nos parents nous donnaient en croyant bien faire n'avaient qu'un effet passager. Mais celles de Dieu sont vraiment pour notre bien : il veut nous faire partager sa sainteté. Quand on vient de recevoir une leçon, on n'éprouve pas de la joie mais plutôt de la tristesse. Mais plus tard, quand on s'est repris grâce à la leçon, celle-ci produit un fruit de paix et de justice » (He 12, 10-11).

Ces versets nous disent :

- de ne pas être négligent à l'égard des leçons : si on en reçoit, il faut en tenir compte
- de ne pas nous décourager lorsque le Seigneur nous fait des reproches parce que c'est signe de son amour pour nous
- qu'il y a quelque chose à apprendre de ce que l'on endure dans les épreuves
- que les parents donnent des leçons à leurs enfants parce qu'ils les aiment de même, Dieu qui veut notre bien nous donne des leçons parfois difficiles car il veut nous partager sa sainteté
- que ce n'est pas un chemin facile de recevoir une leçon, mais lorsque l'on s'est repris, que l'on s'est corrigé, c'est une voie qui mène à la paix et à la justice.

Comment faire pour grandir?

Cultiver le désir de se laisser former par Dieu.

C'est le grand secret, Dieu est le meilleur pédagogue : il nous connaît parfaitement, il est capable de se servir de tout, même des choses mauvaises pour en tirer du bon pour nous. Dans la Bible, l'attitude d'élève a un nom : être disciple. C'est celui qui suit l'enseignement de Jésus. Jésus nous enseigne par beaucoup de moyens différents : la Parole de Dieu, c'est la première source ; par la parole de ceux qui nous entourent des encouragements, des remarques, des paroles de correction... A partir du moment où l'on s'est posé les bonnes questions, on peut apprendre de tout le monde : de nos amis, mais aussi de nos ennemis. Ces derniers peuvent parfois nous faire saisir ce qu'il ne faut pas faire. Dieu nous enseigne aussi par tous les événements de la vie, qu'ils soient joyeux ou douloureux, nous dit la Parole de Dieu. Développer une attitude d'écoute, de discernement,

d'apprentissage, de remise en cause personnelle, de changement, de mise en œuvre de nouvelles attitudes, c'est la meilleure manière de grandir tous les jours.

Je vous partage un texte, adressé aux séminaristes et aux prêtres, sur la formation permanente des prêtres : « Les prêtres ne doivent jamais cesser d'expérimenter qu'ils sont disciples. Ils doivent vivre un défi permanent de la croissance intérieure. » Ce texte est commenté par Monseigneur Patrón Wong, archevêque mexicain, qui travaille à la congrégation pour le clergé. Il dit ceci : « Que les prêtres et les séminaristes soient sans cesse à l'école du seul maître, le Christ, en ayant comme livre de chevet et de poche les Evangiles afin d'écouter et de regarder Jésus constamment, de considérer ses rapports avec ses disciples, avec les gens. Et cela dans une attitude docile et désireuse d'apprendre et de se laisser enseigner. Gardez le réflexe de lire quotidiennement quelque chose sera aussi très précieux : un livre de saint, un livre spirituel. Vouloir apprendre de la vie chaque jour que Dieu nous donne à travers des moments de prière, de rencontres, de lectures, des événements. Cela implique d'être ouvert aux inspirations de l'Esprit Saint, aux appels de l'avis des gens, du peuple de Dieu. Nous apprenons de chaque mission et constamment à faire la volonté de Dieu. L'important est de rester disciple, élève toute notre vie. »

Le meilleur moyen pour être disciple et élève toute notre vie est de retenir trois questions :

- Qu'est-ce que je vais bien pouvoir apprendre aujourd'hui ? A quel moment ? Avec qui ? Ces questions sont utiles pour me disposer intérieurement dès le matin à apprendre pour accroître le désir d'apprendre.
- Quelle leçon puis-je tirer de ce que j'ai fait, lu, entendu, vécu ? Qu'est-ce que Dieu veut m'enseigner au travers de ma journée ? C'est plutôt une question de relecture, pour le soir.
- Comment puis-je appliquer ce que j'ai appris dans ma vie ? Il s'agit de la mise en œuvre.

Si vous êtes d'accord, je vous propose d'appliquer ces trois questions sur le confinement :

- Qu'est-ce que je vais pouvoir apprendre grâce au confinement : apprendre sur moi, sur les autres, sur Dieu ?
- Quelles leçons puis-je déjà tirer de ce que j'ai vécu à la faveur de ces quelque quarante-cinq ou cinquante jours de confinement ? Qu'est-ce que Dieu m'a dit ? Qu'est-ce que j'avais du mal à entendre et que j'ai pu comprendre ? Faire une liste de choses apprises.
- Qu'est-ce que je peux en tirer pour l'après, afin que je ne gaspille pas les fruits qui m'ont été donnés pendant cette période ? Quelles sont les décisions que je voudrais prendre ? (attention à ne pas trop en prendre : trois au maximum) ? Que dois-je arrêter absolument de faire ? Que dois-je absolument faire ? Qu'est-ce qui va m'aider à grandir ?

« Dieu notre Père nous sommes tes enfants, nous sommes tes fils, tes filles. Tu veux nous aider à grandir chaque jour, à devenir meilleurs, à déployer tout ce que tu as déposé en nous, tous nos talents, le meilleur de nous-mêmes. Pour cela, tu nous invites à être tes disciples. Souvent, nous ne voulons pas écouter ta Parole, ni celle de nos frères, ni les événements, ni les échecs que nous vivons. Viens nous donner le désir d'apprendre, de nous laisser former, de tirer les leçons de ce qui nous arrive, de nous corriger et de grandir. Donne-nous un cœur docile, un cœur qui a l'humilité de se laisser corriger, un cœur qui ne se décourage pas, qui reprend le chemin jour après jour. Merci Seigneur pour toutes les leçons que tu nous donnes, parce que tu nous aimes, tu tiens à nous et tu veux faire de nous des saints. »

46. LIBERES DU PASSE - Pierre Aguila - 6 mai

Alors que plusieurs villes françaises récoltent déjà les souvenirs de confinement de leurs habitants, certains d'entre nous profitent de leur temps libre pour se remémorer leur passé. Il faut dire qu'au gré des rangements, plus ou moins poussés, des trésors resurgissent... Cours de faculté à l'écriture délavée, photos jaunies, vinyles collectors, courrier de jeunesse ou boucles blondes conservées précieusement dans une enveloppe nous replongent quelques années en arrière.

La madeleine de Proust semble plaisante et agréable, faisant remonter sentiments, sensations et émotions à la surface. Seulement de vieilles blessures peuvent parfois les accompagner et revenir habiter notre présent, nous paralysant subitement.

Face à ce danger d'inertie et d'emprisonnement, rappelons-nous ces paroles du pape François : « Il n'y a pas de saint sans passé, ni de pécheur sans avenir. La perle naît d'une blessure de l'huître! Jésus, par son amour, peut guérir nos cœurs, en transformant nos blessures en d'authentiques perles. » Une invitation à aimer et se laisser aimer au présent! Laetitia

Parole : « Oubliant ce qui est en arrière, et lancé vers l'avant, je cours vers le but en vue du prix auquel Dieu nous appelle là-haut dans le Christ Jésus » (Ph 3, 13-14).

Défi : écrire une lettre d'adieu à un besoin, à une habitude, à un bon ou à un mauvais moment, à un idéal de perfection, à une souffrance, à une personne... pour commencer à s'ancrer dans le présent.

Au fil des semaines, avec un rythme de vie qui nous a laissé davantage de temps pour penser, réfléchir, nous souvenir ou en rangeant nos affaires, en tombant sur de vieilles photos, des lettres... notre passé revient à la surface. Et parfois, il pose problème. Il n'est pas rare que nous soyons prisonniers de notre passé. Jean de La Croix disait : « Qu'importe que l'oiseau soit retenu par un fil léger ou une corde, l'oiseau y reste attaché. Et tant qu'il ne l'aura pas rompu, il ne pourra pas voler. »

Comment ne pas rester empêtrés dans ce passé ?

Nous avons été créés pour être libres, et nous allons voir comment recouvrer cette liberté si nous l'avons perdue.

Marthe Robin disait : « Le passé est passé, il faut le dépasser. »

Saint Paul dit (Ph 3, 13-14) : « [...] Oubliant ce qui est en arrière, et lancé vers l'avant, je cours vers le but [...]. »

Le passé est derrière, le l'avenir est devant, nous n'avons qu'aujourd'hui. Et pour bien vivre cet aujourd'hui, nous devons être libérés du passé, même s'il ne tient qu'à de tout petits fils.

Trois grandes catégories de liens :

• Le manque de pardon sous toutes ses formes : rancune, rancœur, amertume, aigreur, jalousie et même la haine. Le manque de pardon me ronge de l'intérieur. Alors arrêtons de nous faire du mal. Pardonner, c'est d'abord une décision, mais c'est aussi un don que l'on peut demander à Dieu, car la décision souvent ne suffit pas. Dieu peut nous donner la force lorsque c'est trop dur. Dans le Notre Père, lorsque Jésus donne cette prière à ses disciples, il reprend cette parole du pardon en disant : « Si vous ne pardonnez pas aux hommes, votre Père non plus ne pardonnera pas vos fautes. » Non pas parce que le Père ne veut pas pardonner, mais parce que Jésus, qui connaît ce qu'il y a dans le cœur de l'homme, sait très bien que si nous n'entrons pas dans ce pardon, nous nous fermons et nous sommes donc incapables de recevoir le pardon de Dieu. Nous nous enfermons dans ce cercle vicieux.

- A propos de tous ces liens du passé, Dieu agit de deux façons complémentaires : il peut briser lui-même les chaînes de mon cœur par la force de son esprit, et en même temps par sa Parole il me donne des clés pour me libérer. Cette libération est donc à la fois un don de Dieu et une décision.
- Le non-pardon aux autres est terrible, mais le non-pardon à soi-même est aussi dévastateur. Il faut se tourner vers Dieu, lui parler, lui confier tous nos doutes, nos regrets, nos désespoirs, et lui demander sa force et son Esprit Saint.
- Les blessures en tout genre. Plus ou moins nombreuses, plus ou moins profondes, mais souvent profondément enfouies dans mon cœur. Dans certains cas, il faut se faire aider (aide spirituelle, confession ...). Mais quelles que soient les blessures du passé, il y a toujours un chemin pour en guérir et il y a aussi un autre chemin pour bien vivre en gérant les blessures dont nous ne guérirons qu'au ciel.
- Le syndrome des oignons d'Egypte : mon passé est super et j'en ai la nostalgie. Cela m'empêche tout autant de vivre mon aujourd'hui. On en voit un exemple dans le Livre des Nombres au chapitre 11. Grâce à Moïse, le peuple d'Israël est libéré de son esclavage épouvantable. Le peuple râle, car La Traversée du désert est longue et difficile : « Ah! Qui donc nous donnera de la viande à manger, nous nous rappelons encore le poisson que nous mangions pour rien en Egypte, et les concombres, les melons, les poireaux, les oignons et l'ail. Maintenant, nos gorges sont desséchées et nous ne voyons jamais rien que de la manne. » En gros, c'était beaucoup mieux avant ... il faut se débarrasser de ce syndrome : il faut laisser le passé en arrière et se lancer dans l'avenir.

Quelle que soit la nature des liens qui me retiennent à mon passé, il y a toujours un chemin de libération.

Voici un exercice qui aide à se libérer du passé. C'est l'examen de conscience, un débriefing avec moi-même. Méthode :

- Rendre grâce pour ce que j'ai vécu.
- Tirer les leçons du passé : voir ce qui n'a pas été génial et ce que je peux améliorer demain.
- Demander pardon à Dieu, car je sais qu'il m'aime et je lui demande la force de changer.
- Donner à Jésus ce qui est trop lourd à porter. Dire : « Mon Dieu je vous l'offre. » Et si les blessures ressortent parfois, je demande au Saint-Esprit de visiter mon passé et de le guérir.

Pour finir, une Parole de Dieu qui se trouve dans le Livre d'Isaïe au chapitre 43 : « Ainsi parle le Seigneur, lui qui fit un chemin dans la mer, un sentier dans les eaux puissantes : "Ne faites plus mémoire des événements passés, ne songez plus aux choses d'autrefois, voici que je fais une chose nouvelle : elle germe déjà, ne la voyez-vous pas ? Oui, je vais faire passer un chemin dans le désert, des fleuves dans les lieux arides". »

« Père très saint nous te bénissons parce que toute notre vie est dans tes mains, tu connais notre passé avec tous ses liens, toutes ses chaînes. Nous te demandons de nous en libérer, que ce soit des blessures à guérir, que ce soit des pardons à donner, que ce soit des regrets dont nous débarrasser, pour que nous puissions aller de l'avant, sans oublier les belles choses du passé. Nous te rendons grâce pour ce que tu as fait dans nos vies, ce que tu fais et ce que tu feras. Envoie sur nous ton Esprit Saint pour agir là où nous ne pouvons rien faire. Nous te rendons grâce de nous avoir envoyé Jésus pour nous libérer définitivement et nous faire entrer dans la liberté des enfants de Dieu. »

47. COMMENT VA SE PASSER LE DEBARQUEMENT ? - Lionel Dalle - 7 mai

« Te"e, te"e à l'ho'izon ! », s'écrie soudain le pirate Numide des albums d'Astérix, perché dans son nid-de-pie... Et le Gaulois que je suis de tressaillir dans ses braies – d'excitation, mais aussi de panique.

Quelle terre ? Pour y faire quoi ? Et cette croisière inattendue, exceptionnelle, chrysalidaire, sans autre destination que celle que je lui donne – que je me donne : que m'en restera-t-il ?

L'ultime escale programmée au 11 mai, au 29, au 2 juin, au 14 juillet, au 7 octobre (c'est mon anniversaire)... Ce rivage à la fois proche et lointain n'est encore qu'illusion, et rien ne garantit aujourd'hui que l'on pourra se prélasser sur le sable à la date espérée – de fait, je vous enjoins à ne rien prévoir : il est urgent d'attendre.

Mais comme me le rappelait hier matin une amie, « toute traversée mène d'un bout de terre à un autre, et est vouée à s'arrêter ». Alors savourons tant que possible ces aurores improbables, ces crépuscules (é)mouvants, ces étapes arpentées côte-à-côte sur le chemin infini de nos vies. Ne pleurons pas la séparation qui se dessine, inévitable ; mais chantons au contraire le dessein qui nous lie – et nous libère en même temps.

Ce n'est pas (encore) un au revoir, mais vous allez me manquer. Je tire ma joie de ce constat : nous resterons témoins. Ensemble. Partout. À jamais. En Christ.

David

Parole: « Mais ils s'efforcèrent de le retenir: "Reste avec nous, car le soir approche et déjà le jour baisse." Il entra donc pour rester avec eux » (Lc 24, 29).

Défi : écrire ce que l'on a vécu pendant cette Traversée et le partager avec un proche.

Je vais partir du verset de l'Evangile d'Emmaüs : « Mais ils s'efforcèrent de le retenir : "Reste avec nous, car le soir approche et déjà le jour baisse. " Il entra donc pour rester avec eux » (Lc 24, 29).

Nous en avons déjà parlé. Les disciples d'Emmaüs quittent Jérusalem tout tristes. Pourquoi ? Parce qu'ils avaient mis leur espoir en Jésus, ils l'ont vu mourir, et leur espoir est ruiné. Ils sont presque dans le désespoir. Jésus chemine avec eux, lentement, doucement, se met à parler, leur fait relire leur expérience, leur tristesse, et ranime en eux l'espérance de leur cœur. Nos deux disciples vont se dire : « Notre cœur n'était-il pas tout brûlant pendant qu'il nous expliquait les Ecritures ? » Et puis lorsqu'ils arrivent au village d'Emmaüs, Jésus fait semblant d'aller plus loin, et les disciples lui demandent avec ardeur de rester. Jésus accepte, ils ne l'ont pas encore reconnu et ils passent ensemble un repas qui est comme une eucharistie. Et au moment où Jésus partage le pain, « il disparaît » selon la traduction. En fait, la traduction grecque dit : « Il devint invisible ». Invisible c'est être présent, mais sans possibilité d'être vu ; Jésus est encore là, mais il est caché dans l'eucharistie.

Cette histoire avec les disciples d'Emmaüs, c'est ce que l'on a voulu vivre avec vous.

On a essayé de vous redonner l'espérance, jour après jour, jusqu'au jour où l'on pourrait retrouver Jésus dans l'eucharistie quand la messe recommencera. Et ça sera un moment où l'on repartira dans une vie plus habituelle. Aujourd'hui n'est pas encore le moment de se séparer, mais on voit la rive, on voit le moment arriver. Je voudrais vous préparer à ce moment, pour que ce ne soit pas seulement un moment de tristesse. Il y aura un peu de tristesse à se quitter, mais il y aura aussi la joie de tout ce que l'on aura reçu, la gratitude.

« Seigneur Jésus je te bénis pour tous ces moments que nous avons passés ensemble dans La Traversée, pour tous ceux que l'on va encore passer jusqu'au 29 mai. Merci pour toutes les grâces que tu as voulu nous donner au travers de ce parcours, pour l'espérance que tu as fait renaître dans

nos cœurs, pour tous ceux qui ont pu se rapprocher de toi. Merci Seigneur. Je te demande de continuer ton œuvre : ta joie, ton espérance qui nous habitent, de continuer à nous conduire et à nous donner un chemin adapté à chacun de nous. »

48. FACE A LA MORT D'UN PROCHE... - Benoît Moradei - 8 mai

« L'obscurité et la mort n'ont pas le dernier mot », prêchait le pape François à la veille de Pâques. Alors que beaucoup d'entre nous traversent l'épreuve du deuil dans ce douloureux contexte d'épidémie et de mesures sanitaires à respecter, cette épreuve vient parler à l'intime de nos êtres et trouve un écho dans nos cœurs blessés. Choc, arrachement, - colère, révolte et culpabilité parfois -, incompréhension souvent, souffrance, abîme, vide, tristesse et absence s'emmêlent sur un chemin fait d'allers-retours... Où toute notion de temps disparaît.

Pourtant sur ce chemin, une force de Vie nous maintient coûte que coûte. Lumière dans la nuit, elle console, apaise, guérit les blessures du corps, du cœur et de l'âme. Elle tisse un lien plus intime, plus fort, plus vrai avec nos chers disparus qui viennent habiter notre quotidien, et non plus seulement le visiter. Ce chemin de deuil devient alors chemin de Vie. Car un jour, se dévoile à nos yeux la « victoire de l'amour sur la racine du mal, une victoire qui "n'enjambe pas" la souffrance et la mort, mais les traverse en ouvrant une route dans l'abîme, transformant le mal en bien. (*)» Certains vivent la fin de La Traversée comme un deuil, puissions-nous entendre cet appel pressant à la Vie... « Cette espérance est pour nous comme l'ancre de notre vie, sûre et solide » (He 6, 19).

(*) Pape François, bénédiction Urbi et orbi, Pâques 2020

Laetitia

Parole: « Jésus versa des larmes » (Jn 11, 35).

Défi : regarder sur notre site le film Eternam, de Steven J. et Sabrina Gunnell, qui parle magnifiquement de la mort et de la vie éternelle.

Je voudrais m'adresser aujourd'hui plus particulièrement aux personnes qui ont vécu la perte d'un être cher. Peut-être remonte-t-elle à des mois, à des années, à notre enfance. C'est peut-être très récent, en particulier pendant cette période de crise où le confinement n'a pas aidé le deuil, mais l'a rendu plus douloureux.

Le deuil est un processus lent que le confinement a plutôt empêché : il était impossible d'être là au moment de la mort. Certaines personnes sont mortes seules. La célébration avait lieu en tout petit comité à l'église ou au cimetière directement, il était impossible de se réunir avant ou après pour en parler et partager nos émotions.

Alors, le temps de déconfinement qui va s'ouvrir est extrêmement important : il va falloir soigner les blessures. Nous serons tous touchés par cette question : soit personnellement parce que nous avons perdu quelqu'un, soit parce que cette période a ravivé des douleurs anciennes, soit parce que nous connaissons des gens qui traversent des deuils et qui ont peut-être besoin de notre aide. Il sera nécessaire de mettre en place des accompagnements pour aider toutes les personnes atteintes.

Autrefois, on montrait cette période de deuil : pendant six mois ou un an, on changeait notre manière de vivre, on sortait moins, on s'habillait en noir... on avait le droit de prendre son temps pour faire son deuil. Or notre société nous demande d'aller vite sur tout, on n'a plus le temps de rien, on ne doit plus embêter les gens avec nos souffrances, et on se retrouve parfois seul à la gérer

comme on peut. Nous sommes à la fois fascinés et terrorisés par la mort. Marie de Hennezel, psychologue, écrit : « Depuis la Seconde Guerre mondiale, ce déni n'a fait que s'amplifier, avec le progrès technologique et scientifique, les valeurs jeunistes qui nous gouvernent, fondées sur l'illusion de progrès infini, la promotion de l'effectivité, de la rentabilité, du succès. Il se manifeste aujourd'hui par une mise sous silence de la mort. C'est une façon de la cacher, de ne plus y penser, avec pour conséquence une immense angoisse collective face à notre condition d'être humain vulnérable et mortel. »

Ce déni est un mauvais calcul, on appauvrit notre vie, on se met dans une sorte d'illusion, on oublie notre vulnérabilité : un deuil mal vécu ou enfoui ressurgira tôt ou tard.

Quatre conseils pour aider à vivre le deuil :

- Donner du temps au temps. Redevenir humain, s'autoriser à ne pas brusquer les choses, résister à la tentation de vouloir tourner la page le plus vite possible. C'est un itinéraire en spirale, il peut y avoir des allers-retours (déni, colère, culpabilité, dépression, acceptation). Si j'ai vécu un deuil, où en suis-je sur ce chemin ?
- L'accueil des émotions. J'ai le droit de pleurer et de dire ma tristesse. Jésus a pleuré sur son ami Lazare, il a crié sur la Croix, il a exprimé son angoisse la veille de son arrestation.
- Ritualiser : les rites sociaux, les rites à l'église. Si nous n'avons pas pu aller à l'église pour l'enterrement, nous pouvons faire une célébration après. On peut aussi inventer des petits rites personnels : écrire une lettre, une prière avec ces quatre mots : merci, pardon, s'il te plaît, au revoir.
- La parole. Même si on a besoin de calme et de silence, il ne faut pas hésiter aussi à parler peut-être même à être répétitif dans la parole à quelqu'un en qui on a toute confiance. La parole permet d'apprivoiser l'absence. « Parler de ses peines, c'est déjà se consoler », disait Albert Camus.

Marie-Madeleine nous donne un exemple de cheminement.

Au chapitre 20 de saint Jean, le jour de la Résurrection, elle est devant le tombeau vide. Jésus n'est plus là. Il est ressuscité, mais elle ne le sait pas encore. Elle passe par toutes les étapes du deuil : déni lorsqu'elle regarde dans le tombeau, qu'elle voit les anges et Jésus sans les reconnaître ; colère lorsqu'elle parle à Jésus qu'elle prend pour le jardinier ; marchandage car elle veut retenir Jésus quand elle l'a reconnu, et elle de pleurer comme une madeleine (c'est de là que vient l'expression).

Comment réagit Jésus face à ses émotions ? Il les accueille avec patience : il ne lui dit pas : « Arrête de pleurer c'est ridicule, je suis ressuscité ! » Il accepte ses larmes et ne lui pose qu'une seule question : « Pourquoi pleures-tu ? » Il l'appelle par son prénom et c'est à cet instant qu'elle le reconnaît. Il ne la brusque pas et l'appelle à vivre une autre relation : « Ne me retiens pas ». Et il l'oriente vers les autres : « Va vers tes frères », il la met en route. Jésus accompagne Marie-Madeleine avec patience pour l'aider à faire cette traversée. Nous aussi avons besoin d'être pris par la main par Jésus, un ami, un proche pour nous aider à faire le deuil.

Adressons-nous à une autre Marie, la mère de Jésus, que nous pouvons invoquer pour nous aider. Je vous propose la prière de Notre-Dame de Montligeon, Prière à Notre-Dame Libératrice :

« Prends en pitié tous nos frères défunts,

spécialement ceux qui ont le plus besoin de la miséricorde du Seigneur.

Intercède pour tous ceux qui nous ont quittés

afin que s'achève en eux l'œuvre de l'amour qui purifie.

Que notre prière, unie à celle de toute l'Église,

leur obtienne la joie qui surpasse tout désir

et apporte ici-bas consolation et réconfort à nos frères éprouvés ou désemparés.

Mère de l'Église, aide-nous, pèlerins de la terre,

à mieux vivre chaque jour notre passage vers la résurrection.

Guéris-nous de toute blessure du cœur et de l'âme.

Fais de nous des témoins de l'Invisible,

déjà tendus vers les biens que l'œil ne peut voir,

des apôtres de l'espérance semblables aux veilleurs de l'aube.

Refuge des pécheurs et Reine de tous les saints,

rassemble-nous tous un jour, pour la Pâque éternelle,

dans la communion du Père avec Jésus, le Fils, dans l'Esprit Saint, pour les siècles des siècles.

Notre-Dame de Montligeon, priez pour les âmes du purgatoire. »

49. QUEL AVENIR? - Pierre Aguila - 9 mai

Le confinement a fait son œuvre, insidieusement, pernicieusement, lentement – mais sûrement. À l'excitation, à l'euphorie et à la confiance des débuts (largement propulsées par notre Traversée) ont succédé chez moi l'inertie, la langueur et l'angoisse – de vieilles compagnes...

Le monde ne sera plus jamais vraiment comme avant, c'est une certitude. Notre rapport à la vie et à la mort, notre relation aux autres et à nous-mêmes, notre conscience de la fragilité des choses qui comptent et de la futilité de celles dont on croyait, à tort, qu'elles prévalaient sur tout : les cartes sont rebattues.

Je bataillais déjà avant, alors quid de l'après – surtout lorsqu'il se trouve encore nimbé de trop d'incertitudes ? Voilà que rejaillit la tentation de m'isoler, de m'arrêter, d'attendre – après tout, on verra bien... Et toutes mes faiblesses, toutes mes pauvretés, tous mes démons se projettent parfaitement dans ce scénario-là, conscients qu'ils y trouveront un terrain propice.

Et puis vient cette parole, qui soudain m'interpelle : Dieu connaît les projets qu'Il a formés sur moi afin de me donner un avenir et de l'espérance...

Si j'ai toutes les raisons de douter de moi-même, je n'en ai aucune pour Lui retirer ma confiance. Alors demain, je reprends le chemin. Et on verra bien – Lui et moi – où Il nous conduira. David

Parole : « Qui d'entre vous, en se faisant du souci, peut ajouter une coudée à la longueur de sa vie ? » (Lc 12, 25).

Défi : sous le regard de Dieu, dresser la liste de 10 objectifs pour l'après-confinement. En choisir 3 à réaliser dans les six mois qui viennent.

Comment mieux vivre cet élan vers l'avenir ? De même que le passé peut me freiner et même m'enchaîner, l'avenir peut me paralyser au point que je ne veuille plus avancer. En hébreu, on ne

parle pas de passé ni d'avenir, mais d'accompli et d'inaccompli. Alors qu'en sera-t-il des mois prochains ? Bien malin qui peut le dire.

Deux mots me viennent à l'esprit quand je pense à « l'à venir » : incertitude et anxiété.

Dans cette tempête du Covid, nous naviguons à vue, il y a tellement d'inconnu qu'il y a de quoi paniquer. Le début du déconfinement dans deux jours est loin de rassurer. Mais quand on y pense : l'incertitude fait partie de notre rapport à l'avenir. Nous ne savons pas ce qui va se passer demain. Qui pouvait prévoir cette pandémie en 2019 ? La conséquence humaine, normale est l'anxiété.

Je vais m'appuyer sur le manuel de la vie : la Bible. L'apôtre Pierre nous dit dans sa première Epître au chapitre 5, verset 7 : « Déchargez-vous sur lui [le Seigneur] de tous vos soucis, puisqu'il prend soin de vous. » Pierre avait appris de Jésus : « Qui d'entre vous en se faisant du souci peut ajouter une coudée à la longueur de sa vie ? » (Lc 12, 25). Se faire du souci ne résout aucun problème ! Nous ne venons pas vous donner de leçons, mais plutôt partager notre expérience humaine appuyée sur la Parole de Dieu. Je veux vous le redire aujourd'hui, il y a toujours un chemin, une issue à travers ses incertitudes et ses anxiétés.

Face aux incertitudes, je vois deux attitudes (il y en a sûrement d'autres) :

- L'insouciance irresponsable. C'est de se dire : « C'est cool, il y a pire... » C'est comme un soldat qui déserterait son poste et laisserait ses camarades se battre. C'est une attitude que l'on retrouve partout, même chez les chrétiens. N'oublions pas que le Seigneur nous a confié la gestion de la création : il nous confie notre vie afin que nous en soyons responsables et que nous en fassions quelque chose de beau. Ce serait trop facile de s'en remettre au Seigneur sans rien faire. Attendre les bras croisés que la tempête passe est une mauvaise interprétation des textes de l'Evangile sur l'abandon à la Providence. Par exemple, quand Jésus dit dans l'Evangile selon saint Matthieu au chapitre 6, verset 34 : « Ne vous faites pas de souci pour demain, demain aura souci de lui-même, à chaque jour suffit sa peine », Dieu nous explique qu'il veille sur ses enfants, mais qu'il ne faut pas rester les bras croisés. « Même les cheveux de votre tête sont tous comptés », dit plus loin saint Matthieu.
- La confiance active et agissante. Je prends les choses comme elles viennent avec réalisme, mais sans fatalisme. Je me retrousse les manches, je reste à mon poste de combat (il y a plein de combats à mener), confiant en moi-même et en connaissant mes limites, confiant en ceux avec qui je combats, car je ne suis pas tout seul, et confiant dans le Seigneur, pour ceux qui croient.

Saint Paul résume ça très bien dans l'Epître aux Romains au chapitre 8, versets 33 et 34 : « En tout cela, nous sommes plus que vainqueurs, grâce à celui qui nous a aimés. J'en ai la certitude, ni la mort ni la vie, ni les anges ni les principautés célestes, ni le présent ni l'avenir, ni les puissances, ni les hauteurs, ni les abîmes, ni aucune créature, rien ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu, qui est dans le Christ Jésus notre Seigneur. »

Face à l'anxiété et à l'incertitude, la Parole de Dieu est un roc, et nous propose la certitude de la victoire du Christ sur toute forme de mal.

Y compris le Covid-19. Victoire à laquelle il veut nous associer. Quelqu'un disait : « Il s'agit de combattre, mais il ne s'agit pas de vaincre, car la victoire est déjà assurée. » Face à l'incertitude de l'avenir, Dieu nous propose la certitude de la foi.

Mais attention, avoir confiance en Dieu et vivre l'instant présent ne veut pas dire qu'il ne faut pas anticiper, ne rien prévoir. Non ! Je fais ma part, au maximum, avec ce que je suis et ce que je sais ; et en même temps, je remets tout dans les mains de Dieu.

Impossible aussi de ne pas parler de l'avenir sans parler de la tentation de vouloir connaître l'avenir pour se rassurer.

Connaître l'inconnu... si l'on y pense, c'est un peu absurde. Et pourtant, cartomanciens, horoscopes, voyance en tout genre continuent de faire recette à travers le monde. Je ne juge pas les personnes qui font cela, mais permettez-moi de dire un mot sur ces pièges qui enchaînent au lieu de libérer. Sans parler de la condamnation très ferme de la Parole de Dieu à ce sujet, et sans avoir le temps d'expliquer non plus les risques spirituels auxquels on s'expose quand on s'engage dans des voies troubles, le simple bon sens nous invite à refuser toutes ces choses-là. Et si on les suit, y renoncer tout de suite. Il en va de même pour toutes sortes de porte-bonheur, d'amulettes, de talismans censés nous protéger des malheurs et nous aider à exorciser la peur : en fait, cela ne fait rien du tout !

De manière plus personnelle, à l'approche d'une nouvelle étape de notre Traversée, je voulais vous dire que, dans ma vie, c'est souvent au moment où tout allait pour le mieux, que le Seigneur m'a appelé à une autre mission. Au début, ce n'était pas facile, mais je vous livre une règle de vie : « Engage-toi aujourd'hui, comme si c'était pour toute la vie ».

Et voici un autre moyen pour ne pas rester paralysé par la peur de l'avenir : avoir des projets !

La pandémie a peut-être permis de découvrir de nouveaux talents, des trésors d'ingéniosité, de générosité... Ce que nous avons vécu peut nous propulser vers de nouveaux horizons, vers de nouvelles traversées. Saint Paul nous dit : « Lancé vers l'avant, je cours vers le but en vue du prix auquel Dieu nous appelle dans le Christ Jésus. »

C'est s'engager, continuer à s'engager, découvrir de nouvelles manières de servir, de donner, de partager. Ce n'est pas rester sur le navire, mais débarquer pour un nouveau départ : il s'agit d'aimer en actes et en vérité, à partir de ce que nous avons appris dans cette traversée. Si cette traversée nous a rendu un peu meilleurs, plus aimants, on pourra dire que cela aura été un franc succès. Une Parole de la Bible m'a vraiment touché, qui nous projette de façon saine et libre vers l'avenir. Elle vient du prophète Jérémie au chapitre 29, verset 11 : « Car je connais les projets que j'ai formés sur vous dit l'Eternel, afin de vous donner un avenir et de l'espérance. »

« Seigneur Jésus, nous te demandons de visiter ceux qui ont peur, qui paniquent en pensant aux prochaines semaines et aux prochains mois ; ceux qui sont dans une situation économique professionnelle ou familiale très difficile ; ceux qui ne voient pas comment ils vont s'en sortir. Je te présente aussi tous ceux qui vont bien, mais qui sont peut-être déstabilisés : tu as promis que même nos cheveux sont comptés. Nous savons, Jésus, qu'en fondant notre vie sur le roc de ta parole, en tissant avec toi une relation toujours plus profonde, quotidienne et permanente, nous ne risquons rien. Et que ni présent ni avenir, rien ne peut nous séparer de ton amour. Oubliant le chemin parcouru, nous voulons nous élancer, non pas vers un avenir incertain et anxiogène, mais vers les projets que tu as préparés pour chacun de nous. Merci Seigneur. Amen. »

50. RENCONTRE AVEC MONSEIGNEUR REY – témoignage - 10 mai

Notre bateau manœuvre pour rentrer au port. On l'a fait! Gloire à Dieu!

Bravo à toi qui as tenu bon quand ça tanguait, bravo à toi qui as pensé à plus pauvre que toi, bravo à toi qui es tombé et qui t'es relevé, bravo à toi qui t'es appuyé sur Dieu, bravo à toi qui étais seul, bravo à toi qui as écouté ton courage plutôt que ta peur, bravo à toi qui as vécu dignement un deuil, bravo à toi qui as soigné, bravo à toi qui as travaillé, bravo à toi qui as fait l'école du mieux que tu as pu! Bravo, bravo, bravo!

On entend beaucoup de projections sur la suite : pauvreté, chômage, deuxième vague, dépressions... Mais personne pour imaginer que ça puisse être autrement, alors relisons Saint Augustin : « les gens disent "les temps sont mauvais, les temps sont durs !" Vivons bien et les temps seront bons, c'est nous qui sommes les temps. Tels nous sommes, tels sont les temps ».

Nous ne sommes pas des zombies qu'on libère, nous sommes des graines qui sortent enfin de terre pour porter du fruit. La suite sera dingue grâce à notre joie, notre bonté, notre fidélité, notre confiance, notre paix, notre charité. A nous 30 000 nous mettrons le feu au monde. On est ensemble!

Matthieu

Parole: « Je suis plein de gratitude envers Dieu, [...] je lui rends grâce en me souvenant continuellement de toi dans mes prières, nuit et jour » (2 Tm 1, 3).

Défi : préparer une surprise à quelqu'un pour fêter le déconfinement : e-mail, photos souvenirs, fleurs, gâteau, carte postale, colis...

Les fidèles sont tristes de ne plus communier. Mais vous aussi, vous célébrez la messe chaque jour sans fidèles, comment vivez-vous cela ? Et quels conseils pouvez-vous donner à ceux qui ne peuvent pas communier ?

On prend conscience des choses lorsque l'on en est privé.

Être chrétien, c'est participer à une communauté. Depuis le début, le christianisme est lié à ce mot de rassemblement, pour louer, pour intercéder. Et nous sommes dépossédés de cet exercice, mais devons l'accepter pour des raisons de charité. Nous sommes donc en situation de jeûne eucharistique, ce qui est aussi douloureux pour les fidèles que pour les pasteurs. Personnellement, ma joie d'évêque est de pouvoir m'adresser aux personnes, de les écouter, d'échanger avec elles. Et là, cela nous est retiré, tout autant que les fidèles qui ne peuvent pas vivre la présence réelle. Grâce au numérique, ce qui était impensable il y a quelques années, nous pouvons assister à la messe.

Au-delà de cette difficulté de rassemblement eucharistique, cette situation nous fait communier à toutes les souffrances d'un monde qui est privé de relations et de rencontres.

Comment vivre positivement cette privation?

Je crois d'abord en un acte d'offrande : « Seigneur, je ne peux pas rejoindre les miens, mais même à distance, la communion par le cœur est quelque chose d'important. » Dieu exauce notre prière, et nous rejoint, même si on ne le reçoit pas à travers la présence réelle du Seigneur.

C'est pouvoir aussi densifier les relations que l'on a entre nous pendant cette période : prendre plus de temps les uns avec les autres, parler et prier ensemble ; avoir des moments de proximité que l'on n'avait pas l'occasion d'avoir avant.

Enfin, nous pouvons gagner en intériorité, en cœur à cœur avec le Seigneur.

Comment avez-vous vécu ce confinement ?

Ce confinement a été à la fois utile et difficile, nous l'avons évoqué plus haut.

J'ai pu approfondir certaines questions de ma mission d'évêque. J'ai réfléchi sur un certain nombre de sujets, d'enseignements. Je termine notamment un ouvrage sur l'adoration eucharistique et j'ai pu avancer là-dessus.

Je consacre aussi beaucoup de mon temps à rester en contact avec les prêtres du diocèse qui sont plus éloignés, plus isolés ... parce que la vie continue aussi, même si ce n'est pas tout à fait pareil : je suis donc à l'écoute de mes prêtres dont la vie a changé, et dont les activités ont été modifiées.

Certains membres de La Traversée ne sont pas croyants, ou sont athées... avez-vous toujours été croyant, pourriez-vous nous raconter un moment plus fort de votre foi, une rencontre avec Jésus, qui a été déterminante ?

Trois événements ont été particulièrement importants dans mon cheminement personnel.

- Tout d'abord l'enracinement dans ma famille : j'ai eu la chance d'avoir des parents qui avaient profondément la foi. Cette foi était d'abord une expérience : mes parents, par exemple, au moment de la guerre, ont vu leur maison détruite et ils ont tout perdu. Ils nous en parlaient quelques fois, et cela m'a beaucoup marqué, car ils ont traversé ces moments difficiles, tragiques (ma mère a été orpheline à treize ans, mon père était orphelin de père) avec toujours la foi en Dieu, qui les maintenait à flots. Cette foi en Dieu passait par leur vie, leurs actes, leur témoignage. Nous avons été mes frères et sœurs (nous étions six), profondément baignés par cette atmosphère de foi, de confiance, de fraternité vécue au sein de notre famille.
- Un deuxième élément me semble important : j'ai fait une expérience du Christ tout particulièrement. C'est une chose de croire en Dieu, mais c'est encore autre chose que de découvrir la présence de Dieu dans le visage du Christ : quelqu'un qui le signifie, qui le personnifie, qui l'actualise pour nous. Pour moi, cela s'est passé dans un Foyer de Charité où j'ai eu la joie de rencontrer Marthe Robin, cette femme qui vivait profondément la Passion du Christ. Ce contact avec Marthe Robin a été vraiment inspirant, transfigurant : cet être complètement pauvre, démuni sur son lit, et qui m'a parlé avec une telle profondeur et une telle lumière de Dieu en évoquant le Christ, que j'ai compris que c'était par le Christ, grâce au Christ que l'on avait accès au Père.
- Le troisième élément pour moi est la découverte de l'évangélisation grâce à un séjour de plusieurs mois que j'ai fait en Afrique. J'étais au côté d'un pasteur évangélique qui avait un zèle et une audace missionnaire extraordinaires. La découverte de cette dimension missionnaire m'a beaucoup marqué. J'ai découvert grâce à cette expérience, et aussi à la communauté de l'Emmanuel, qu'être chrétien c'est aussi transmettre la foi aux autres. La foi ne peut pas se garder pour soi-même, elle doit rayonner de l'Evangile autour de nous, à partir de nous-mêmes. A partir de ce que Dieu fait en nous, il veut aussi transfigurer le monde.

Le confinement a bouleversé notre façon de vivre notre foi. L'aspect numérique d'abord : l'Eglise a diffusé des messes, créé des parcours ... Cet aspect numérique va-t-il perdurer ? Quels en sont les avantages et les limites ?

Je distinguerai la communication de la communion.

- La communication est la possibilité d'entrer en relation avec les personnes, que ce soit physiquement ou numériquement. Cette communication nous permet de toucher le monde entier. Cela a l'avantage de découvrir le sens de l'universel et de pouvoir braver les distances, traverser les espaces.
- Mais la communion est dans une relation physique, une relation de proximité. Nos sens sont mobilisés dans la communion. On le voit bien dans l'Evangile lorsque Jésus s'est laissé toucher par cette femme qui vient tirer le pan de son manteau, ou lorsqu'il utilise sa salive pour oindre les yeux de l'aveugle. C'est important de découvrir, ou de redécouvrir cette dimension de la communion qui est liée à la dimension de l'incarnation. Nous ne sommes pas uniquement dans un monde virtuel, il nous faut aussi entrer dans le monde de la réalité, du contact.

A la fois les moyens de communication nous aident dans l'Eglise, dans sa dimension universelle, à pouvoir communiquer et à évangéliser l'espace numérique. Mais à un moment ou à un autre, il faut entrer dans une communion physique, une relation personnelle en face-à-face avec les personnes. C'est le rôle d'une communauté chrétienne de favoriser l'insertion dans une communauté. Quand je donne la communion, je dépose le corps du Christ dans la bouche ou dans la main, quand je baptise je verse de l'eau sur la tête de celui qui veut devenir chrétien. C'est ce contact physique, concret avec une personne, qui exprime la foi, qui fait passer un acte de croire à travers notre corps qui est engagé.

Il faut donc joindre les deux : grâce à la technologie, nous pouvons rejoindre des personnes qui sont très loin de l'Eglise, mais il faut les ramener à une communion au sein d'une communauté, un contact bien physique pour être plus en relation afin de pouvoir rencontrer le Christ, qui veut atteindre notre corps, et pas simplement notre intelligence : mobiliser tous nos sens (pas seulement la vue) qui sont des lieux de contact avec le Seigneur, et nous permettent de vivre notre vie chrétienne.

Un autre impact de la crise est la précarité dans la société et dans l'Eglise : les plus pauvres sont les premières victimes de cette crise. L'Eglise est-elle prête à se mobiliser ?

Cela rejoint un peu la question précédente. Il y a toute une partie de la population qui n'a pas accès au numérique, et il est donc compliqué de pouvoir rejoindre ces personnes. Tout ce que nous sommes en train de vivre, de traverser nous met en contact avec des pauvretés parfois considérables. Et la crise, de ce point de vue, est devant nous : il y aura des conséquences économiques, financières, une remise en cause des modèles sur lesquels était fondée une certaine forme d'assistance aux différentes formes de précarité. Il va y avoir du chômage, chômage partiel ou des licenciements ; il va y avoir beaucoup d'afflux de toutes les formes de misères qui se conjoignent : misère morale, matérielle, humaine, affective.

L'Eglise doit être mobilisée par rapport à cet afflux de misère, parce que l'Evangile rejoint les personnes dans leur fragilité et leur vulnérabilité. On a bien vu l'exemple du Christ : ce sont les mendiants, les paralysés, les aveugles, les personnes soumises aux mauvais esprits qui allaient voir le Christ. Lorsque l'on découvre en nous des espaces de pauvreté, on recherche quelqu'un qui va nous aider à donner du sens, à nous donner de la reconnaissance, de la bienveillance, de la gratitude ; quelqu'un qui va nous permettre de nous relever humainement. Il y a beaucoup d'initiatives qui se déploient dans le diocèse : maraudes, téléphone d'écoute, visites aux malades, visites aux personnes âgées.

Il faut vraiment que l'Eglise se déploie dans cette dimension du secours vis-à-vis de toutes ces personnes en difficulté afin d'exprimer la miséricorde du Christ. La miséricorde du Christ, c'est

le visage de Dieu. Elle se manifeste lorsque face à la misère il y a d'autres réponses : cette espérance que la miséricorde porte « tu es digne de vivre », « on a besoin de toi » « c'est avec la force et la grâce de Dieu que tu vas pouvoir te relever », « tu peux compter sur une communauté pour t'aider à te relever ».

« Seigneur, nous nous confions à toi dans ces moments d'épreuve. C'est aussi une traversée d'espérance. Nous te confions toutes les personnes qui nous entourent et qui sont en difficulté en raison de la solitude, de l'âge, de la maladie ; et à travers cette crise toutes les personnes qui sont déstabilisées humainement, matériellement. Nous savons que nous pouvons toujours compter sur toi. Aussi bas que nous puissions tomber, ta main nous relève. Personne n'est tombé plus bas que tu n'es tombé pour nous rejoindre dans nos souffrances et jusque dans nos manques, pour nous apporter le Salut. Seigneur, nous comptons sur toi, nous te demandons la grâce, la confiance, ta puissance pour marcher de nouveau vers ce royaume de justice, de paix et d'amour dont le monde a besoin. Merci Seigneur pour ta présence. »

51. L'ANGOISSE DU CHANGEMENT - Benoît Moradei - 12 mai

Nous voilà donc entrés dans un entre-deux assez confus : le confinement est fini, mais pas le déconfinement... Le sentiment de liberté est de retour, mais pas la liberté... Tout est à nouveau possible, mais pas tout à fait – et en tout cas pas tout de suite... Une période un peu bizarre, où l'on nous demande de souffrir encore un peu dans l'espérance d'un meilleur à venir, où l'on a envie de faire mais sans savoir si l'on peut, où l'on a envie d'annoncer mais sans savoir si l'on doit...

Les parallèles catho sont faciles – ce qui n'est pas une raison pour vous les épargner : l'Exode, « préambule » à l'arrivée du peuple élu en Terre Sainte ; le Purgatoire, « interlude » entre la fin de la vie terrestre et le début de l'éternelle ; le temps pascal, « entracte » (des Apôtres) entre la mort du Christ et la descente de l'Esprit.

Bref, c'est le chantier. Et quand c'est le chantier, je (me) recommande deux attitudes. La première, celle de la responsabilité : soyons prudents, ne nous précipitons pas, cernons bien les enjeux – pour nous et pour les autres. La seconde, celle du pragmatisme : si tout le monde dit que *ça doit fonctionner*, pourquoi ne pas essayer ?

Analogie : si le Christ promet qu'Il nous sauve, pourquoi ne pas Le laisser faire ?

À mes yeux, les choses sérieuses commencent vraiment maintenant. Alors, frères et sœurs, un seul conseil : si vous sortez, sortez masqués, mais rayonnants - Dieu reconnaîtra les siens. David

Parole: « Que je marche ou me repose, tu le vois, tous mes chemins te sont familiers » (Ps 138, 3).

Défi : réaliser un changement qui donne le sourire : visiter une personne seule, découvrir un endroit inconnu, cueillir ou acheter des fleurs pour les offrir, parler à un sans-abri, allumer une bougie dans une église pour remercier Dieu...

Hier matin, il n'y avait pas de message de La Traversée dans ma boîte mail et je me suis dit : « c'est le déconfinement, le changement c'est maintenant ». C'est difficile pour la plupart d'entre nous : nous sommes à la fois contents d'être déconfinés et un peu inquiets. Ce déconfinement a été un choc : je m'étais habitué au confinement, et maintenant, il faut s'adapter à une nouvelle étape. Pour certains c'est plus éprouvant que le confinement : reprendre un travail peut-être alourdi ou modifié, vivre dans un monde où les règles sanitaires vont compliquer les transports, changer les relations...

Je voulais vous donner trois convictions et une proposition.

- Globalement, c'est plutôt sain de trouver le changement difficile, c'est normal. On sait ce que l'on perd, mais pas ce que l'on gagne : c'est le signe d'une certaine lucidité. le signe que l'on avait trouvé un équilibre que l'on a peur de perdre. A contrario, il peut y avoir quelque chose d'immature à vouloir changer tout le temps : quand on ne tient pas en place, qu'on multiplie les voyages, qu'on change d'ameublement, de vêtement, de travail, de couple... On a peur d'être confiné, on se sent claustrophobe, et c'est parfois une forme d'instabilité maladive. Dans le livre de Sylvain Prudhomme PAR LES ROUTES : un auto-stoppeur repart sur les routes tout le temps, en laissant sa femme et son fils.
- Notre besoin de sécurité est légitime : on préfère même parfois une situation inconfortable que l'on connaît bien, plutôt qu'une situation qui a l'air plus confortable mais que l'on ne connaît pas. Il va falloir se réhabituer, changer ses habitudes, ses comportements. Mais cette peur, ce besoin de sécurité peuvent aussi être handicapants et nous empêcher d'affronter la réalité comme elle est. Dans la Bible, quand le peuple hébreu sort de l'esclavage d'Egypte pour aller vers la Terre promise, il se met à râler car il a faim et soif : « nous préférions manger des oignons et des légumes en Egypte où nous étions esclaves, plutôt que de mourir de faim dans ce désert ». Il préfère la sécurité à l'apprentissage de la liberté. Ce sentiment se retrouve dans l'histoire de notre croissance humaine : on est devenu compétent dans un niveau, on nous en confie un plus grand que l'on ne maîtrise pas encore et il faudra réapprendre... C'est un signe de croissance : il faut accepter l'insécurité pour grandir et ne pas végéter.
- On passe notre temps à nous adapter. Toute l'histoire de l'humanité témoigne de l'adaptation des civilisations face aux périodes de guerre, de paix, de croissance, de récession... La Bible emploie une très belle image, celle du pèlerin et du voyageur. A propos des patriarches Abraham, Isaac et Jacob, l'Epître aux Hébreux dit : « Ils étaient étrangers et voyageurs sur cette terre. » Nous sommes des voyageurs en itinérance vers notre terre promise : le ciel! Et quand on regarde notre vie, on a passé notre temps à voyager à travers des étapes : depuis ventre de notre maman vars la naissance, le berceau, la maternelle... On a évolué. On se souvient qu'à chaque phase c'est un peu angoissant « est-ce que je vais être capable ? » ou « avec qui vais-je me trouver ? » Ces angoisses font partie de la vie. Chaque période demande une forme de deuil, de perte, un temps de réadaptation pas très agréable, une recherche d'équilibre... mais c'est la vie! Saint John Newman déclarait : « Vivre c'est changer, pour être un homme accompli il faut avoir changé souvent. » Mère Térésa disait : « La vie est un rêve, réalise-le ; la vie est un défi, relève-le ; la vie est un combat, accepte-le ; la vie est une aventure, ose-la. »

Que faire?

Plusieurs choses sont possibles : prendre du recul, méditer, prier, prendre un accompagnateur, en parler à quelqu'un, s'exercer aux vertus d'audace et de prudence en même temps. Il faut se préparer au changement, envisager des options, se dire qu'il y aura des choses positives et d'autres difficiles. Un changement non préparé est plus dur à vivre.

Nous pouvons nous entraîner à changer de regard sur les événements qui nous arrivent : ce n'est pas parce que le chemin est mauvais, que c'est le mauvais chemin.

Dans LE PAYSAN CHINOIS, conte oriental, un homme achète un cheval pour l'aider à labourer son champ. Un jour, le cheval s'échappe et son voisin lui dit qu'il n'a pas de chance. Quelques semaines plus tard, le cheval revient avec une horde de chevaux sauvages et le voisin lui dit qu'il a de la chance. Ensuite, le fils du paysan dresse les chevaux et se casse la jambe : le voisin dit qu'il n'a pas

de chance. Puis la guerre se déclare et tous les jeunes gens sont mobilisés... sauf le fils qui a la jambe cassée. Que conclure de cette histoire ? Il peut parfois nous sembler vivre une perte douloureuse, mais nous réalisons aussi cela occasionne d'autres choses qui nous font grandir et avancer. La confiance est la clé, pour ce paysan comme pour nous : nous n'avançons pas seuls, la Providence est là, et nous allons quelque part.

Nous n'allons pas vers le néant. Je pense aussi à ce très beau texte de Khalil Gibran : « On dit qu'avant d'entrer dans la mer, une rivière tremble de peur. Elle regarde en arrière le chemin qu'elle a parcouru, depuis les sommets et les montagnes, la longue route sinueuse qui traverse les forêts et les villages, et voit devant elle un océan si vaste qu'y pénétrer ne paraît rien d'autre que devoir disparaître à jamais. Mais il n'y a pas d'autre moyen. La rivière ne peut pas revenir en arrière, personne ne peut revenir en arrière. Revenir en arrière est impossible dans l'existence. La rivière a besoin de prendre le risque et d'entrer dans l'océan. Ce n'est qu'en entrant dans l'océan que la peur disparaîtra, parce que c'est alors seulement que la rivière saura qu'il ne s'agit pas de disparaître dans l'océan, mais devenir océan. »

C'est ce que j'appellerai le syndrome du mont Tabor. Dans la Bible, il y a un passage étonnant dans lequel Jésus emmène certains de ses disciples, Pierre, Jacques et Jean, sur une montagne où Jésus vit une expérience mystique de métamorphose, de transfiguration : il devient lumineux, deux prophètes de l'Ancien Testament apparaissent à ses côtés, Moïse et Elie. Pierre est tellement stupéfait qu'il dit : « Il faut dresser trois tentes, une pour toi, Jésus, une pour Moïse et une pour Elie. » Sous-entendu : il faut rester là, on est tellement bien ! A ce moment-là, la vision disparaît, tout redevient normal et Jésus redescend de la montagne en disant : « On ne va pas rester là, il faut continuer la route. Le monde nous attend, la vie nous attend, les autres nous attendent. »

C'est une invitation à la confiance, à l'apaisement, à la certitude que Dieu est là.

Dans le psaume 138, on dit : « Tu me scrutes Seigneur, tu sais quand je m'assois, quand je me lève. De très loin tu pénètres mes pensées. Que je marche ou me repose tu le vois : tous mes chemins te sont familiers. »

« Seigneur, en ce temps de changements, je suis peut-être perturbé, inquiet. Peut-être que le confinement se poursuit, ou peut-être ai-je des défis à relever qui me paraissent difficiles, voire insurmontables. Je remets tout cela devant toi, entre tes mains. Je veux te faire confiance, je veux cheminer avec toi, avancer vers la vie, la réalité telle qu'elle est, continuer cette traversée de la vie avec toi. Fais qu'au milieu des changements de ce monde, mon cœur s'établisse fermement là où se trouvent les vraies joies. »

52. FRATERNITE – Pierre Aguila - 14 mai

Fils unique, né d'un père fils unique et père d'une fille unique aussi (vous suivez ?), ma notion de la fraternité est forcément très détachée de son acception familiale. Et voilà que dans mon édito précédent, sans même m'en rendre compte, je vous ai appelés « frères et sœurs »... Qu'il en soit ainsi : après tout, nous avons tous le même Père.

Depuis les premiers temps, la fraternité est le socle de la vie chrétienne. Dans notre modernité, nous l'avions peut-être un peu oubliée, négligée, délaissée. Bien sûr, on connaissait l'adage : « un

chrétien isolé est un chrétien en danger » ; mais il aura quand même fallu attendre que l'épreuve nous ébranle, nous sépare, nous isole, pour comprendre à quel point nous avons besoin de faire corps.

Imaginez-vous : des milliers, des millions, même, qui, partout, clament d'une seule voix leur impatience de retrouver la « vraie » messe, trépignent de goûter à nouveau la grâce des sacrements, se languissent de « faire église » ailleurs que dans leur salon ou dans le secret de leurs cœurs... Il y a encore 6 mois, cela nous aurait paru *extraordinaire* (dans tous les sens du terme) ! Nous avons tous besoin des autres.

Sans l'autre, je n'existe pas. Sans me donner à l'autre, je ne peux rien recevoir. Sans m'ouvrir à l'autre, je me renferme, et je meurs.

Il nous incombe dès lors une grande responsabilité : que cette fraternité que nous louons aujourd'hui ne soit pas éphémère, qu'elle s'ancre dans nos actes, durablement, et qu'elle rayonne ainsi jusqu'à tous les confins.

Alors nous serons réellement frères et sœurs en Christ.

David

Parole: « Vous êtes tous frères! » (Mt 23, 8).

Défi : devenir l'ange gardien d'une personne seule, vulnérable ou en difficulté : l'appeler régulièrement, lui rendre visite, l'encourager par des attentions, prier pour elle...

Je suis heureux de vous retrouver pour cette nouvelle étape. Nous avons commencé un déconfinement qui est très différent pour chacun : pour certains c'est un très grand changement, et pour d'autres rien n'a vraiment changé, même si nous ne reviendrons jamais en arrière. Mais je voudrais aujourd'hui aborder la dimension de la fraternité, de la communauté qui est une notion importante de notre société.

Aristote disait déjà : « L''homme est un animal social. »

Des scientifiques ont découvert que notre cerveau a des neurones miroirs qui nous permettent spontanément de rentrer en empathie avec les autres. Ces dernières semaines, où nous avons été confinés, nous avons ressenti le manque des autres, l'absence, même si Internet a pu adoucir ce manque (pour ceux donc dotés du Net). Nous avons là une confirmation de ce que l'on trouve au début de la Bible : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul » (chapitre 2 de la Genèse). Ces cinquante-cinq jours de confinement nous ont rappelé cruellement la solitude - déjà une cause de souffrance pour beaucoup - qui s'est intensifiée. Qui est toujours là.

La Traversée a mis elle-même en évidence ce besoin de nous retrouver, de nous soutenir, de nous encourager... de nous porter les uns les autres. Nous l'avons fait par les moyens digitaux, avec de vraies relations, même si elles ont une part de virtualité. Cela nous aide, mais nous sentons cet énorme besoin de nous retrouver « à hauteur de visages » comme l'a dit Mgr Rey. Être ensemble, dans un même lieu, même si on ne peut se toucher !

Jésus a résumé cette vérité : « Vous êtes tous frères » (Matthieu 23, 8).

Peut-être l'avions-nous un peu oublié, emportés par ce courante d'individualisme dans nos sociétés. Et puis se rajoute cette mauvaise surprise du Covid. Voilà ce que dit le Père Cantalamessa (prédicateur de la maison pontificale) : « Nous avons oublié les murs que nous voulions construire, le virus ne connaît pas de frontières. En un instant il a brisé toutes les barrières sans distinction d'origine, de religion, de richesse, de pouvoir. Nous ne devrons pas revenir en arrière lorsque ce moment sera passé. » L'individualisme grandissant nous avait fait peut-être oublier que nous sommes tous sur la même planète, plus solidaires que nous ne le pensions : tous dans la même

barque. Alors que les racismes, les exclusivistes, les communautaristes en tout genre ont augmenté, la pandémie nous a fait réaliser ce que le pape François disait le 27 mars dernier : « A la faveur de la tempête, est tombé le maquillage des stéréotypes, avec lequel nous cachions nos "égo", préoccupés de leur image. Il reste manifeste encore une fois cette appartenance commune bénie à laquelle nous ne pouvons pas nous soustraire : le fait d'être frères. »

Sans nier la place centrale de l'individu, sans gommer les différences culturelles, ethniques, religieuses, face au fléau et à ses conséquences dont nous ne mesurons pas encore toute la portée, nous nous redécouvrons encore tous fragiles, tous vulnérables. Pour les chrétiens, il y a une raison à ce besoin de fraternité que l'on retrouve dans une parole de Jésus : « [...] Vous n'avez qu'un seul Père, qui est aux cieux. » Nous sommes tous enfants de Dieu. Et je crois que, comme dit la Bible, « Jésus est mort et ressuscité afin de rassembler dans l'unité les enfants de Dieu dispersés. » « Rassembler » a la même racine que le mot « Eglise ».

Parlons un peu de l'Eglise...

Qui n'a pas bonne presse du tout! Si vous ne voulez pas vendre un livre, vous mettez Eglise dans le titre ©. Lorsque l'on pense à l'Eglise, on a l'image de quelque chose de poussiéreux, de vieux, de ringard, de très ennuyeux.

Voyons comment cela a commencé. Jésus, après 30 ans, a commencé son ministère public. Il choisit une équipe, les 12 apôtres. Puis il a choisi d'autres hommes et femmes qui le suivent, qui l'assistent dans sa mission, qui seront formés sur le tas pour être de vrais collaborateurs. Jésus a donc créé cette équipe, cette Eglise, nous pas pour que ses membres restent entre eux, mais pour répandre la Bonne Nouvelle : la victoire du Ressuscité sur le mal et la mort. L'Eglise n'a pas bonne presse c'est certain : on la voit souvent comme une entité extérieure, ou bien on ne pense qu'aux responsables dont certains, malheureusement, ont donné un terrible contre-témoignage.

Mais les chrétiens le savent : l'Eglise ce n'est pas que quelques-uns, c'est la communauté de tous les baptisés et de tous ceux qui voudraient la rejoindre.

C'est d'abord une communauté de pierres vivantes. L'impossibilité provisoire de nous retrouver physiquement dans les églises, dans les lieux de prière nous a permis de redécouvrir l'Eglise domestique. Dans l'Evangile de Matthieu, Jésus nous dit : « Quand deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis là au milieu d'eux. » Là encore, nous pouvons tirer des leçons de cette pandémie : continuer à avoir ces moments de prière, à partager en famille, ne pas abandonner l'église domestique, même si on retournera dans les églises, les chapelles, les lieux de culte. Il faudra que nous ayons un sens plus aigu de la communauté, de la fraternité. Attention à la tentation de continuer à regarder la messe à la télévision, même si les églises ont rouvert : ce serait retomber dans l'individualisme, dans la religion sur-mesure. Si Jésus a inventé cette équipe, c'est pour que ses membres s'entraînent ensemble sur le terrain. Et même si l'Eglise utilise tous ces merveilleux moyens modernes pour toucher le plus de monde avec la Bonne Nouvelle, si on ne se retrouve pas réuni, ça ne marche pas. C'est la volonté de Jésus.

Il y a une autre leçon que l'on peut tirer de cette épreuve, toujours concernant l'Eglise. C'est l'importance de l'unité dans la diversité.

Au diable les critiques fratricides, les clichés, les caricatures... tout ce qui divise ou déchire le corps de Jésus, qui est l'Eglise. Une petite remarque en passant : avant de publier sur les réseaux sociaux des propos empreints de condamnations, de jugements hâtifs, de polémiques... réfléchissez, priez,

demandez-vous si cela sert à quelque chose. Il ne s'agit pas de tout laisser passer, mais il y a d'autres moyens pour lutter pour la justice, l'amour, la vérité.

Je vous propose une application concrète de cette dimension fraternelle de notre vie. C'est un exercice qui est à la fois une décision et un effort : le port du masque. J'ai réalisé à ce propos que nous avions une très bonne occasion de briser l'individualisme égoïste afin d'enraciner en nos cœurs et dans nos pratiques de bonnes habitudes (vertus) qui correspondent à l'élément fraternel - inscrit dans notre ADN. Les avis divergent sur le port du masque, mais tout le monde s'accorde à dire que porter un masque ne protège pas forcément celui qui le porte mais protège la personne en face... Et si tout le monde fait pareil : nous nous protégeons les uns les autres. Par égard pour toutes les victimes du virus, ce serait terrible de ne pas tirer des leçons pour que le monde change.

Pour que le monde change, il faut que je change.

La dimension fraternelle, qui existait bien avant le virus, se trouve comme approfondie, purifiée et même élargie. Paradoxalement, alors que nous étions confinés chacun chez soi, l'individualisme en a pris un coup : nous nous retrouvons progressivement avec un cœur dilaté, avec une envie d'être déconfinés de tant de barrières dans nos vies, une envie de répondre à l'appel de Dieu, qui dit dans le Livre d'Isaïe (54, 2) : « Elargis l'espace de ta tente, déploie sans hésiter la toile de ta demeure, allonge tes cordages, renforce tes piquets. »

Comme l'exprimait Jean-Paul II dont nous fêterons le centenaire de la naissance : « L'Eglise est un mystère de communion missionnaire. » « Mystère » car il y a une part divine de par son fondateur Jésus, « communion » parce que c'est ensemble que nous avançons, « missionnaire » parce qu'elle existe pour se réunir, mais aussi pour annoncer Jésus, qui est appelé « [...] le premier-né d'une multitude de frères » (Rm 8, 29), lui qui a donné sa vie « [...] afin de rassembler dans l'unité les enfants de Dieu dispersés » (Jn 11, 52).

Prions.

« Nous te prions, Seigneur, pour ton Eglise, et pour chacun de nous qui composons cette Eglise.

Aide-nous à l'aimer telle qu'elle est, dans ses grandeurs et dans ses faiblesses.

Aide-nous à reconnaître son unité dans les mille visages de ton peuple.

Aide-nous à surmonter les divisions, à éviter les jugements hâtifs et à bannir les caricatures.

Aide-nous à découvrir, au-delà des apparences,

l'immense réseau des saintetés cachées, qui sont les pierres vivantes de l'Eglise.

Aide-nous à ne pas la bâtir comme un chantier programmé,

mais à la laisser pousser et grandir sous le soleil d'un Dieu imprévisible.

Puisse ton Eglise retrouver la fraîcheur et la force

dont elle a besoin pour annoncer l'Evangile aujourd'hui.

Qu'en renforçant les liens de l'unité entre les évêques, les prêtres et les laïcs,

elle renforce aussi l'Espérance.

Qu'elle apparaisse aux yeux de tous comme une porte ouverte et une source de vie.

Qu'elle soit toujours davantage l'Eglise des pauvres et des saints.

Nous te le demandons par Marie, mère de l'Eglise

Amen. »

Jean Sauvenay

53. COMBATTRE LA PEUR - Lionel Dalle - 16 mai

Premier samedi déconfiné! Whouhou! On amarre tranquillement le bateau: à nous une belle balade dans la nature et une ou deux retrouvailles amicales mais pas trop!

Aujourd'hui notre thème est la peur. Je suis frappé par ses expressions : avoir une peur bleue, la peur au ventre, les boules, la chair de poule, les foies, trembler comme une feuille, grincer des dents, gémir de peur... Comme c'est incarné! Alors qu'il nous est demandé de vivre selon l'esprit.

Spontanément on nous donne plein de pistes psychologiques et notre foi même, pour nous permettre de surmonter nos peurs, et c'est puissant ! (cf la vidéo du père Lionel). Pour ma part, par une sorte d'injonction à une virilité ne connaissant pas la peur, comme les Normands dans Astérix, il m'a fallu du temps pour réaliser que j'avais peur. Pourtant la reconnaître est bien nécessaire pour la surmonter !

Je pose donc ça là, peut-être cela pourrait-il aider certains à franchir cette étape. D'ailleurs, ce n'est pas la peur qui compte mais le courage. Pas de courage sans peur, sinon on est juste téméraire. Et comment entendre le « n'ayez pas peur » de Jésus au Cénacle si l'on n'a pas peur au préalable ? Bienheureuse peur qui nous offre un tel Sauveur. Bon week-end les courageux, on est (toujours) ensemble !

Matthieu

Parole: « N'ayez pas peur! » (Mc 6, 50).

Défi : dresser la liste de toutes les peurs qu'on a dépassées dans sa vie, puis écrire ses craintes actuelles en les mettant sous le regard de Dieu.

C'est notre première semaine de déconfinement, et ce n'est pas forcément plus facile que le confinement. Le déconfinement est progressif - il dépend des situations, des lieux géographiques, des habitations, du travail – et il peut être aussi générateur d'angoisses. Le virus est toujours là (on n'a toujours pas vraiment de traitement, de vaccin), même si on le connaît mieux (on est informé sur son mode de transmission : cela nous aide normalement à adopter les gestes à faire ou à ne pas faire). Mais cela n'est pas si simple. Mardi, le père Benoît parlait des difficultés à vivre les changements. Et le déconfinement en est un important, c'est une nouvelle adaptation ; alors qu'on s'est habitué au confinement, on est un peu en sécurité. Le père Benoît disait qu'il était normal que le changement soit difficile. Mais il est en même temps nécessaire que l'on vive ce changement dans nos vies. Le vivant est celui qui s'adapte aux changements, à la perturbation.

Je vais aujourd'hui revenir sur la question des peurs. Dans la troisième vidéo de La Traversée, j'ai évoqué ce sujet dans la vertu de force. Cette elle qui nous permet d'affronter la difficulté, de tenir bon, de persévérer. Nous avions vu comment cette vertu nous aidait à dépasser nos peurs. A nouveau, nous sommes confrontés à la peur du déconfinement et à celle du virus. Face à ces peurs, j'aimerais prendre une approche plus spirituelle et me concentrer sur leur importance dans ce combat spirituel.

Le combat spirituel c'est que nous sommes en permanence en lutte, en nous-mêmes, dans notre cœur et dans notre esprit.

Cette lutte est le choix entre le bon et le mauvais chemin, entre la tentation et le vrai bien.

Pour les croyants, on sait que derrière ces tentations, il y a le diable, qui nous pousse sur la mauvaise route. Il veut à tout prix nous faire prendre le mauvais chemin. Et de l'autre côté, il y a Jésus, l'Esprit Saint, Dieu le Père qui nous conduisent sur le bon chemin. Et donc apprendre à gérer

nos peurs est un élément déterminant pour le combat spirituel afin d'avoir la victoire dans cette lutte.

J'aimerais vous apprendre à gérer nos peurs pour qu'elles ne soient plus un élément problématique dans le combat spirituel, mais au contraire une aide.

La peur est une émotion qui nous signale un danger. En soi, elle est utile ; mais elle est utilisée par notre ennemi pour nous perdre ou nous paralyser...

Et en général cela fonctionne très bien : lorsque nos craintes ne sont pas bien gérées, elles deviennent problématiques pour nous. Elles peuvent nous entraîner dans l'immobilisme. Et c'est souvent le cas : elles nous empêchent de faire ce que nous avons à faire, de vivre notre vie telle que l'on doit la vivre. Ou bien, elles nous font prendre le mauvais choix, c'est-à-dire ceux dictés par la crainte. Je ne parle pas des appréhensions très lourdes et très envahissantes : si tel est le cas, je vous conseille d'aller voir un thérapeute, de recevoir une aide adaptée. Il n'y a pas de honte à faire cela, nous sommes tous fragiles. Se faire aider est plutôt une preuve de maturité. Je vous propose aujourd'hui une aide ordinaire pour des peurs que l'on ressent tous. Discerner comment le diable les utilise contre nous, et quelles solutions adopter.

Deux principales tactiques utilisées par le diable :

- Les peurs liées à des dangers imaginaires. Beaucoup de nos peurs reposent sur des dangers qui ne sont pas réels, mais imaginaires. Je m'imagine par exemple qu'il pourrait un jour m'arriver cela, qui est hyper effrayant. Et je me demande comment je vais réagir. Je me dis que je ne vais pas savoir comment faire, et j'angoisse. La plupart de ces dangers imaginaires n'arriveront jamais.
- Les dangers réels, que l'on va devoir affronter, mais qui ne sont pas encore présents. Par exemple : « Comment vais-je faire quand je vais vieillir ? » C'est une certitude, nous allons tous vieillir... et je pourrais m'inquiéter de comment je vais être dans vingt ans, trente ans... Ou bien : « Comment vais-je faire quand mes enfants seront devenus adolescents ? Quand mes enfants vont partir de la maison ? »

Dans les deux cas, nous courons le risque d'être envahis par l'émotion paralysante de la peur. Et cela va engendrer des réactions : « je ne peux pas, je ne vais pas y arriver », des comportements de fuite dans les dépendances pour oublier, pour masquer la peur, qui auront pour effet d'ôter mon énergie, ma force.

Deux solutions.

De manière générale, il faut affronter et non pas fuir sa peur.

A chaque fois que l'on esquive un obstacle, la peur grandit, se renforce. Mais à chaque fois qu'on fait face à la peur, que l'on passe au-delà de notre crainte, elle diminue. L'homme courageux, ce n'est absolument pas l'homme qui n'a plus peur, c'est l'homme qui affronte sa peur, qui a pris l'habitude de le faire et qui sait comment agir malgré elle.

• La méthode de l'instant présent (regardez de nouveau la vidéo du père Benoît du 20 avril). La question est : « Que dois-je vivre maintenant ? Que dois-je affronter aujourd'hui ? » Je dois affronter les peurs d'aujourd'hui et basta. Et tout le reste qui est pour demain, je le laisse pour demain. Je me pose la question : « Est-ce réel ? Ou est-ce mon imagination qui tourne dans ma tête ? » Et je mets de côté tout ce qui est irréel pour revenir dans le monde réel. Je me concentre sur les décisions que je dois prendre au présent, sur les situations auxquelles je dois faire face. Bien souvent, nos craintes ne sont pas fondées, et lorsque le moment arrive, on se dit que l'on s'est inquiété pour rien. On a même souvent des bonnes surprises auxquelles on ne s'attendait pas.

Quant à l'avenir, l'exercice consisterait à imaginer toutes les galères de votre vie qui vont arriver... eh bien, si on les connaissait, ce serait impossible de se lever le matin : heureusement qu'on ne les connaît pas ! On ne doit porter que celles d'aujourd'hui. Et Dieu nous donne la grâce, la force pour les porter : c'est très bien fait ! On n'a pas la ressource pour porter toutes les épreuves de l'année : la tactique est donc de revenir dans le présent.

• La méthode de David face à Goliath, dans le premier Livre de Samuel (chapitre 7).

Le contexte est le suivant : Israël est en guerre contre les Philistins et les deux armées sont face à face. Il y a un géant Goliath. Il dit qu'au lieu de se battre armée contre armée, mieux vaut un combat un contre un. Celui qui gagnera, gagnera pour toute son armée. L'armée d'Israël est consternée, saisie de peur, car Goliath souhaite qu'on lui envoie un soldat. Pendant quarante jours, il fait une sorte de guerre psychologique. Il leur dit qu'en fait ils sont tous des trouillards, car personne n'ose... Israël est terrifié.

Pendant ce temps-là, David, qui est un berger et pas un soldat, fait du ravitaillement. Il est envoyé pour apporter de la nourriture à ses frères, et il entend l'appel de Goliath. Il voit la situation et entend le roi Saül dire : celui qui affrontera ce Philistin sera couvert de richesses et il lui donnera même sa fille. Que fait David ? Il se propose d'aller à la rencontre de cet adversaire. Et tout le monde lui fait remarquer qu'il n'est qu'un enfant, il n'est même pas soldat, il est berger et ne sait rien faire. Ce qui est intéressant, c'est que le petit David rétorque que quand il était berger, il combattait le lion ou l'ours qui attaquaient ses troupeaux. Il les frappait à mort et avait la victoire. Il fera pareil. Il a confiance que le Seigneur, qui l'a libéré des griffes du lion et de l'ours, le délivrera de la main de ce Philistin. Alors on accepte finalement qu'il y aille : on lui donne des armes et une cuirasse qu'il refuse parce qu'il ne peut plus bouger. Il n'a pas l'habitude de porter une cuirasse et il n'est pas fort. Finalement, il tue le géant avec une simple fronde et l'épée du Philistin.

Ce qui est intéressant, c'est de voir comment David a réussi à combattre la peur qui terrassait tout le peuple d'Israël. Il a utilisé la méthode de l'analogie : il n'a jamais combattu de Philistin, mais un lion et un ours, et il a eu la victoire, et c'est ressemblant. Autrement dit : j'ai déjà connu ce genre de situations et j'ai réussi ; je ferai un peu pareil et je réussirai. La tactique est de chercher une petite victoire dans un domaine similaire et de faire la même chose dans un esprit de confiance. Si j'ai peur d'aller faire les courses et que ce n'est pas la première fois que je les fais : c'est simple, j'y retourne en faisant attention, peut-être en mettant un masque, en respectant les distances de sécurité.

Aujourd'hui, je demande à Dieu la force d'affronter mes peurs. Il ne faut pas les laisser dicter notre conduite. Mais poser des petits pas pour avancer, même dans les situations difficiles qui nous paralysent.

« Seigneur, Jésus, tu nous donnes de vivre aujourd'hui cette nouvelle étape du déconfinement. Chacun de nous est dans une situation différente, mais nous avons tous des peurs à affronter. C'est toi qui connais le secret de nos cœurs, c'est toi qui nous redis chaque jour : "N'ayez pas peur, je suis avec vous tous les jours, jusqu'à la fin des temps." Seigneur, nous te présentons toutes nos peurs, les situations difficiles, angoissantes auxquelles nous devons faire face aujourd'hui. Nous te demandons la grâce du courage pour aujourd'hui. Affronter aujourd'hui ce que l'on doit porter et laisser pour demain ce qui est pour demain. »

54. LA VULNERABILITE - Benoît Moradei - 19 mai

En cette deuxième semaine de déconfinement, nous nous habituons peu à peu à croiser des regards sans visage dans la rue. Le masque devient notre plus fidèle compagnon de sortie ; certains essayant même d'en faire un accessoire de mode ultra pointu. Si porter un masque en 2020 est un acte éminemment citoyen, c'est également un acte d'humilité dévoilant au grand jour la vulnérabilité de notre condition humaine. Oui, ce masque, aussi bigarré soit-il, représente notre propre fragilité et reflète celle des autres...

Une vulnérabilité dont la réalité est venue nous rejoindre dans notre confinement. Nous avions alors pris le temps de nous découvrir en profondeur en reconnaissant cette part que nous croyions sombre et que nous préférions cacher aux yeux du monde. Il est vrai qu'avant, nous aimions sortir masqués, le visage pourtant à découvert! Que faire de ces faiblesses et de cette fragilité mises à nu désormais?

Et si accepter sa vulnérabilité permettait une vraie rencontre avec soi-même, avec les autres et avec Dieu... En accueillant, à l'invitation du pape François, « ton trésor, Seigneur, dans la conscience d'être des vases d'argile ».

Laetitia

Parole: « Car, lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort » (2 Co 12, 10).

Défi : trouver 3 situations dans lesquelles sa propre vulnérabilité (faiblesses, failles, difficultés...) a permis de se tourner vers les autres pour les aider ou vers Dieu.

Je pense à tous ceux pour qui le déconfinement est difficile et à tous ceux qui ne sont pas encore déconfinés. Tout le monde ne connaît la même situation. Beaucoup sont aussi dans une phase de relecture et se demandent ce qu'ils vont garder de cet épisode terrible et dramatique : ce qu'ils ont appris, ce que nous avons appris.

Une des choses les plus importantes dont il faut nous souvenir c'est l'expérience de la vulnérabilité. En effet, du jour au lendemain, l'épidémie nous a figés, complètement mis sous cloche. Tout s'est arrêté : l'économie mondiale, les avions ont été cloués au sol, des millions d'êtres humains ont été confinés. Nous nous sommes mis à avoir peur de tous et de tout, nous avons fait l'expérience de notre vulnérabilité personnelle et collective. Or elle est quelque chose que l'on déteste, que l'on cache : il faut plutôt être fort, compétitif... On est dur avec soi-même : « je suis nul, je ne sais pas faire, je ne fais pas assez... » On cache ses failles, on cache les personnes vulnérables (handicapées, âgées...). Comme Adam et Eve, on ne veut pas paraître nus. On essaie de tout contrôler, on a peur d'être rejeté : « si quelqu'un savait qui je suis vraiment, continuerait-il à m'accepter, à m'aider, ne se moquerait-on pas de moi ? » Par conséquent, on a des parades, des masques, des dépendances, des attitudes de raidissement pour sembler plus fort que ce que l'on est, et se montrer sûr de soi : c'est en réalité épuisant et inutile puisqu'un jour ou l'autre nos failles vont sortir.

Au contraire, découvrir sa fragilité est une chance à saisir.

La Bible le dit : « Lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort. » Pensons au Dieu des chrétiens, un Dieu qui se fait humain, petit et très bas, qui s'approche des malades, des pécheurs et des pauvres. Même après sa résurrection, il apparaît avec ses cicatrices, et non avec un corps parfait. Il prend l'image du bon samaritain qui se rapproche de l'homme blessé sur la route, le prend sur ses épaules, le soigne.

Saint Jérôme - l'un des premiers théologiens de l'Eglise - a traduit la Bible en latin. Il raconte un épisode très touchant. A l'époque de Noël, il a une apparition de l'Enfant Jésus. Voici le dialogue entre les deux :

- « Jérôme, donne-moi quelque chose pour Noël, demande l'Enfant Jésus.
- Mais Seigneur, ne vous ai-je pas tout donné ? Ma vie, mes pauvres vertus, mes écrits, mon apostolat ? Seigneur prenez tout, tout est à vous !»

L'Enfant continue : « Jérôme donne-moi quelque chose.

- Seigneur, y a-t-il quelque chose qui ne soit pas à vous dans mon cœur ?
- Jérôme, tu gardes quelque chose au fond de ton cœur. Tu ne me donnes pas ce que je veux.
- Que voulez-vous donc Seigneur ?
- Jérôme, donne-moi ta misère, tes faiblesses, tes péchés. »

La Parole de Dieu et la tradition chrétienne nous rappellent que la force est une faiblesse et la faiblesse une force. Marie ne dit-elle pas dans le Magnificat : « Dieu renverse les puissants de leur trône, il élève les humbles » ? Jésus, quant à lui, dans les Béatitudes commence : « Heureux les pauvres de cœur, car le Royaume des Cieux est à eux. »

Pourquoi la force est une faiblesse ?

C'est étonnant, non ? Je ne peux m'empêcher de citer Jean de la Fontaine dans *Le chêne et le Roseau*. Le chêne est immense, fort, symbole d'orgueil. Il plaint le roseau d'être si petit et de croupir les pieds dans la vase. Voici ce qu'il dit :

Le Chêne un jour dit au Roseau : Vous avez bien sujet d'accuser la Nature ; Un Roitelet pour vous est un pesant fardeau. Le moindre vent, qui d'aventure Fait rider la face de l'eau, Vous oblige à baisser la tête : Cependant que mon front, au Caucase pareil, Non content d'arrêter les rayons du soleil, Brave l'effort de la tempête. Tout vous est Aquilon, tout me semble Zéphyr. Encor si vous naissiez à l'abri du feuillage Dont je couvre le voisinage, Vous n'auriez pas tant à souffrir : Je vous défendrais de l'orage ; Mais vous naissez le plus souvent Sur les humides bords des Royaumes du vent. La nature envers vous me semble bien injuste. Votre compassion, lui répondit l'Arbuste, Part d'un bon naturel ; mais quittez ce souci. Les vents me sont moins qu'à vous redoutables. Je plie, et ne romps pas. Vous avez jusqu'ici Contre leurs coups épouvantables

Mais attendons la fin. Comme il disait ces mots,

Du bout de l'horizon accourt avec furie

Résisté sans courber le dos ;

Le plus terrible des enfants

Que le Nord eût portés jusque-là dans ses flancs.

L'Arbre tient bon ; le Roseau plie.

Le vent redouble ses efforts,

Et fait si bien qu'il déracine

Celui de qui la tête au Ciel était voisine

Et dont les pieds touchaient à l'empire des morts.

Voilà donc ce chêne magnifique et orgueilleux qui s'effondre, alors que le roseau qui s'est plié devant le vent se redresse. Nous connaissons beaucoup d'histoires de ce style (David et Goliath).

La toute-puissance est faible parce que c'est une illusion.

Nous sommes des géants aux pieds d'argile, la crise que nous venons de traverser le prouve. Il suffit d'un rien pour être à genoux. C'est donc une chimère, mais c'est aussi un écueil, car on ne voit pas les angles morts, ni les dangers arriver. On fait preuve de témérité et d'aveuglement sur soimême et les autres : on risque donc de s'épuiser et de s'effondrer. La toute-puissance cause aussi des problèmes dans les relations : la communication est très difficile, car on est dans la compétition et on ne laisse pas la place aux autres. On ne peut même pas être un leader ou un bon chef, car on est inatteignable, personne ne peut nous suivre, on marche seul devant.

A contrario, la faiblesse est une force.

Lorsque je suis faible et que je ne peux plus rien, je vais demander de l'aide et m'appuyer sur les autres : je laisse de la place à leurs talents, à leur manière de faire, je me relie à moi-même, à mes émotions, à mes limites que je reconnais... Je suis davantage moi et je m'accepte tel que je suis : j'arrête de jouer un rôle qui est épuisant. Je peux même me découvrir d'autres talents et je fais grandir la confiance en moi, dans les autres, dans mon couple.

Et surtout, si je me reconnais vulnérable et faible, je laisse Dieu venir à mon aide et grandir en moi.

C'est l'expérience du grand apôtre Paul que l'on retrouve dans la deuxième Epître aux Corinthiens, chapitre 12, versets 7 et suivants. Il raconte qu'il a eu des révélations mystiques extraordinaires. Il écrit : « Ces révélations sont tellement extraordinaires, que pour m'empêcher de me surestimer, j'ai reçu dans ma chair une écharde. Par trois fois j'ai supplié le Seigneur d'écarter de moi cette écharde, cette faiblesse. Mais le Seigneur m'a déclaré : "Ma grâce te suffit, car ma puissance donne toute sa mesure dans la faiblesse". » Si tu as besoin d'être sauvé, Dieu viendra te sauver. « C'est donc très volontiers que je mettrai ma fierté dans mes faiblesses, afin que la puissance du Christ fasse en moi sa demeure. C'est pourquoi j'accepte de grand cœur pour le Christ les faiblesses, les contraintes, les persécutions, les situations angoissantes, car lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort. »

La faiblesse est peut-être la porte d'entrée de la grâce.

Alors comment faire pour apprivoiser ses faiblesses, ses limites?

Ne pas en avoir peur, sans en faire étalage : les assumer sans avoir peur de les laisser filtrer.

- La première attitude est de prier. La prière véritable est une expérience de vulnérabilité, car je me tourne vers celui qui peut tout. Le psaume 129 dit : « Des profondeurs je crie vers toi Seigneur, Seigneur écoute mon appel. Que ton oreille se fasse attentive au cri de ma prière. »
- La deuxième attitude est de ne pas chercher la perfection. Le mieux est l'ennemi du bien, il faut parfois savoir dire stop, je ne peux pas tout faire, je ne peux pas être parfait. Il faut accepter d'avoir des défauts. Que les autres le sachent : j'essaie de m'améliorer, mais je ne

vais pas en faire une maladie. L'entourage peut m'aider à trouver mes angles-morts : ce que je ne vois pas en moi.

• Enfin, l'humour et le jeu sont importants pour ne pas se prendre au sérieux, pour ne pas avoir peur d'être vulnérable. Lorsque l'on joue, on redevient un enfant : on a le regard d'un enfant, on a la fragilité et la vulnérabilité d'un enfant... et en fait, on est très fort.

Joseph Folliet a écrit LES PETITES BÉATITUDES :

Bienheureux ceux qui savent rire d'eux-mêmes :

ils n'ont pas fini de s'amuser.

Bienheureux ceux qui savent distinguer une montagne d'une taupinière :

il leur sera épargné bien des tracas.

Bienheureux ceux qui sont capables de se reposer et de dormir sans chercher d'excuses : ils deviendront sages.

Bienheureux ceux qui savent se taire et écouter :

ils en apprendront des choses nouvelles.

Bienheureux ceux qui sont assez intelligents pour ne pas se prendre au sérieux : ils seront appréciés de leur entourage.

Heureux êtes-vous si vous savez regarder sérieusement les petites choses et paisiblement les choses sérieuses : vous irez loin dans la vie.

Heureux êtes-vous si vous savez admirer un sourire et oublier une grimace : votre route sera ensoleillée.

Heureux êtes-vous si vous êtes capables de toujours interpréter avec bienveillance les attitudes d'autrui même si les apparences sont contraires : vous passerez pour des naïfs, mais la charité est à ce prix.

Bienheureux ceux qui pensent avant d'agir et qui prient avant de penser : ils éviteront bien des bêtises.

Heureux êtes-vous si vous savez vous taire et sourire même lorsque on vous coupe la parole, lorsque on vous contredit ou qu'on vous marche sur les pieds : l'Evangile commence à pénétrer votre cœur.

Bienheureux surtout vous qui savez reconnaître le Seigneur en tous ceux que vous rencontrez :

vous avez trouvé la vraie lumière, vous avez trouvé la véritable sagesse.

Sainte Thérèse disait : « Je ne suis que ce que le Bon Dieu pense de moi. »

Dans la lettre 197, elle écrit à sa sœur Marie : « Ce qui lui plaît au Seigneur, c'est de me voir aimer ma petitesse et ma pauvreté. C'est l'espérance aveugle que j'ai dans sa miséricorde. Pour aimer Jésus, et être sa victime d'amour, plus on est faible et sans désir ni vertu, plus on est propre aux opérations de cet amour consumant et transformant : rester pauvres et sans force, voilà le difficile. Restons donc bien loin de tout ce qui brille, nous serons alors pauvres d'esprit et Jésus viendra nous chercher. Si loin que nous soyons, il nous transformera en flammes d'amour. Que je voudrais pouvoir faire comprendre ce que je sens. C'est la confiance, et rien que la confiance qui doit nous conduire à l'amour. »

« Seigneur je suis en ta présence, et me voici tel que je suis. Tu me connais mieux que moi-même : mes forces et mes faiblesses. Je te présente ce que je suis, tout simplement, comme un enfant. Je te fais confiance, je sais que tu ne me juges pas. Je t'offre en particulier ce qui ne me plaît pas en moi, ce avec quoi je me bats parfois, mes faiblesses, mes hontes, ma vulnérabilité. Apprends-moi à m'accueillir, à m'accepter comme tu m'accueilles, car c'est de là seul, que peut venir la grâce de la transformation, c'est de là que je peux commencer à grandir. Merci Seigneur de m'aimer comme je suis. »

55. TOUT COMME AVANT? - Pierre Aguila - 21 mai

« Y'aura du soleil sur nos fronts, et du bonheur plein nos maisons [...] On aura du temps pour rire et s'aimer [...] On aura nos dimanches / On ira voir la mer / Et nos frères de silence / Et la paix sur la Terre »...

En voilà des sirènes enchanteresses, en ces jours déconfinés bercés d'insatisfait et d'insatisfaisant – quand les cassandres alentour nous interdisent beaucoup en concédant un peu, nous autorisent un peu en contraignant beaucoup, nous laissent fantasmer qu'à l'horizon - renaissent tous les possibles, avant de déchirer nos illusions à la sirène d'une « deuxième vague » fort hélas très plausible...

Oui, face aux rafales de « liberté » qui déferlent soudain et nous ballotent, nous embrument et nous emboucanent, restons prudents, matures, responsables – patients, croyants, fidèles – au sens étymologique du terme : qui est empli de foi. Chacun. Ensemble.

Avec l'obéissance en étendard : comme les disciples du premier siècle – déjà élus à l'effusion pentecostale, mais à cette date égarés entre euphorie pascale et (sentiment de) chute à l'Ascension. Obéissance – même quand ça pique. Espérance, même quand ça tranche – avec l'atmosphère ambiante, avec l'air du temps, avec même – pourquoi pas – nos propres « états d'âme » (dans tous les sens du terme). Et constance, toujours – dans la jubilation, l'exultation, la revendication, mais aussi dans l'humilité, la fraternité, la charité.

- « Un monde nouveau, tu comprends ? » : je n'appelle pas la fin de l'Histoire, juste le début d'une nouvelle.
- « Rien ne sera plus jamais comme avant » : j'espère. Je prie. Nous pouvons tous faire mieux des choses meilleures dans nos vies : c'est juste un choix à faire et un engagement à tenir. David

Parole: « Va, et toi aussi, fais de même! » (Lc 10, 37).

Défi : continuer les bonnes habitudes prises pendant le confinement. Par exemple : mieux ou moins consommer, acheter local, communiquer en famille, être attentif aux plus fragiles, prendre un temps de prière, partager sa foi...

Comment ne pas perdre tout ce que nous avons entrepris de bon, de profitable, de précieux au cours de ces dernières semaines qui furent une immense épreuve ?

Comment en tirer parti ? Comment ne pas perdre ces trésors de solidarité, de partage, de générosité, de dévouement, d'attention aux autres et aux plus vulnérables ? Comment faire pour que tout ne recommence pas comme avant ? Comment ne pas vivre une récession de la charité, alors que l'on va connaître une récession économique majeure ?

C'est une question que posait le Père Cantalamessa le jour du Vendredi saint : « Nous ne devrons pas revenir en arrière. Lorsque ce moment sera passé, ne laissons pas passer en vain cette

occasion. Ne permettons pas que toute cette souffrance, tous ces morts, tout cet engagement héroïque du personnel médical ait été vain. C'est la récession que nous devons craindre le plus. Laissons à la génération qui viendra un monde plus pauvre en choses et en argent, mais plus riche en humanité. »

Au cœur de cette catastrophe qu'est l'épidémie mondiale, nous avons appris ou réappris tellement de bonnes choses : il ne faut pas repartir comme avant ! Si on regarde l'histoire du monde, comme les périodes d'après-guerre, il semble que l'homme ait cette faculté impressionnante d'oublier, de ne pas savoir tirer profit.

Il y a deux attitudes possibles :

- C'est fichu, c'est toujours pareil, inutile de se fatiguer : on va reprendre comme avant, c'est irrémédiable.
- Je ne me résigne pas, je cherche une solution.

Repartons dans notre manuel, la Bible, avec la parabole du bon Samaritain (Luc 10, 30-37).

Un pauvre bougre est massacré par des bandits sur la route entre Jérusalem et Jéricho. Le texte dit qu'il est même à demi mort. Et un prêtre passe, puis un lévite : ils ne s'arrêtent pas. Ils sont sans doute trop pris par leurs affaires. Passe enfin un Samaritain, pas forcément bien vu des deux précédents. « Le samaritain vit l'homme à demi mort et fut saisi de compassion. Il s'approcha et pansa ses blessures en y versant de l'huile et du vin, puis il le chargea sur sa propre monture, le conduisit dans une auberge et prit soin de lui. Le lendemain, il sortit deux pièces d'argent, et les donna à l'aubergiste en lui disant : "Prends soin de lui et tout ce que tu auras dépensé en plus, je te le rendrai quand je repasserai". »

Cette pandémie nous a rendus plus sensibles aux besoins et aux souffrances des autres : nous nous sommes arrêtés de temps en temps pour appeler une personne seule, donner du temps à quelqu'un qui était dans le besoin. Il y a eu des millions d'actes de charité, de compassion. Les gestes de charité ont décuplé. Pour beaucoup, il s'est produit une révélation du prochain. Beaucoup se sont arrêtés pour donner du temps aux autres, mais aussi à eux-mêmes. Chacun a fait ce qu'il a pu avec ce qu'il est. Tout comme le bon Samaritain qui donne les premiers secours au pauvre bougre et l'emmène là où il sera bien pris en charge (il ne se débarrasse pas du problème : il dit qu'il repassera et qu'il paiera). Et qu'a fait le bon Samaritain après ? Que ferons-nous après ? Le bon Samaritain a sans doute fait la même chose avec d'autres, car il a vu sa joie grandir : il a plus de joie à donner qu'à recevoir.

Dans l'histoire du bon Samaritain, celui qui demande à Jésus : « Mais qui est mon prochain ? » reçoit cette réponse : « Va, et toi aussi, fais de même. »

Il ne faut pas avoir peur d'aller de l'avant, ne pas attendre que la société change après cette pandémie. La situation risque fort de redevenir comme avant. Il est difficile, et même rare, qu'une société tire les leçons des épreuves. C'est ainsi. Même si nous pouvons toujours espérer quelques changements. Mais toi, moi, chacun, pouvons faire quelque chose. C'est ce que dit Jésus : chacun selon ses capacités, avec ses talents, ses forces...

Le « toi aussi » de Jésus est très concret, ce sont des actes.

Nous ne pouvons pas changer les autres, mais nous pouvons nous changer nous-mêmes : nous pouvons agir autrement, changer quelques habitudes. Chacun de nous peut contribuer à ce que cette épreuve n'ait pas servi à rien. Il faut commencer par soi et ne pas se décourager.

Mais comment pouvons-nous faire face à ce courant qui va reprendre ? Je pense à Mère Térésa répondant aux personnes qui lui disaient : « Face à l'ampleur de la misère du monde, ce que vous faites ne sert à rien, car vous ne vous attaquez pas aux racines des problèmes. » Sa réplique : « Nous savons que ce que nous accomplissons n'est qu'une goutte d'eau dans l'océan. Mais si cette goutte n'existait pas dans l'océan, elle manquerait. » Elle dit encore : « Je ne considère jamais les masses comme ma responsabilité, je regarde l'individu. Je ne peux aimer qu'une seule personne à la fois, alors j'ai commencé. J'ai pris une personne, et si je ne l'avais pas ramassée je n'en aurais pas ramassé 42000. La même chose vaut pour vous, dans votre famille, dans votre église : commencez juste. » Ces paroles peuvent chasser en nous le découragement ou le pessimisme : elles nous invitent à l'action pour que je ne laisse pas l'individualisme, le consumérisme, le matérialisme me dicter ce que je dois faire. Cette histoire du bon Samaritain peut énormément nous aider, il y en a beaucoup d'autres dans la Bible : je vous invite à la lire.

Mais nous le savons, les bonnes résolutions ne tiennent pas longtemps... Alors Jésus nous donne encore un secret.

Juste au moment de monter au ciel - aujourd'hui c'est la fête de l'Ascension – Jésus nous fait la promesse (Ac 1, 8) qu'il y aura une personne qui sera toujours avec nous pour nous donner la force de vivre l'Evangile, la lumière de témoigner de cet Evangile !

Cet ami est l'Esprit Saint.

Alors pour que nous ne connaissions pas une récession de la charité et parce qu'il ne faut pas attendre demain, car nous n'avons qu'aujourd'hui, je vous propose de décider, là tout de suite, quelles bonnes choses garder de cette période de confinement. Relisez ces deux mois écoulés, repérez ce que vous avez appris, et décidez un « changement bon Samaritain ». Et si vous êtes croyants, n'oubliez pas de demander chaque jour l'aide du Saint-Esprit.

« Jésus je te remercie pour tout ce que tu m'as appris au cours de cette tempête. Je suis peut-être tenté de me décourager en voyant que le monde a du mal à tirer les leçons de cette pandémie. Mais je sais que tu comptes aussi sur moi, même si je suis pauvre et fragile. Tu comptes sur chacun d'entre nous pour contribuer à un monde plus fraternel, plus soucieux de son prochain et particulièrement des plus démunis. Père très saint, en communion avec tous ceux qui ne se résignent pas et veulent s'engager dans cette direction, je t'offre cette journée de mission pour qu'avec la force de l'Esprit Saint et l'aide de Marie je sois un ardent collaborateur du Christ, bon Samaritain pour l'humanité. Amen. »

56. RECONQUERIR SA LIBERTE – Lionel Dalle - 23 mai

Bientôt 15 jours que nous sommes libérés. Libérés, certes, mais pour autant sommes-nous libres ? Et qu'est-ce que la liberté ?

Pfiouh! On dirait un sujet du bac. C'est le père Lionel qui s'y colle pour nous apporter ses lumières sur le sujet.

Depuis deux semaines, on observe les groupes se former entre les je-m'en-foutistes, les mégainquiets, les hyper-légalistes, les toujours-confinés, les économistes-consommateurs parce que « faut bien que ça reparte », chacun étant persuadé d'être dans le vrai et s'exaspérant parfois de n'être pas suivi. Faites comme moi, enfin !! En pleine neuvaine à l'Esprit Saint, comment ne pas penser précisément que c'est l'Esprit de liberté que nous devons attendre, Lui qui permet à chacun d'être l'unique que Dieu veut ici et maintenant, appelé à participer symphoniquement au bien commun ? Un orchestre où les cuivres obligeraient tous les instruments à devenir cuivre deviendrait une fanfare. Attention, c'est festif une fanfare, hein, mais au bout d'un moment ça lasse. Et puis ça n'offre pas les possibilités d'un orchestre.

À l'Ascension, les apôtres n'avaient toujours rien compris alors qu'ils avaient vus le Christ ressuscité. C'est à la Pentecôte que tout s'éclaire. Alors patience, mais dans 8 jours, pas de blague : viens Esprit Saint ! Bon week-end, les matelots en escale, on est ensemble ! Matthieu

Parole: « Là où l'Esprit du Seigneur est présent, là est la liberté » (2 Co 3, 17).

Défi : se lancer dans une nouvelle habitude qui est bonne pour soi : sport, marche, lecture, prière...

Cette vidéo veut nous apprendre à reprendre progressivement une vie « normale », même s'il y a toujours les gestes barrières à respecter, les précautions à prendre.

Il est probable que le confinement ait fait réapparaître d'anciennes mauvaises habitudes ou qu'il en ait créé de nouvelles.

C'est compréhensible et c'est probable, car nous avons affronté une situation difficile - qui n'est pas finie - générant du stress et des peurs. Cette période a perturbé notre rythme habituel et a changé notre rapport aux autres puisque nous avons été confinés à plusieurs, ce qui peut être ardu à vivre, ou, au contraire, nous nous sommes retrouvés isolés, situation tout aussi éprouvante à traverser. Cela n'est donc pas étonnant qu'il y ait eu dans notre vie des mauvais effets.

Quels sont-ils ? La sensation de fatigue, donc une moindre efficacité dans le travail (professionnel ou à la maison) ou bien nous pouvons être moins maîtres de nous-mêmes. Et nous adoptons des attitudes de fuite : procrastination (remettre à demain) ; compensation par des excès de consommation de nourriture de vidéos, d'actualités, d'alcool, de cigarette.

Toutes ces conduites s'expliquent par la recherche d'une réduction de notre stress, de l'instabilité qu'il y a autour de nous. Je vais me comporter sur un mode « autruche » (c'est l'image de cet oiseau qui met la tête dans le sable) : je vais consommer (nourriture, télévision, etc.) afin de cacher mon angoisse Cette attitude n'est pas une vraie solution parce que mon anxiété est toujours là. Je ne suis pas dans la paix, car ce sont des palliatifs qui apportent une détente passagère, ce qui me permet d'oublier un peu mon stress quotidien.

Aujourd'hui, on va voir comment il est possible de retrouver sa vraie liberté, la maîtrise de soimême, qui donne la vraie paix. Attention, en cas de dépendance forte, il serait utile de s'adresser à un spécialiste. Cette vidéo ne pourra pas tout résoudre. Il n'y a pas de honte à avoir, mais c'est au contraire une preuve de maturité que de dire que l'on a besoin d'aide.

La liberté n'est pas une absence de contraintes extérieures, mais plutôt une liberté intérieure donnant un dynamisme qui me permet de m'engager sur le meilleur chemin pour moi. La liberté se déploie lorsque je pose des bons choix et elle se détruit elle-même lorsque je prends des chemins qui me rendent esclave. La liberté est une faculté qui nous est donnée, mais elle peut grandir et se développer dès que je deviens moi-même, que je maîtrise ma vie, que je pose des bons choix. Au contraire, elle va diminuer, se rétracter lorsque je perds la maîtrise de moi-même, que je fais des mauvais choix qui me rendent dépendant. Comme le confinement nous a tous un peu mis à mal, on a un travail à faire pour reprendre la maîtrise de soi.

Quatre conseils pour retrouver notre vraie liberté, notre paix intérieure (en lien avec les vidéos sur la liberté).

- Être miséricordieux avec moi-même. Nous vivons une période difficile, ce n'est pas la peine d'y ajouter de la culpabilité : « je suis nul, je ne sais rien faire, c'est de ma faute ». Nous avons fait ce que nous avons pu, en réussissant certaines choses et d'autres moins. Nous avons fait au mieux. L'objectif est de travailler et de nous reprendre en main. Cela prend du temps, c'est un travail qui nécessite des efforts, il n'y a pas de pilule magique. C'est être plutôt être sur un chemin. Il faut donc être miséricordieux avec soi-même pour l'être avec les autres. Dieu, miséricordieux, nous dit que tout n'est pas parfait, que cela n'est pas grave : il s'agit de déposer les fouets, les bâtons et ensuite essayer de nous améliorer. Vous pouvez vivre la confession. Si vous en avez l'habitude, c'est le moment. Les prêtres sont de nouveau disponibles. Si vous n'en avez pas l'habitude, le principe c'est de donner à Dieu tous vos échecs, tout ce que vous avez fait et qui n'était pas bon, en les disant au prêtre. Et vous recevez la miséricorde de Dieu! Vous pouvez essayer, c'est très libérant, c'est comme un nouveau départ.
- Arracher les mauvaises habitudes. Avec le confinement, des ronces ont poussé. Il faut prendre conscience de ce laisser-aller dans notre jardin. On peut d'abord faire une liste de mauvaises habitudes qui ont été prises pendant le confinement. Puis, il faut discerner par quoi commencer, car je ne pourrai pas tout régler en un seul coup : ne pas choisir par le plus difficile, mais par ce qui va m'aider à reprendre le dessus. La nature ayant horreur du vide, il faut que j'arrache une mauvaise habitude pour la remplacer par une bonne. C'est-à-dire identifier ce que je faisais antérieurement quand ça allait bien et comment je procédais... et refaire comme je le faisais à ce moment-là. Une bonne habitude cela peut être aussi un temps de prière, de sport, de lecture...
- Développer des bonnes routines. C'est utiliser la force de l'habitude à mon avantage. Ma volonté n'est pas toujours au top et avec le confinement je peux manquer de force : faire une bonne chose me demande un effort. L'idée est de l'ancrer dans une habitude, dans une routine pour qu'elle ne soit pas ponctuelle. Les routines créent la stabilité, laquelle réduit l'anxiété, et entraîne la paix et la solidité dont on a besoin quand on est perturbé dans un monde où tout change. Un étape très importante : le démarrage de ma journée influencera toute ma journée. Créer une routine au lever ? Cela peut être : ne pas prendre mon téléphone - que j'aurai laissé hors de la chambre -, mais ouvrir la Bible, lire la Parole dont je vais méditer un passage qui me plaît. Puis je me lève, je peux sauter sur place pour me donner de l'énergie, boire un verre d'eau, ensuite prendre ma douche, et ma journée commence. J'adopte ce même rythme chaque matin. Et après quelques jours, quelques semaines, l'habitude s'est enracinée. Un autre exemple pour le coucher : j'ai du mal à me mettre au lit tôt, je traîne en regardant des vidéos, je consulte mon téléphone. Donc décider du moment où j'éteins ma télévision, mon ordinateur, etc. On peut finir sa journée avec la Parole de Dieu, tout comme on l'a commencée avec la Bible. Créer également une routine pour établir une rupture entre le travail et la vie de famille : par exemple profiter du temps de transport après la journée professionnelle pour couper le lien avec le travail. En télétravail, ce temps de transport peut être remplacé par une promenade. Ou créer une autre routine dans cet objectif. Idem pour le sport : réserver un jour, un horaire, et s'y tenir. Il s'agit de créer moi-même ma routine, et de ne plus me poser de questions, car l'habitude me permettra de ne pas être dans l'effort.
- Où en suis-je dans ma relation à Dieu ? La vraie liberté et la vraie paix proviennent de Dieu. Avec le confinement, cela a peut-être été difficile : je n'ai pas réussi à maintenir ma prière,

peut-être même que je ne fais jamais de prière, car je ne sais pas faire. Or c'est dans le contact avec Dieu que je me régénère, que je trouve le vrai repos, que je construis ma vraie liberté et que je deviens moi-même. Je vous conseille de créer une routine de prière, de méditation : un moment où je m'arrête, je me mets dans le silence, je prends la Parole de Dieu, je me tourne vers le Seigneur. J'essaie de le faire chaque jour. Si vous n'avez pas l'habitude de prier : commencez par un temps très court, quelques minutes, toujours à la même heure et ainsi créer une routine.

C'est donc le temps de reprendre en main ma vie. Je le fais avec miséricorde (pas de fouet ni bastonnade sur moi-même) : je prends conscience des ronces trop envahissantes et je décide de les arracher en les remplaçant par de bonnes choses. Je crée une routine pour reprendre la main, et enfin je nourris mon contact avec Dieu, qui est la source de la paix et de la joie.

« Seigneur Jésus, nous voulons te présenter aujourd'hui tous les lieux où nous entretenons de mauvaises habitudes, où on a un peu lâcher prise, où on s'est un peu laisser-aller. Aujourd'hui, tu viens nous redonner de la force, tu viens reprendre les choses en main. Donne-nous de voir clair, de savoir par où commencer, donne-nous l'idée, la force, l'ingéniosité, la créativité pour que nous puissions créer des petites habitudes qui vont nous aider à en créer de bonnes et de grandes. Seigneur, sans toi nous ne pouvons rien faire, nous sommes faibles, viens nous donner ta grâce. Viens à notre aide. Amen. »

57. CROIRE QUE C'EST POSSIBLE - Benoît Moradei - 26 mai

Éclosion, émergence, évolution, métamorphose, mue, nymphose... Transfiguration, même, pourquoi pas – c'est arrivé une fois : végétale ou animale, s'il est une chose dont la Vie n'est pas avare, c'est de changement, de mutation, de *transformation*.

Nous ne sommes tous, au final, que la somme de tout ce que nous sommes, de tout ce que nous avons échoué à être (ou choisi de ne pas être) et de ce que nous sommes appelés à devenir. La vérité du moment n'est pas celle du suivant, non plus que celle du précédent. Et personne n'est figé dans ce qu'il est aujourd'hui : à chaque heure de nos lumières ou de nos ténèbres, demain se projette déjà sur un horizon invisible.

Nous sommes capables de tout, parce que nous portons en nous ce tout, cet infini de possibles qu'Il nous a confié par la naissance et qui nous habite à jamais.

Oui, vraiment, tout est possible à qui le veut bien – c'est la leçon des Évangiles, à apprendre, ânonner et répéter jusqu'à la faire nôtre ; jusqu'à s'en faire chair.

À ce propos, <u>ce chant en italien</u> me touche particulièrement (traduction libre) :

Et nous irons et nous annoncerons

Qu'en Lui tout est possible [...]

Parce que nous avons entendu Sa Parole

Parce que nous avons vu des vies changer

Parce que nous avons vu l'amour triompher

Voilà (bien) résumé le rêve qu'Il a posé sur nous : à nous de l'endosser – et de le vivre pleinement. David

Parole: « Avance au large, et jetez vos filets pour la pêche » (Lc 5, 4).

Défi : écrire sous la parole « Tout est possible à celui qui croit » (Mc 9, 23) la liste des victoires remportées pendant le confinement, puis celle des défis des prochaines semaines.

On raconte qu'un jour, une course de grenouilles est organisée. Les batraciens devaient atteindre le sommet d'une tour, et les gens venaient de partout pour voir cette course : très peu croyaient qu'elles y parviendraient. Certains disaient : « Pauvres bêtes, comment voulez-vous qu'elles y arrivent ? C'est trop haut, c'est trop dur ! Elles sont si petites. » La course démarre et les grenouilles se mettent peu à peu elles-mêmes à douter car elles entendaient, le long du chemin, les gens répéter : « Quelle pitié, c'est une tristesse de les voir avancer si doucement. Elles vont mourir d'épuisement... » L'effet ne se fit pas attendre et les grenouilles arrêtèrent les unes après les autres... Toutes ? Non, on vit une petite grenouille continuer seule et parvenir au sommet. Lorsqu'elle redescend, une des concurrentes s'approche et lui demande comment elle a fait pour y arriver. Elle découvre alors que la gagnante est sourde ! C'est une très belle histoire sur ce que nous mettons en place, ou pas, pour réussir ou pour échouer. Marcel Pagnol disait : « Tout le monde savait que c'était impossible. Il est venu un imbécile qui ne le savait pas, et il l'a fait. »

Nous ne sommes pas forcément des héros, peut-être un peu idiots. Nous avons peut-être l'impression d'être une grenouille, un batracien ou un manchot. Le plus grand obstacle dans cette histoire, ce n'est pas notre capacité ou notre incapacité (car notre vulnérabilité peut être une force nous le savons), mais ce sont nos fausses croyances, nos doutes, ces voix intérieures ou extérieures qui disent que nous n'y arriverons pas, que nous ne nous en sortirons pas, que ce sera trop dur, trop difficile... Attention à ce que nous entendons, à ce que nous lisons, à ce que nous nous disons! Et si nous doutions de nos doutes ? Et si nous nous appuyions sur notre foi : « *Tout est possible à celui qui croit* » (Mc 9, 23) ?

J'aimerais vous donner trois éléments à bien avoir en tête pour que nous affrontions ce que nous devons affronter, pour que nous réussissions notre Traversée de la vie.

- Prendre son temps. Ne pas être trop pressé, le temps est un allié et non un obstacle. Regardez la nature qui sans cesse naît et renaît. On a tendance à vouloir aller trop vite. Quelqu'un disait : « On surestime ce que l'on peut faire en un an, mais on sous-estime ce que l'on peut faire en cinq ans. » Attention au coup de foudre, car Dieu prend son temps, il a l'éternité devant lui... mais nous aussi après tout ! Il y a des objectifs qui nous paraissent inatteignables, mais nous nous rendons compte que jour après jours, pas après pas, nous y sommes arrivés. Parfois, en un instant, on fait des pas de géants et on atteint le but que l'on croyait trop loin. Regardez l'hiver : apparemment il ne se passe rien, et tout à coup, en quelques jours au printemps tout renaît.
- L'importance de se relier aux autres. Ne pas rester seul. On a tendance à aller trop vite, mais aussi trop seul, d'être trop individualiste. On dit : « Tout seul on va plus vite, mais ensemble on va plus loin. » C'est l'image d'une cordée. Et vous, qu'elle est votre cordée ? A qui pouvez-vous vous raccrocher ? Avec qui pouvez-vous continuer La Traversée ? Qui puis-je rejoindre, quel est mon groupe ? Cela peut être la famille, des amis, la paroisse, mon église, ma communauté que je ne connais pas vraiment, mais pourquoi pas : y aller et frapper à la porte. Cela peut-être un ami, un parent, un père spirituel : quelqu'un qui nous encourage ; on a besoin d'encouragements sur le chemin. Je pense à cette histoire d'un papa qui emmène son fils à un match de football. Il est dans les gradins pendant que son fils joue et marque un but. « Bien joué !!! », crie-t-il. Puis le fils fait une autre tentative, mais manque le but. « Bien

essayé !!! », crie alors son papa. Dans la vie, soit on réussit soit on apprend. Nous pourrions entrer dans cette forme d'encouragement les uns pour les autres.

Oser rêver et oser rêver grand. Je parle de désir profond, d'appel profond, pas de caprice. Ce rêve peut nous paraître impossible à réaliser : trop loin, trop dur, trop cher... est-on sûr à 100% que ce rêve est vraiment impossible ? Non! Même s'il n'y a qu'1%, allons-y! Cela ne se passera peut-être pas comme je le voudrais, au moment où je le voudrais, mais avec l'aide de Dieu et des autres, ma propre implication, pourquoi cela n'arriverait-il pas ? Rien n'est impossible à Dieu! Bien sûr, on fait ce que l'on peut, mais Dieu fera le reste : c'est ce que l'on a testé pendant cette Traversée! Nous n'imaginions pas avec le père Lionel, le père Pierre et toute l'équipe les fruits qui émaneraient de cette traversée! Nous sommes forcément dépassés quand Dieu intervient.

Saint Ignace dit : « Agis comme si tout dépendait de toi, en sachant qu'en réalité tout dépend de Dieu : fais ce que tu as à faire, implique-toi, et fais confiance à Dieu qui agira. »

Le Pape Benoit XVI déclarait : « Chaque chrétien sait qu'il doit faire tout ce qu'il peut, mais que le résultat final dépend de Dieu. Cette conscience le soutient dans l'effort de chaque jour, et spécialement dans les situations difficiles. » Il faut donc oser y croire : « Yes you can, yes we can ! », et ne pas écouter les croyances limitantes.

Voici l'exemple de saint Philippe Néri, fêté aujourd'hui le 26 mai, et fondateur de l'Oratoire. Il arrive à Rome à l'âge de 19 ans, dans une ville totalement ruinée où les armées de Charles Quint (quelques années auparavant) ont tout brûlé et saccagé. Et soixante ans après, à la mort de saint Philippe Néri, Rome est totalement convertie. Il a été appelé « le second apôtre de Rome », après saint Pierre lui-même. Son rêve s'est réalisé : aimer Dieu, le faire aimer, et vivre comme les premiers chrétiens.

Voici aussi sainte Thérèse de Lisieux qui écrivait combien elle sentait en elle-même de nombreuses vocations.

Voici ce qu'elle disait : « Je veux être carmélite ô Jésus, je sens aussi en moi d'autres vocations de guerrier, de prêtre, d'apôtre, de docteur, de martyr. Enfin, je sens le besoin et le désir d'accomplir pour toi Jésus, toutes les œuvres les plus héroïques. Je sens en moi la vocation de prêtre, et malgré ma petitesse, je voudrais éclairer les hommes comme les prophètes, les docteurs. J'ai la vocation d'être apôtre, parcourir la terre, prêcher ton nom, planter sur le sol infidèle ta Croix glorieuse. Mais une seule mission ne me suffirait pas, je voudrais en même temps annoncer l'Evangile dans les cinq parties du monde et jusque dans les îles les plus reculées. Je voudrais être missionnaire, non seulement pendant quelques années, mais je voudrais l'avoir été depuis la création du monde, et l'être jusqu'à la consommation du monde ! Et je voudrais par-dessus tout mon bien-aimé, verser mon sang pour toi. Ô mon Jésus, de toutes mes folies que vas-tu répondre ? Y a-t-il une âme plus petite, plus impuissante que la mienne ? Cependant, et à cause même de ma faiblesse, tu t'es plu Seigneur à combler mes plus petits désirs enfantins, et tu veux aujourd'hui combler d'autres désirs plus grands que l'univers. »

Elle se demande comment elle va faire, elle cherche dans la Bible, elle trouve sa réponse dans le chapitre 13 de la première Epître aux Corinthiens (l'hymne à la charité), qui explique que la charité embrase toutes les vocations. Elle se dit alors : « Dans l'Eglise, ma mère, je serai l'amour, je serai la charité. J'ai à aimer, et lorsque j'aimerai, j'embraserai toutes ces vocations et mes désirs les plus fous seront réalisés. »

J'ai envie de vous dire : « Courage, prenez votre temps, entourez-vous et laissez jaillir vos rêves. »

Dans l'Evangile selon saint Luc au chapitre 5, Jésus commence à peine sa mission et il est au bord du lac de Galilée en train de prêcher. La foule se presse autour de lui et il sent à un moment qu'il doit se reculer et faire quelque chose. Il voit deux barques au bord du lac, les pêcheurs en sont descendus et lavent leurs filets. Jésus monte dans l'une d'elles et demande à Simon Pierre de s'éloigner un peu du rivage et, de là, il continue d'enseigner. Quand il a fini de parler, il dit à Simon-Pierre : « Avance au large, et jetez vos filets pour la pêche. » Simon lui répondit : « Maître, nous avons peiné toute la nuit sans rien prendre. » Il faut se souvenir que Simon est le patron de la barque, Jésus s'invite et lui donne un ordre ; Simon-Pierre pourrait être étonné et refuser. Mais au contraire il lui répond : « Sur ta parole, je vais jeter les filets. » « L'ayant fait, ils capturèrent une telle quantité de poissons que leurs filets allaient se déchirer » (Lc 5, 6).

Ce texte est extrêmement fort. Ce n'est pas pour rien que le pape Jean-Paul II l'a choisi pour entrer dans le deuxième millénaire : « Nous sommes dans une nouvelle étape de notre vie. Gardez cette phrase gravée dans vos cœurs "avance au large " : elle nous invite avec gratitude à faire mémoire du passé, à vivre avec passion le présent et à nous ouvrir avec confiance vers l'avenir... car "Jésus Christ est le même, hier, aujourd'hui, demain et à jamais" (He 13, 8). »

Alors « avançons au large » et n'ayons pas peur le moment venu de jeter les filets. Nous serons sans doute dépassés par les effets de notre confiance, de notre audace, de notre foi.

« Seigneur je te confie ce temps qui s'ouvre devant moi, toutes mes inquiétudes, toutes mes objections, mes peurs, mes doutes sur moi-même sur ma situation, sur l'avenir. Je sais qu'avec toi rien n'est impossible. Aide-moi à entrer dans une vraie patience, une vraie confiance ; à être relié aux autres et ne pas avancer seul. Mets sur ma route des personnes qui pourront m'aider et que je pourrai aider. Seigneur, aide-moi à rêver, à comprendre les appels que tu me fais, à avoir le courage d'avancer avec audace, confiance et humilité. Amen. »

58. UNE FLAMME POUR CHACUN! - Pierre Aguila - 28 mai

Des trois personnes de la Trinité, je ne vous cache pas que l'Esprit Saint est celle qui me touche le plus – peut-être parce que, au contraire du Père et du Fils, j'ai fait l'expérience de sa manifestation à bien des reprises lorsque je l'invoquai, comme une présence visible, sensible, presque sensuelle.

C'est d'abord lui qui comble : à qui demande, il donne. À celui qui s'épuise, le repos ; à celui que les feux (de la colère, de la haine ou de l'épreuve) consument, la fraîcheur ; à celui qui souffre, le réconfort. Il est bon, doux et aimant. Son feu ne s'éteint jamais : même quand ma petite flamme intérieure vacille, il sait la raviver, la faire rejaillir et danser au vent de son souffle.

C'est lui, encore, qui inspire. Cette Traversée tout entière, c'est lui qui l'a conçue *en nous*, nous en a fait les instruments *pour vous*, et nous a donné la force de la porter – je l'en bénis chaque jour, tout comme je vous bénis d'être montés à bord.

C'est lui, enfin, qui perfectionne et qui parfait. Le Beau, le Bon, le Vrai : il règne en ces royaumes tout au creux de nos âmes.

Alors à l'approche de la Pentecôte, implorons-le, invitons-le, accueillons-le : là où souffle l'Esprit, laissons-le nous guider.

David

Parole : « Combien plus le Père du ciel donnera-t-il l'Esprit Saint à ceux qui le lui demandent ! » (Lc 11, 13).

Défi : prier l'Esprit Saint en lui demandant plus particulièrement un de ses sept dons – force pour traverser une épreuve, conseil avant de prendre une décision, sagesse avant un appel difficile, piété lors d'un désert spirituel, science pour vivre sa journée dans la gratitude... En panne d'inspiration, (re)lire les catéchèses du pape François sur les sept dons de l'Esprit Saint : sagesse, intelligence, conseil, force, science, piété, crainte.

Les résolutions que nous avons prises après ce confinement seront peut-être dures à tenir. Jésus nous a promis qu'il nous enverra l'Esprit Saint pour nous aider. C'est de l'Esprit Saint que j'aimerais vous parler. J'ai bien conscience que tous ceux qui suivent La Traversée ne sont pas forcément croyants. Mais je vous invite tous à écouter, ne serait-ce que par curiosité, et même si l'on ne croit pas en Dieu. Et pour les chrétiens, celui dont je vais parler n'est pas toujours facile à aborder, à appréhender.

Jésus nous a fait une promesse que l'on retrouve de nombreuses fois dans la Bible.

Je vous lis quelques passages :

- Jésus dit : « [...] il vaut mieux pour vous que je m'en aille, car si je ne m'en vais pas, le Défenseur ne viendra pas à vous. Mais si je pars, je vous l'enverrai » (Jn 16,7). J'imagine toujours la tête des apôtres dans ces moments-là : ils ont vécu ensemble, ils ont vu les miracles de Jésus ... alors quand il annonce que le Défenseur va venir, ils doivent se dire qu'il doit être génial, fantastique, pour que cela vaille le coup que Jésus s'en aille.
- Jésus présente le Défenseur (en grec parakletos, para, « à côté » et kletos, « appeler ») : « Moi je prie le Père, il vous donnera un autre Paraclet qui sera pour toujours avec vous » (Jn 14, 16). Cette personne est donc avec nous pour toujours.
- En Jésus dit que c'est une personne très surprenante qui est comme le vent : « Le vent souffle où il veut, et tu en entends le bruit ; mais tu ne sais d'où il vient, ni où il va. Il en est ainsi de tout homme qui est né de l'Esprit » (Jean 3, 8). En 2008 Benoît XVI dit aux jeunes : « Pour de nombreux chrétiens, Il est encore le grand inconnu. »

Cette personne est, vous l'avez compris, l'Esprit Saint qui nous a été donné avec force le jour de la Pentecôte, il y a 2000 ans.

C'est ce que l'on va revivre de façon mystérieuse ce dimanche. Mais l'Esprit Saint continue à venir : cette promesse que Jésus a faite n'est pas que pour les apôtres, mais pour tous, pour vous ! Pierre, le jour de la Pentecôte, dans sa première prédication dira : « Cette promesse est pour vous, pour vos enfants et pour tous ceux qui sont au loin » (Ac 2, 39). Et sans vous raconter ce que j'ai vécu, je vous garantis qu'accueillir l'Esprit Saint, vivre avec lui, ça change vraiment tout ! C'est un peu comme le vent dans les voiles d'un voilier : avec le vent dans les voiles, ça va beaucoup mieux, on avance plus vite. Ça n'est pas toujours facile, mais cela aide énormément. D'ailleurs si Jésus nous l'a promis, c'est que l'on en a vraiment besoin.

Dans la Bible, on en parle de la première à la dernière page. C'est magnifique de voir l'Esprit Saint en action. Malgré tout, on a du mal à l'appréhender, il ne s'est pas incarné. On voit surtout ses effets. Dans la Bible, il y a toutes sortes d'images pour parler de l'Esprit Saint : « l'eau qui rafraîchit, qui désaltère », « le feu qui réchauffe », « le vent qui fait avancer », « la lumière qui éclaire nos pas », « l'huile qui fortifie », « la colombe qui indique la direction ». Ce ne sont que des images qui nous aident un peu à mieux comprendre, mais l'Esprit Saint n'est ni un feu de camp, ni un cours

d'eau, ni un courant d'air, ni un pigeon ! Il est une personne, il est la troisième personne de la Sainte Trinité.

Quelques mots sur la Sainte Trinité.

Dieu est Amour, amour parfait. L'Amour parfait unit parfaitement : donc Dieu peut être un seul en trois !!! 3x1=1 ce sont les mathématiques de Dieu ! Comme II est Amour, il peut être un seul Dieu. On ne croit qu'en un seul Dieu, (nous ne sommes pas polythéistes), mais un Dieu en trois personnes divines. Et parmi ces trois personnes divines, il y a l'Esprit Saint, dont on parle assez peu finalement. On le redécouvre aujourd'hui, et je ne me lasserai jamais de faire de la pub pour le Saint-Esprit (j'ai écrit un petit livre de vulgarisation pour mieux connaître cet ami). Dans le Credo, à la messe, on le dit : « ... avec le Père et le Fils, Il reçoit même adoration et même gloire ! » Je me suis souvent demandé si, dans ma vie, le Saint-Esprit recevait vraiment « même adoration et même gloire ». Il n'y a pas de jalousie dans la Trinité, mais c'est seulement le fait de réaliser que nous perdons quelque chose en n'ayant pas conscience de la présence du Saint-Esprit en nous. Mais rassurez-vous, il est discret, et même si vous n'étiez pas conscients jusqu'à aujourd'hui de sa présence, il agit dans vos vies, il vous guide, il vous illumine de sa lumière et de sa force ! Mais en prendre conscience, cela change beaucoup de choses.

Il ne s'agit pas d'abord de spiritualité. Cela peut vous sembler bizarre : Esprit Saint / spiritualité ? Oui bien sûr : Il est l'âme de mon âme, Il est l'âme de l'Eglise ! Mais Il est là dans ma vie quotidienne et l'un des grands défis de la vie dans et avec le Saint-Esprit c'est que l'Esprit soit mon ami, que je l'accueille dans ma vie la plus quotidienne, et pas seulement à la paroisse, ou quand je vais prier, mais à tout moment, même lorsque je ne pense pas à lui.

Et la question de fond qu'il faut aujourd'hui se poser est : « Par qui ou par quoi voulons-nous nous laisser guider ? »

Est-ce que je veux me laisser guider par mes pulsions, mes sentiments, mes impressions, mes idées, par l'air du temps, par ce que j'entends, par la dictature de la pensée unique ? Ou est-ce que je décide de me laisser guider par l'Esprit de Dieu, l'Esprit Saint, qui me révèle ma véritable identité d'enfant de Dieu ? Est-ce que je veux vivre à la hauteur de ma dignité d'enfant de Dieu ? Est-ce que je veux laisser l'Esprit Saint souffler sur toute ma vie, sur tous les domaines de ma vie, lui qui permet d'unifier toute ma vie ? C'est le grand défi de ceux qui croient et pour tous ceux qui entendent ce message, car la promesse est pour tous !

Mais concrètement, comment connaître et vivre cette relation avec le Saint-Esprit?

Le Père Cantalamessa, qui est prédicateur de la maison pontificale au Vatican, dit qu'il y a deux grandes sources de connaissances du Saint-Esprit (connaissance biblique : au sens d'amour, on vit une relation avec le Saint-Esprit) : la Révélation, c'est-à-dire la Parole de Dieu transmise par la tradition vivante de l'Eglise (c'est notre manuel, la Bible), et l'expérience au sens fort du terme.

Pour connaître davantage l'Esprit Saint et vivre en lui et de lui, il faut continuer à scruter la Parole de Dieu et en même temps s'ouvrir à sa présence.

C'est peut-être ça le plus difficile, car il y a plusieurs conditions :

- En avoir un grand désir. Si je n'ai pas soif de Dieu, il ne me forcera pas.
- Prendre le temps. Savoir attendre, savoir être dans la prière : les apôtres ne savaient pas quand le Saint-Esprit allait venir.
- Parler simplement au Saint-Esprit, comme à une personne. Personnellement j'aime bien lui dire : « Saint-Esprit, comme tu veux, quand tu veux, autant que tu veux, je te donne carte

blanche. » Parce que je sais qu'avec le Seigneur je ne serai jamais déçu, il ne veut que mon bien, même si c'est vrai qu'il m'emmène parfois là où je ne voudrais pas aller. Et surtout, je n'attends pas toujours de sentir ses effets : on ressent parfois très fortement la présence de Dieu, mais quoi qu'il en soit, IL EST LÀ. C'est vraiment une question de foi. N'oublions jamais que le Saint-Esprit nous est donné pour mieux connaître Jésus, pour mieux l'aimer, le suivre, pour avoir la force d'aller jusqu'au bout et pour témoigner de lui. Nous ne sommes pas des disciples du Saint-Esprit, mais nous sommes des disciples de Jésus. Le Saint-Esprit nous rappelle ce que nous a dit Jésus pour que nous soyons des chrétiens dans la vie quotidienne.

Alors vous l'avez compris, le Saint-Esprit n'est ni automatique ni systématique. Il faut le demander, être des mendiants du Saint-Esprit.

Quand je l'accueille, je reçois dans ma vie - c'est un voyage, tout ne se fait pas en deux minutes une force nouvelle, un nouveau courage, une lumière nouvelle dans mes choix, dans ma vie. Une paix, une joie, mais aussi des charismes (lire la première Epître de saint Paul aux Corinthiens, chapitres 12, 13 et 14) qui sont des dons, des instruments donnés par le Saint-Esprit pour la croissance de l'Eglise, pour l'annonce de l'Evangile. C'est fondamental, car le Saint-Esprit ne se donne pas à nous simplement pour notre confort et notre bien-être. Il se donne pour que nous ayons la force de faire connaître ce merveilleux Jésus, qui est le seul et l'unique sauveur du monde. Une des toutes dernières paroles de Jésus : « Vous allez recevoir une force. Quand le Saint-Esprit viendra sur vous, vous serez alors des témoins dans Jérusalem, dans toute la Judée et la Samarie et jusqu'aux extrémités de la terre », c'est-à-dire être des témoins là où vous vivez, dans votre région, dans votre pays. Le Père, par Jésus, nous donne ce Saint-Esprit. Saint Paul dit : « A chacun est donné la manifestation de l'Esprit en vue du bien commun. » Il faut vraiment mettre de côté l'égoïsme et l'individualisme spirituels. A la Pentecôte, il y a vraiment l'image du feu qui vient sur l'Eglise et les apôtres. Chacun reçoit une flamme parce qu'il y a la diversité, parce que le Saint-Esprit donne l'unité sans nier la diversité.

Je pourrais vous parler pendant des heures du Saint-Esprit : c'est un gentleman, il est humble, il est délicat, il est discret, il ne va pas vous forcer, il n'est pas susceptible... On n'aura jamais fini de le découvrir.

J'aimerais vous inviter à profiter de cette Pentecôte, quels que soient votre foi (même si personne ne peut juger de la foi de quelqu'un), vos doutes, vos questions... Profiter de ce moment pour vous ouvrir d'une façon nouvelle à cette merveilleuse personne. Lui dire : « Saint-Esprit je t'ouvre toute ma vie, tout mon cœur, peut-être des parties de ma vie que je t'avais cachées parce que j'avais honte. Eh bien, entre, viens purifier mon cœur. » Nous sommes dans le temps de la Pentecôte, c'est aujourd'hui, ce n'est pas du passé. Comme le disait Jean-Paul II : « L'Eglise est toujours au cénacle. » Un cénacle ouvert, avec la puissance du Saint-Esprit, les signes, la charité, l'annonce de la Parole, les prodiges, les vies et les cœurs qui changent. Accueillir le Saint-Esprit cela transforme la vie : pas en un clic, pas sans ma participation, mais avec lui. Le Saint-Esprit fait de nous des saints. En hébreu on dit « l'Esprit de sainteté » : celui qui nous rend saint, heureux, à notre dignité d'enfant de Dieu.

Une question concrète : comment accueillir le Saint-Esprit ?

Elena Guerra, qui est une sainte italienne du 19ème siècle disait : « La Pentecôte n'est pas terminée. C'est toujours Pentecôte : en tout lieu et en tout temps, car le Saint-Esprit désire ardemment se donner à tous les hommes. Et tous ceux qui le veulent peuvent

toujours le recevoir. Donc nous n'avons rien à envier aux apôtres, ni aux premiers chrétiens. Nous n'avons simplement qu'à nous disposer comme eux, pour bien le recevoir, et lui le Saint-Esprit viendra en nous comme il est venu en eux. »

« Cher Saint-Esprit, d'abord merci d'exister, merci d'être ce Défenseur, cet Avocat, ce Consolateur, cet Ami toujours à nos côtés pour nous donner force, courage, lumière, discernement, paix, joie, quelles que soient les circonstances de la vie, même dans la tempête ou quand tout va bien. Saint-Esprit, après cette traversée mouvementée de la pandémie et du confinement, je t'ouvre grand les portes de mon cœur. Que ce soit pour la première fois ou que je te connaisse depuis de nombreuses années, je sais que tu fais toutes choses nouvelles. Remplis tous les domaines de ma vie, embrase mon cœur, car je ne veux pas rester tiède. Je t'accueille aussi avec tous les dons que tu as prévu de me donner, que tu m'as déjà donnés pour que je témoigne de Jésus, en mettant l'Evangile en pratique dans ma vie quotidienne. Merci Saint-Esprit, merci Jésus, et merci Père. Merci pour tant d'Amour. Amen. »

59. CONTINUER SOUS UNE AUTRE FORME - Lionel Dalle - 30 mai

Quelle joie pour un rouennais d'écrire l'édito le jour de la Sainte Jeanne d'Arc ! Ce modèle d'obéissance à Messire Dieu, de pugnacité, d'abnégation, de leadership dans l'humilité, jusqu'à son éclatant procès où la pertinence et l'insolente liberté de ses réponses auraient dû achever de convaincre les juges.

Il est probable que mener le roi au sacre, libérer Orléans, s'habiller en homme, être porte-étendard de toute une armée n'était pas dans les plans de la jeune Jeanne à Domrémy... Comme il n'était pas dans nos plans de nous retrouver confinés pendant des semaines en n'ayant parfois pour seule bouée que le mail de la Traversée.

Messire Dieu conduit son peuple et chacune de ses brebis. Pendant ces deux mois ce fut notamment par la Traversée qui arrive doucement à son terme avec la Pentecôte. Et après ? Quelle est ma bouée ? Où est mon équipage ? Quelle route ? Que l'Esprit Saint nous éclaire sur la façon dont désormais nous traverserons les jours de nos vies !

A certains la douceur des alizées, à d'autres les quarantièmes rugissants. Peu importe, ce qui compte c'est de se laisser pousser par le Vent. Et peu importe puisque cette épidémie nous a rappelé que tous nous allions vers le même but : la vie éternelle. Et sans crainte en plus puisque ON EST ENSEMBLE!

Matthieu

Parole: « Les bontés de Dieu ne sont pas épuisées. Elles se renouvellent chaque matin » (Lm 3, 22).

Défi : sous le regard de Dieu, réfléchir à la façon de continuer sa Traversée : s'inscrire au parcours Alpha en ligne, s'engager dans sa paroisse ou dans une association solidaire, s'inscrire à une formation pastorale, participer à un festival chrétien, télécharger une application pour lire chaque jour la parole de Dieu, s'abonner à une revue chrétienne...

Bonjour à tous, je suis vraiment heureux de vous retrouver. C'est aussi l'occasion de mesurer tout le chemin que nous avons parcouru ensemble depuis le début de cette Traversée. J'ai éprouvé une grande joie de vous accompagner, avec le père Benoît et le père Pierre. Une expérience très marquante, une expérience d'abandon dans le Seigneur, car nous avons vraiment dû nous lancer alors que nous ne maîtrisions pas du tout la suite. Et puis cela a été une expérience vraiment forte

de l'Esprit Saint. Je le vois à la différence qu'il y a entre les moyens modestes que l'on a investis dans cette Traversée, même si on y a mis toutes nos forces et tout notre cœur, et puis tous les fruits qui dépassent ce que j'aurais pu imaginer et que l'on voit notamment dans vos retours, vos témoignages. C'est vraiment pour moi un privilège d'avoir pu vivre avec vous toute cette Traversée et je vous en remercie aujourd'hui. Je remercie aussi le Seigneur de ce chemin parcouru ensemble.

La question que nous pouvons nous poser maintenant, c'est que va devenir La Traversée maintenant? D'un côté, nous nous étions engagés avec vous jusqu'à la fin du confinement, et puis nous nous disons que cette Traversée ne peut pas durer éternellement, en tout cas sur le modèle actuel. D'un autre côté, nous avons été très touchés par vos témoignages forts et vos demandes de continuer. Nous sommes aussi dans un moment où il y a vraiment des différences très fortes entre les personnes : certaines reprennent une vie normale et puis d'autres pour lesquelles le confinement n'est pas du tout terminé, et qui demeurent dans des situations qui ne sont pas faciles.

En écoutant tous vos témoignages, me vient une parole extraite du Livre des Lamentations du prophète Jérémie (chapitre 3, verset 22) : « Les bontés du Seigneur ne sont pas épuisées, elles se renouvellent chaque matin. » Chaque matin le Seigneur continue à être avec nous, continue à nous donner sa grâce pour aujourd'hui. Dieu ne nous abandonne pas et nous ne vous abandonnerons pas non plus. Nous nous sentons une responsabilité vis-à-vis de vous : un lien s'est créé entre nous et il va prendre des formes nouvelles.

Nous n'allons pas continuer comme avant, avec une vidéo quotidienne, un édito, un défi. Cette Traversée est d'abord la vôtre, nous étions là pour vous apporter une aide.

La question est : « Comment faire pour vous aider à continuer de vivre votre Traversée, et quelle forme va-t-elle prendre aujourd'hui ? »

Voici trois pistes:

- Reprendre les anciennes vidéos : soit au hasard, soit en choisissant.
- On réfléchit à un moyen de garder le lien : peut-être une vidéo de temps en temps, d'autres contenus, d'autres parcours. Nous avons besoin d'un peu de temps pour nous organiser.
- Le parcours Alpha : c'est un parcours de redécouverte de la foi et de Dieu. Par rapport à La Traversée, c'est un peu différent puisque c'est plus concentré sur Dieu et Jésus. C'est une très belle proposition. Si vous cherchez Dieu, foncez !

« Seigneur Jésus je voudrais te prier aujourd'hui tout spécialement pour tous ceux pour qui la situation du confinement est encore très difficile : soit qu'ils sont encore confinés, soit qu'ils sont découragés, soit qu'ils sont angoissés, qu'ils ont peur pour l'avenir. Je te demande de leur donner une grâce de paix, de confiance, d'abandon pour qu'ils puissent jour après jour continuer à marcher avec toi. Nous te prions pour nous tous, participants de La Traversée, qui cherchons à continuer notre Traversée. Viens nous inspirer pour trouver notre chemin, pour trouver les aides nécessaires et les petites décisions ou petits rituels qui vont nous encourager à reprendre notre vie normale. Nous te prions aussi pour ce parcours Alpha, pour tous ceux qui vont s'inscrire, animer et ceux qui l'organisent. Nous te demandons qu'il y ait beaucoup de monde, beaucoup de grâces de consolation, de renouvellement dans la foi, des grâces d'Esprit Saint. Je te demande aussi beaucoup d'animateurs. Amen. »

La traversée - Table des matières

- 1. « DEVANT MOI TU AS OUVERT UN PASSAGE » Lionel Dalle 22 mars
- 2. TENIR LE CAP Lionel Dalle 23 mars
- 3. COMMENT TENIR BON: LA VERTU DE FORCE Lionel Dalle 24 mars
- 4. AVEC MARIE, DONNER SON OUI Benoît Moradei 25 mars
- 5. LA GRATITUDE Lionel Dalle 26 mars
- 6. DE LA MORT A LA VIE ETERNELLE Benoît Moradei 27 mars
- 7. RESTER DANS LA GRATITUDE DANS LES CONTRARIETES Lionel Dalle 28 mars
- 8. UNE EXPERIENCE DU CONFINEMENT témoignage 29 mars
- 9. GERER SON TEMPS EN CONFINEMENT Pierre Aguila 30 mars
- 10. ESPERER QUAND TOUT VA MAL Lionel Dalle 31 mars
- 11. PASSER DU STRESS A LA PAIX Lionel Dalle 1er avril
- 12. COMMENT VIVRE LA DISTANCIATION SOCIALE Pierre Aguila 2 avril
- 13. "L'AMOUR N'ENTRETIENT PAS DE RANCUNE" Benoît Moradei 3 avril
- 14. LA SOLITUDE DU CONFINEMENT Pierre Aguila 4 avril
- 15. COMMENT GARDER LA JOIE DANS L'EPREUVE témoignage 5 avril
- 16. DIEU A-T-IL CREE LE COVID-19 ? Benoît Moradei 6 avril
- 17. D'OÙ VIENT LE MAL ? Lionel Dalle 7 avril
- 18. LA REPONSE DE DIEU AU MAL Lionel Dalle 8 avril
- 19. "DIEU A TANT AIME LE MONDE..." Lionel Dalle 9 avril
- 20. "... QU'IL A DONNE SON FILS UNIQUE..." Benoît Moradei 10 avril
- 21. " ... AFIN QUE QUICONQUE CROIT EN LUI NE PERISSE PAS, MAIS QU'IL AIT LA VIE ETERNELLE " Pierre Aguila 11 avril
- 22. « IL EST RESSUSCITE! » témoignage 12 avril
- 23. DU RECONFORT! Pierre Aguila 13 avril
- 24. LE CONFINEMENT, UNE OPPORTUNITE POUR DEVENIR VRAIMENT LIBRE Lionel Dalle 14 avril
- 25. COMMENT SE PARDONNER A SOI-MEME Benoît Moradei 15 avril
- 26. COMMENT ETRE DANS LA JOIE QUAND TOUT VA MAL Pierre Aguila 16 avril
- 27. COMMENT GRANDIR EN LIBERTE INTERIEURE Lionel Dalle 17 avril
- 28. NOS AINES DANS LA TEMPETE DU COVID-19 Pierre Aguila 18 avril
- 29. AIDER EN TEMPS D'EPIDEMIE témoignage 19 avril
- 30. GOÛTER L'INSTANT PRESENT Benoît Moradei 20 avril
- 31. GRANDIR DANS LA GRATITUDE POUR CE QUE JE SUIS (1/2) Lionel Dalle 21 avril
- 32. GRANDIR DANS LA GRATITUDE POUR CE QUE JE SUIS (2/2) Lionel Dalle 22 avril
- 33. UNE PAROLE SURE! Pierre Aguila 23 avril

- 34. L'UTILITE DE MA VIE Benoît Moradei 24 avril
- 35. LES LANGAGES DE L'AMOUR Lionel Dalle 25 avril
- 36. RENCONTRE AVEC UNE CHAMPIONNE DU MONDE témoignage 26 avril
- 37. HEROS MALGRE NOUS! Pierre Aguila 27 avril
- 38. PERSEVERER Benoît Moradei 28 avril
- 39. TROIS VERITES CONTRE-INTUITIVES QUI DONNENT LA PAIX Lionel Dalle 29 avril
- 40. CROIRE OU NE PAS CROIRE EN DIEU Pierre Aguila 30 avril
- 41. PASSER DU STRESS A LA PATIENCE Benoît Moradei 1er mai
- 42. COMMENT GERER LA COLERE Lionel Dalle 2 mai
- 43. SUR LE FRONT DE LA PANDEMIE témoignage 3 mai
- 44. LES DEUILS A VIVRE AUJOURD'HUI Benoît Moradei 4 mai
- 45. APPRENDRE DE LA VIE Lionel Dalle 5 mai
- 46. LIBERES DU PASSE Pierre Aguila 6 mai
- 47. COMMENT VA SE PASSER LE DEBARQUEMENT? Lionel Dalle 7 mai
- 48. FACE A LA MORT D'UN PROCHE Benoît Moradei 8 mai
- 49. QUEL AVENIR ? Pierre Aguila 9 mai
- 50. RENCONTRE AVEC MONSEIGNEUR REY témoignage 10 mai
- 51. L'ANGOISSE DU CHANGEMENT Benoît Moradei 12 mai
- 52. FRATERNITE Pierre Aguila 14 mai
- 53. COMBATTRE LA PEUR Lionel Dalle 16 mai
- 54. LA VULNERABILITE Benoît Moradei 19 mai
- 55. TOUT COMME AVANT? Pierre Aguila 21 mai
- 56. RECONQUERIR SA LIBERTE Lionel Dalle 23 mai
- 57. CROIRE QUE C'EST POSSIBLE Benoît Moradei 26 mai
- 58. UNE FLAMME POUR CHACUN Pierre Aguila 28 mai
- 59. CONTINUER SOUS UNE AUTRE FORME Lionel Dalle 30 mai

Interventions du père Lionel Dalle

- 1. « DEVANT MOI TU AS OUVERT UN PASSAGE » Lionel Dalle 22 mars
- 2. TENIR LE CAP Lionel Dalle 23 mars
- 3. COMMENT TENIR BON: LA VERTU DE FORCE Lionel Dalle 24 mars
- 5. LA GRATITUDE Lionel Dalle 26 mars
- 7. RESTER DANS LA GRATITUDE DANS LES CONTRARIETES Lionel Dalle 28 mars
- 10. ESPERER QUAND TOUT VA MAL Lionel Dalle 31 mars
- 11. PASSER DU STRESS A LA PAIX Lionel Dalle 1er avril
- 17. D'OÙ VIENT LE MAL ? Lionel Dalle 7 avril
- 18. LA REPONSE DE DIEU AU MAL Lionel Dalle 8 avril
- 19. "DIEU A TANT AIME LE MONDE..." Lionel Dalle 9 avril
- 24. LE CONFINEMENT, UNE OPPORTUNITE POUR DEVENIR VRAIMENT LIBRE Lionel Dalle 14 avril
- 27. COMMENT GRANDIR EN LIBERTE INTERIEURE Lionel Dalle 17 avril
- 31. GRANDIR DANS LA GRATITUDE POUR CE QUE JE SUIS (1/2) Lionel Dalle 21 avril
- 32. GRANDIR DANS LA GRATITUDE POUR CE QUE JE SUIS (2/2) Lionel Dalle 22 avril
- 35. LES LANGAGES DE L'AMOUR Lionel Dalle 25 avril
- 39. TROIS VERITES CONTRE-INTUITIVES QUI DONNENT LA PAIX Lionel Dalle 29 avril
- 42. COMMENT GERER LA COLERE Lionel Dalle 2 mai
- 45. APPRENDRE DE LA VIE Lionel Dalle 5 mai
- 47. COMMENT VA SE PASSER LE DEBARQUEMENT ? Lionel Dalle 7 mai
- 53. COMBATTRE LA PEUR Lionel Dalle 16 mai
- 56. RECONQUERIR SA LIBERTE Lionel Dalle 23 mai
- 59. CONTINUER SOUS UNE AUTRE FORME Lionel Dalle 30 mai

Interventions du père Benoit Moradei

- 4. AVEC MARIE, DONNER SON OUI Benoît Moradei 25 mars
- 6. DE LA MORT A LA VIE ETERNELLE Benoît Moradei 27 mars
- 13. "L'AMOUR N'ENTRETIENT PAS DE RANCUNE" Benoît Moradei 3 avril
- 16. DIEU A-T-IL CREE LE COVID-19? Benoît Moradei 6 avril
- 20. "... QU'IL A DONNE SON FILS UNIQUE..." Benoît Moradei 10 avril
- 25. COMMENT SE PARDONNER A SOI-MEME Benoît Moradei 15 avril
- 30. GOÛTER L'INSTANT PRESENT Benoît Moradei 20 avril
- 34. L'UTILITE DE MA VIE Benoît Moradei 24 avril

- 38. PERSEVERER Benoît Moradei 28 avril
- 41. PASSER DU STRESS A LA PATIENCE Benoît Moradei 1er mai
- 44. LES DEUILS A VIVRE AUJOURD'HUI Benoît Moradei 4 mai
- 48. FACE A LA MORT D'UN PROCHE Benoît Moradei 8 mai
- 51. L'ANGOISSE DU CHANGEMENT Benoît Moradei 12 mai
- 54. LA VULNERABILITE Benoît Moradei 19 mai
- 57. CROIRE QUE C'EST POSSIBLE Benoît Moradei 26 mai

Interventions du père Pierre Aguila

- 9. GERER SON TEMPS EN CONFINEMENT Pierre Aguila 30 mars
- 12. COMMENT VIVRE LA DISTANCIATION SOCIALE Pierre Aguila 2 avril
- 14. LA SOLITUDE DU CONFINEMENT Pierre Aguila 4 avril
- 21. " ... AFIN QUE QUICONQUE CROIT EN LUI NE PERISSE PAS, MAIS QU'IL AIT LA VIE ETERNELLE " Pierre Aguila 11 avril
- 23. DU RECONFORT! Pierre Aguila 13 avril
- 26. COMMENT ETRE DANS LA JOIE QUAND TOUT VA MAL Pierre Aguila 16 avril
- 28. NOS AINES DANS LA TEMPETE DU COVID-19 Pierre Aguila 18 avril
- 33. UNE PAROLE SURE! Pierre Aguila 23 avril
- 37. HEROS MALGRE NOUS! Pierre Aguila 27 avril
- 40. CROIRE OU NE PAS CROIRE EN DIEU Pierre Aguila 30 avril
- 46. LIBERES DU PASSE Pierre Aguila 6 mai
- 49. QUEL AVENIR? Pierre Aguila 9 mai
- 52. FRATERNITE Pierre Aguila 14 mai
- 55. TOUT COMME AVANT? Pierre Aguila 21 mai
- 58. UNE FLAMME POUR CHACUN Pierre Aguila 28 mai