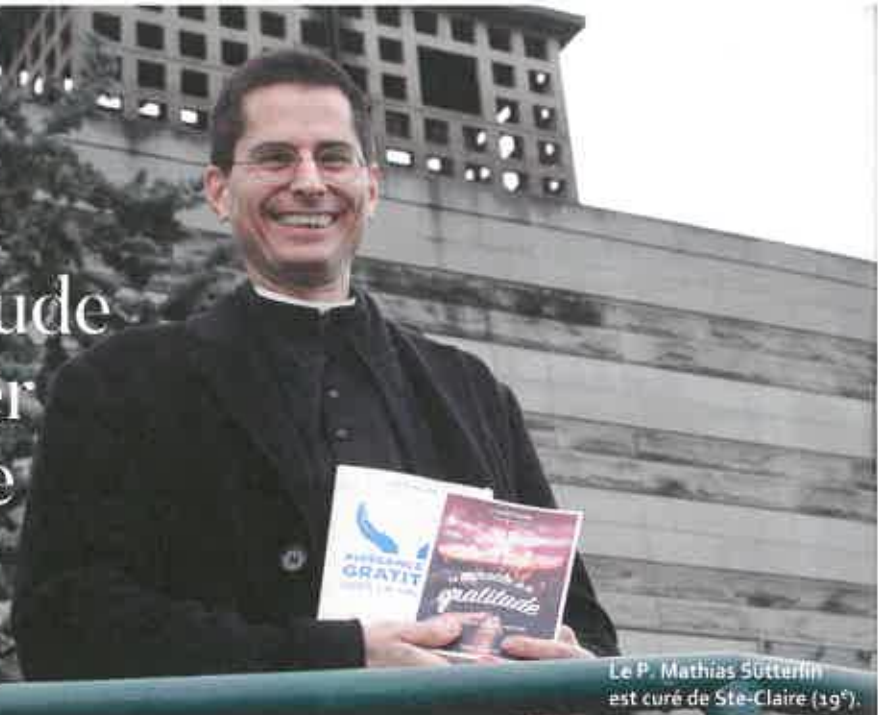


# Un parcours autour de la gratitude pour transformer sa vie intérieure



Le P. Mathias Sütterlin  
est curé de Ste-Claire (19<sup>e</sup>).

**Développé par le prêtre toulonnais Lionel Dalle en 2018,  
le parcours *Le miracle de la gratitude* est proposé par plusieurs paroisses parisiennes.  
Au-delà de ses nombreux bienfaits, la gratitude est une porte d'entrée pour l'évangélisation.**

**P**our vivre ce nouveau Carême, le P. Mathias Sütterlin de la paroisse Ste-Claire d'Assise (19<sup>e</sup>) a déjà tout planifié. Tout au long du mois de mars, il va proposer aux paroissiens de suivre le parcours *Le miracle de la gratitude* du P. Lionel Dalle. « Par ce cheminement, je souhaite faire entrer les fidèles dans une joie simple en leur montrant que le merci engendre le merci et que s'ils peuvent donner, c'est qu'ils ont reçu eux-mêmes de l'amour », souligne-t-il.

*Le miracle de la gratitude* est né en 2018. À l'époque, le P. Lionel Dalle est le curé de la paroisse St-Joseph du Pont-du-Las, dans le Var. À l'approche du Carême, il recherche une thématique qui soit « à la fois profonde pour les fidèles réguliers et qui puisse toucher les personnes sur le parvis », raconte-t-il. Par le passé, l'ouvrage du P. Pascal Ide *La puissance de la gratitude* (éd. Emmanuel, 2017) l'a particulièrement touché. En surfant sur la toile, il est frappé par le nombre de vidéos de développement personnel portant sur la gratitude. « C'est incroyable, se dit-il. Nous qui sommes catholiques et avons au centre de notre foi l'eucharistie, cette action de grâce pour le sacrifice du Christ, nous ne parlons que très peu de gratitude. De plus, au contraire de

ces coachs profanes, nous savons qui remercier. C'est au Créateur que nous devons tous les bienfaits de la vie. » Sa thématique est toute trouvée ! Au sein de sa paroisse, il met en place un parcours en cinq étapes, visant à la fois à instruire mais aussi à transformer les fidèles en touchant leur intelligence, leur volonté et leur affectivité. Afin d'en faire profiter le plus grand nombre, il crée un site internet sur lequel on peut télécharger gratuitement l'ensemble des contenus permettant de mettre en place l'itinéraire. Trois ans après, le P. Lionel Dalle ne sait pas combien de fois le kit a été téléchargé. Mais les demandes affluent ici ou là en France de la part, notamment, de paroisses ou d'aumôneries. C'est lors d'un week-end au sein de la Communauté de l'Emmanuel que Joseph Legros, séminariste, a testé pour la première fois ce cheminement. En 2020, rattaché à la paroisse St-Nicolas-des-Champs (3<sup>e</sup>), il initie ce parcours dans le cadre du groupe de prière à l'occasion du Carême. La première séance a lieu le 11 mars et rassemble une cinquantaine

de personnes dont un tiers de nouveaux venus. Après un temps de louange, les fidèles sont invités à suivre le topo du P. Lionel Dalle avant de se répartir en groupe de partage. « L'une des richesses de l'itinéraire est de proposer des exercices simples et concrets. Par exemple : noter sur un carnet chaque jour trois raisons d'être dans la gratitude », note Joseph Legros. Malheureusement, la France est entrée ensuite en confinement

**« C'est au Créateur  
que nous devons  
tous les bienfaits de la vie. »**

P. Lionel Dalle

et c'est par mail que le parcours s'est poursuivi. Retraitée, Évelyne Will n'en a pas raté une miette. Ce cheminement lui a rendu la vie plus douce en apprenant à porter « un regard plus compréhensif et bienveillant sur les autres et les événements », raconte-t-elle. « Certes, en ces temps troublés, il est parfois difficile de dire merci, reconnaît Joseph Legros. Mais ce parcours permet aussi de lever la tête du guidon, de relire sa vie sous une dimension chrétienne et de demander la grâce au Christ en vue d'affronter les épreuves. »

Alice Papin