



Thème de l'année 2022 - 2023 : **“Inventons un nouveau monde”**

**Quels petits pas m'aident à être plus serein, sereine ?**





Mot de nos responsables diocésains

## ***Petits pas par petits pas vers la sérénité***

**Après mûre réflexion**, je pense que la sérénité c'est d'être bien dans sa peau, d'être en paix avec soi-même et les autres, c'est d'être calme, c'est d'être capable d'accepter les défaites et d'en comprendre le pourquoi. Comme on dit en bon Québécois, c'est de respirer par le nez avant de réagir, c'est de faire petits pas après petits pas.

Je n'ai pas l'habitude de m'enfermer dans les fleurs du tapis, je suis joyeux, je me mets en colère que très rarement. J'essaie de bien partager mon temps entre le travail et les loisirs sans oublier de garder du temps pour me ressourcer. Je prends le temps d'apprécier le moment présent. Pour devenir serein, il faut que je travaille à me défaire de tout ce qui me rend vulnérable, ce qui m'angoisse, il faut que j'évite le stress sous toutes ses formes.

**L'essentiel**, ce n'est pas de fuir les difficultés mais de les maîtriser et les affronter avec calme, ils sont souvent hors de mon contrôle. J'ai toujours pensé que le temps arrangeait bien des choses, c'est pourquoi j'ai appris avec la sagesse à contrôler mes émotions et mes réactions au lieu de réagir. Si je suis un gars simple, aimable et joviale, c'est plus précieux que le paraître pour attirer des faveurs ou des bénéfices qui seraient en quelque sorte contre mes principes.

Dans ma vie maintenant, j'essaie d'éviter l'énervement, j'essaie d'être réaliste, j'essaie de comprendre la situation et d'être objectif. Je dirais que la sérénité est quelque chose que je dois acquérir pas à pas si je veux combattre les énervements dans ma vie de tous les jours. Pour y arriver, je dois prendre le temps de respirer, de mettre dehors ce petit hamster, prendre le temps de me regarder pour apprendre à me connaître afin de comprendre mes réactions, ma façon de lire les événements, ma façon d'être en allant puiser dans mon intérieur les forces que j'ai reçues de Dieu et demander à son Esprit de m'éclairer dans mes décisions afin de reconnaître et accepter les choses que je ne peux changer.

Prenez note que le bien ne fait pas de bruit mais que le bruit ne fait pas de bien.

De Colores

Claude et Constance



## Quels petits pas me permettent de vivre dans la sérénité ?

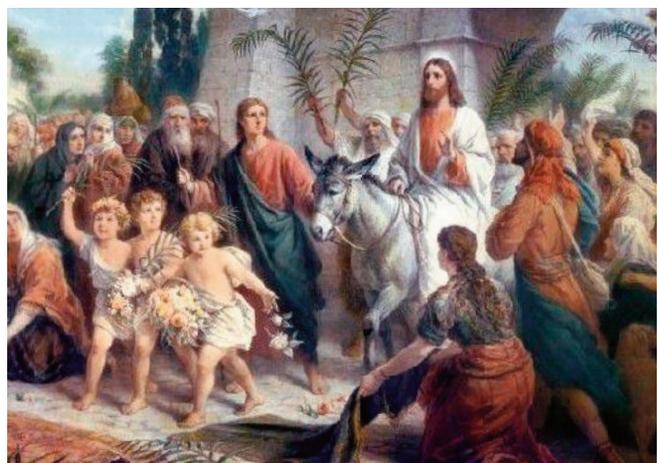
Dans l'Église, on peut dire qu'on est habitués aux petits pas. Souvent, ça n'avance pas vite; et, parfois, on a l'impression que c'est bloqué ou que ça tourne en rond. Mais il y a cette confiance que l'Esprit Saint, l'Esprit de Dieu et du Christ guide néanmoins nos pas et nous conduit sur le bon chemin. Lors du deuxième week-end du Cursillo, nous citons souvent cette maxime : « Dieu ne nous promet pas une traversée facile, mais il nous permet d'arriver à bon port ».

J'écris ces mots lors du dimanche des rameaux.

Ce matin, nous avons lu à l'église la passion de Jésus selon saint *Matthieu* (26-27). Les pas de Jésus (ou du petit âne qui le portait) pour entrer à Jérusalem ont été un triomphe. Mais les pas de Jésus chargé de sa croix ont semblé l'emmenner dans une impasse. Un certain Simon de Cyrène l'a aidé à marcher et à se rendre là où il devait aller pour accomplir sa mission jusqu'au bout. Les pas de Jésus se sont arrêtés à la croix. On aurait pu croire alors que tout était fini quand on roula la pierre pour fermer le tombeau (l'évangile d'aujourd'hui se termine d'ailleurs ainsi).

En célébrant la passion de Jésus, nous ne pouvons oublier que l'espérance de sa résurrection nous habite et nous donne la force dont nous avons besoin pour poursuivre notre pèlerinage. Le Ressuscité ne nous laisse jamais marcher seuls. Comme pour les disciples d'Emmaüs (cf. *Luc* 24, 13-35), il chemine avec nous et nous nourrit de sa parole, de sa présence et de son pain. Jésus respecte le rythme de nos petits pas, de nos doutes, de nos hésitations et même de nos reculs.

Comme chrétiens et chrétiennes, nous trouvons notre sérénité dans notre communion au Seigneur, dans la prière, dans notre réponse humble à l'amour de Dieu et dans la fraternité. Dans cette perspective, la sérénité n'est pas d'abord une conquête ou une technique; elle est un don accueilli avec reconnaissance à l'heure et au temps de Dieu.



Il y a aussi toujours cette fameuse prière : « Mon Dieu, donne-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence. »

De Colores !

Claude Ritchie, prêtre



## Quels petits pas m'aident à être plus serein ?

C'est quand je décide de vivre une journée à la fois.

C'est d'accepter mes limites et de recevoir des conseils.

De voir la vie avec des yeux d'enfants et de m'émerveiller surtout du progrès de mes petits-enfants.

De reconnaître la présence de Dieu dans ma vie et dans la nature.

De voir tous les gestes d'humanité que l'on pose à travers le monde.

Quand je reconnais la valeur de chaque être humain.

De voir combien les jeunes nous incitent à prendre conscience de l'importance de prendre soin de la terre (air, eau, forêt).

Pour moi, la sérénité, c'est de vivre chaque jour comme si c'était le dernier.

Je sais qu'en vieillissant, je devrais écouter mon corps, car il n'aura plus les réflexes de mon jeune temps.

C'est pourquoi chaque fois que je le peux, je prends le temps d'aller à l'extérieur et de marcher.

J'aime aussi lire, cela permet de me garder l'esprit en éveil et aussi l'imagination active.

J'aime aussi la musique populaire et classique. Entendre les grands orchestres me fait du bien.

J'ai confiance en l'avenir pour mes enfants ainsi que mes petits-enfants.



Je crois qu'ils ne feront pas les mêmes erreurs que nous face aux enjeux en ce qui concerne notre planète.

Seigneur, donne-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne puis changer, le courage de changer les choses que je peux et la sagesse d'en connaître la différence.



## Quels petits pas m'aident à être plus sereine ?

D'abord j'espère être sur le chemin de la Sagesse afin d'être plus sereine à chaque jour de ma vie.

Je prie le Seigneur pour que le petit pas que je veux faire pour le suivre c'est celui de l'ÉCOUTE. Écouter le regard de l'autre posé sur moi. Qu'est-ce que ce regard veut me dire. Tristesse, bonheur, soucis, anxiété, tendresse, joie, etc... Apprendre à décoder le non verbal de la personne qui est devant moi, sans jugement, mais surtout ne pas vouloir deviner à tout pris.

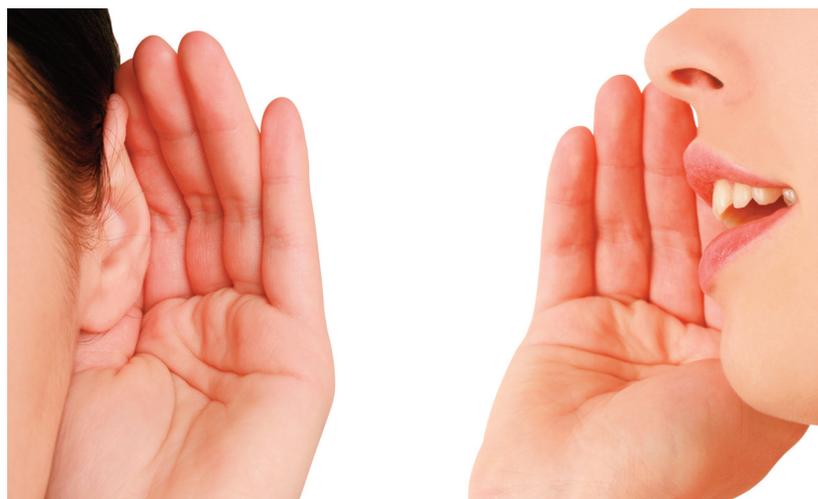
Attendre que cette personne s'exprime librement et en confiance. Sinon d'accepter son silence et prier pour son état d'âme. Merci Seigneur de me retenir car je risque de me tromper et ça me chamboule pendant plusieurs heures.

Être à l'ÉCOUTE de moi-même. Ça c'est difficile! Parce que je préfère fuir ce qui me tracasse. Je ne veux pas voir le pourquoi j'ai une blessure ou un malaise dans mon corps.

`` Pourquoi aujourd'hui un feu sauvage apparait sur le coin de ma bouche? Bon un autre affaire !! ''.

`` Pourquoi, dans ma tête suis-je si mêlée, que je ne me rappelle plus ce que je voulais faire maintenant ? ''.

Je donne des excuses à mes maux au lieu de les comprendre et d'écouter ce qui pourrait m'aider à me libérer.



Quand je réussis à comprendre le ce que mon corps me dit, vite, je me parle, corrige ce qui me rend comme ça et enfin je me sens plus sereine.

Merci Seigneur de me faire avancer, un pas à la fois vers le chemin de la Sagesse.

Monique Fallu  
Responsable du journal  
LE CURSILLISTE

Comment puisse devenir plus heureuse et sereine dans la vie ?

Voici mes petits pas vers la sérénité...

Vivre le moment présent; si je vis dans le présent, je peux être en paix.

Agir naturellement dans la gratitude; remercier, échanger, écouter, aimer.

Prendre soin de soi; je peux parfois avoir tendance à m'oublier :

L'activité physique, marche, jouer du piano, prier m'aide à mon équilibre personnel.

Méditer au quotidien ; une approche spirituelle ou religieuse permettant de me concentrer sur l'instant présent

Apprendre à faire face aux difficultés avec calme et sérénité

Apprécier chaque jour, chaque moment, chaque personne que j'aime

Vivre avec Dieu au quotidien; au réveil, je le prie et je remets ma journée entre ses mains, le soir avant le coucher, je le remercie de m'avoir accompagnée.

Que mes petits pas puissent vous apporter une certaine sérénité.

De Colores

Jocelyne Brizard, responsable

Communauté Maranatha



## Vivre dans la sérénité

### L'objectif d'une vie mais comment y parvenir ?

- 1<sup>er</sup> pas :** Lâcher prise sur tout ce que je ne peux pas changer comme le dit la prière.
- 2<sup>e</sup> pas :** Vivre le présent; hier est passé, demain n'est pas arrivé, vivre aujourd'hui pleinement comme si c'était ma dernière journée sur la terre.
- 3<sup>e</sup> pas :** La foi ; savoir être optimiste " ça va bien aller " et si jamais, j'ai une épreuve, je ne serai pas seule pour y faire face, comme l'empreinte du pied sur le sable, Dieu, me portera.
- 4<sup>e</sup> pas :** Aider les autres comme je voudrais comme m'aide, sans reproche.
- 5<sup>e</sup> pas :** Éviter tout jugement, voir dans chaque personne, un enfant de Dieu.
- 6<sup>e</sup> pas :** Me coucher le soir en sachant que je n'aurais pas pu faire mieux.
- 7<sup>e</sup> pas :** Tolérer les différences n'est plus suffisant, il faut les comprendre, les accepter et voir ce qu'ils peuvent nous apprendre.

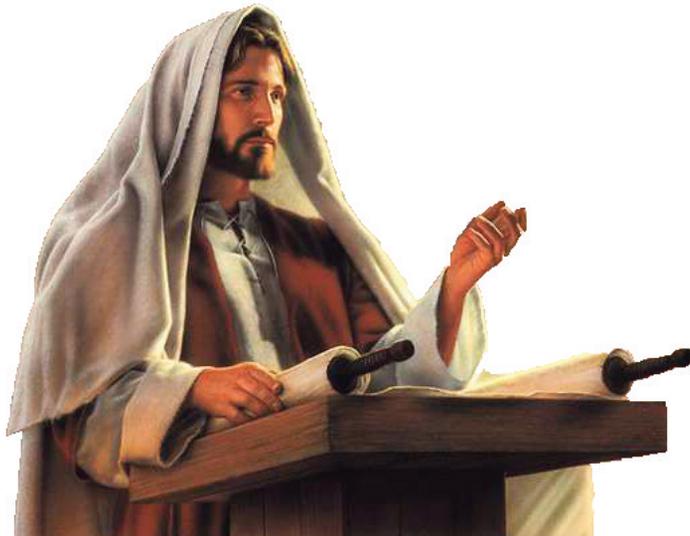
Ce n'est que le début, ajoutons tous les pas voulus,  
pour devenir une meilleure personne.

De Colores

Germaine Alarie, co-responsable

Communauté Maranatha





## NOTRE PÈRE

Qui est dans la rue, dans notre vie quotidienne, partout dans nos luttes.

Que Ton nom et que Ton message soient reconnus.

Que Ta justice soit faite.

Que le partage soit vécu comme tu nous l'as montré.

Que tous les exploités d'ici et d'ailleurs aient du pain.

Que tous les opprimés vivent dans la dignité.

Donne-nous la force de continuer ce que tu as commencé.

Montre-nous à construire une société nouvelle dans laquelle les femmes et les hommes vivent de nouveaux rapports sociaux.

Délivre-nous de notre suffisance et de toute notre soif de pouvoir.

Que nos mains continuent la pratique de Jésus dans des gestes de partage et de solidarité.

Que le regard de Jésus nous aide à dépasser nos frontières.

Donne-nous le courage de résister à l'attrait de l'argent et de tout privilège.

Donne-nous la force de résister à la société de consommation et à ses fausses sécurités.

Aime-nous d'une solidarité à toute épreuve.

Amen

Auteur inconnu



## Rentrer chez Dieu...

Comme on rentre chez soi, au bout de chaque jour,  
Au bout de nos voyages, et trouver près de Lui  
Le repos de son cœur

Apprendre auprès de Lui ce que veut dite Aimer...  
Et rallumer ce feu qu'il est venu répandre.

Savoir Lui dire merci, et demander pardon,  
Et l'embrasser sans crainte à la face du monde !

Chercher dans son regard à se perdre sans fin...  
Silence bienheureux des gens simples qui se comprennent.

Tristesse et joie de l'âme, angoisse et espérance,  
Passions et inquiétudes... Tout, tout passe dans nos yeux.

Il sait tout, c'est vrai. Il voit tout, partout...  
Il attend que nos cœurs Se posent dans le sien.

Rentrer chez Dieu... Comme on rentre chez-soi.  
Fatigués, consumés, Mais capable d'aimer.



## Une trace de pas

Il rêva qu'il marchait en compagnie de Jésus, sur la rive.  
À chaque scène, il remarquait une double trace de pas dans le sable.  
La sienne et celle de Jésus.

Quand la dernière image s'effaça, il repensa aux traces de pas,  
Et s'aperçut qu'à diverses reprises le long du sentier,  
Il n'y avait qu'une empreinte de pas dans le sable.

Il se rendit compte que cela correspondait  
Aux moments les plus sombres et les plus tristes de sa vie.

Il s'adressa à Jésus :

« Seigneur, dit-il tu m'avais dit que tu m'accompagnerais tout le long de la route.  
Mais je constate qu'aux heures les plus pénibles de ma vie,  
je ne puis voir qu'une seule série d'empreintes sur le sable.

Je ne comprends pas qu'au moment où j'avais le plus besoin de toi, Tu m'aies délaissé... »

Jésus répondit :

« Mon enfant, je t'aime et je ne saurais t'abandonner.  
Aux jours d'épreuves et de souffrances, quand tu ne vois qu'une trace de pas,  
c'est qu'alors, je te portais ».



### Saul (Paul) Apôtre de l'unité (suite...)

La découverte de la communauté de ces gens qui se déclaraient disciples de Jésus fut pour Paul un évènement décisif. Il avait entendu dire qu'ils professaient une foi nouvelle. Une nouvelle voie (nouveau chemin) qui se fondait non plus tant sur la Loi de Dieu, que sur la personne de Jésus crucifié et ressuscité et sur le pardon des péchés qui lui était désormais lié. Le Juif zélé qu'il était ne pouvait tolérer ce message qui tenait du scandale. Dès lors, alors il se fit un devoir de poursuivre les adeptes de ce Jésus. Paul parle d'une vision (1 cor 9, 1). Il se définira lui-même comme (apôtre) par vocation (Rom. 1, 1). Paul serviteur de Jésus appelé à être apôtre soulignant ainsi que sa conversion n'est pas le produit d'une réflexion personnelle mais bien le fruit d'une intervention divine d'une grâce, son existence, désormais, sera celle d'un apôtre habité par le divin de "se faire tout à tous" (1 cor 9, 22) sans réserve.

À nous d'en tirer une leçon de 1ère importance : l'unique nécessaire est de mettre Jésus Christ au cœur de sa propre vie. Être en communion à sa Personne et à sa Parole. Autre leçon importante qui nous vient de Paul : le grand souffle d'universalité de son apostolat. Paul a ressenti vivement le problème que pose l'accès des païens au Dieu de Jésus. Il s'est employé de tout son être à répandre cet Évangile cette Bonne Nouvelle qui est annonce de la Réconciliation par grâce de l'Être humain avec Dieu avec lui-même et les autres. Dans son apostolat, Paul n'a pas reculé durant les difficultés et les souffrances (2e épître au Cor. 11, 23-28). Dans la lettre aux Romain (15, 24-28) on peut voir qu'il était bien décidé à se rendre en Espagne pour qu'ainsi l'Évangile soit proclamé partout. Il est évident que Paul n'aurait jamais pu affronter des situations aussi dramatiques s'il n'avait pas été poussé par l'amour du Christ.

## Le Christocentrisme de Paul

Paul était centré sur la personne du Christ. Dans ses lettres après le nom de Dieu cité plus de 500 fois, celui du Christ revient 380 fois. Il est donc important de rendre compte de l'importance que Jésus peut avoir dans la vie de Paul et donc dans notre propre vie. En considérant Paul, nous pourrions formuler une question : Comment se fait ma rencontre avec le Christ? Et en quoi consiste la relation qui s'ensuit?

Paul nous aide à comprendre que la foi est fondamentale et irremplaçable. Ce qu'il écrit dans sa Lettre aux Romains "Nous estimons en effet que l'homme est justifié par la foi indépendamment des œuvres de la Loi" (Rom. 3, 28) (Gal. 2, 16).

"Être justifié" c'est nous laisser accueillir par la miséricorde Dieu qui nous rend juste. Paul affirme alors que vivre dans cette condition ne relève pas de nos bonnes œuvres mais d'une pure grâce de Dieu en vertu de la délivrance accompli en Jésus Christ (Rom. 3, 24). En s'exprimant ainsi, Paul nous livre ce qui constitue le fondement de sa conversion, la nouvelle direction qu'il a donné à sa vie depuis sa rencontre avec le Christ ressuscité. "Car ma vie présente dans la chair, je la vis dans la foi au Fils de Dieu qui m'a aimé et s'est livré pour moi" (Gal 2, 20). Le rôle que Paul donne à l'Esprit Saint, les dons de l'Esprit (Cor. 12, 4-11).

Dans ses Lettres, St Paul nous entretient aussi sur l'Esprit. Il analyse sa présence dans la vie du chrétien comme le sceau qui imprime son identité. Paul décrit l'influence qu'il a non seulement sur l'agir chrétien mais aussi sur son être même. C'est Paul qui nous parle de l'inhabitation de l'Esprit de Dieu en nous "Or vous n'êtes pas sous l'emprise de la chair mais de l'Esprit puisque l'Esprit de Dieu habite en vous" (Romain 8, 9).

"Ne savez-vous pas que vous êtes le temple de Dieu et que l'Esprit de Dieu habite en vous" (1 Cor. 16). "L'Esprit de son Fils en nous" (Gal. 4, 6). On voit donc bien que le chrétien, avant même d'agir, est riche d'une intériorité qui porte fruit grâce aux sacrements de baptême et de confirmation qui l'ont marqué d'un (sceau) indélébile. De Paul, nous apprenons encore quelque chose d'essentiel : Pour lui, il n'est pas de vraie prière sans la présence de l'Esprit en nous. (C'est lui qui nous fait dire ABBA) papa.



1 Cor. 15,9 : Moi qui ne suis pas digne d'être appelé apôtre parce que j'ai persécuté l'Église de Dieu.

Paul est un missionnaire (1 Cor. 9,16) `` Malheur à moi si je n'annonce pas l'Évangile''.

Le 1er voyage de Paul est à Antioche (Actes chapitre 13-14) (Actes, 11, 26—les christianos, les partisans du Christos).

Asie Mineure entre 45-49. Discours aux Juifs.

Le 2e voyage : la Traversée de l'Asie Mineure et Europe (Actes des apôtres chap. 15, 36—18, 22) à Corinthe entre 49-52 aux païens d'Athènes).

Le 3e voyage : Éphèse (Asie Mineure à Éphèse aux chrétiens entre 53-58).

Les dernières années de St Paul (Actes des apôtres, la captivité, chap. 21, 20—22, 31).

De Jérusalem à Césarée— Plaidoyer de Paul devant les Juifs en hébreux (Actes 22, 1-21).

En révélant sa qualité de citoyen romain Paul échappe à la flagellation.

Comparution devant le Sanhédrin (Actes 22, 30—23, 10).

Complot des Juifs contre Paul (Actes 23, 11-22).

Transport de Paul chez le Gouverneur (Actes 23, 23-35). Paul est citoyen romain.

En tant que citoyen romain Paul réclame d'être jugé par un tribunal compétent celui de l'empereur.

Selon une tradition relativement ancienne, Paul subit l'humidité de la prison de Mamertine ( 2 Tm. 1, 16-18). De même, Luc avec l'apôtre ( 2 Tm 4, 11).

Son corps fut inhumé à 3 milles de Rome.

Constantin rendra la paix à l'Église en 313, il fera élever une basilique sur la tombe de Paul. Ce sont ses lettres appelées aussi Épître qui font de Paul le docteur de l'Église.

## Les lettres de Paul

1e lettre traditionnelle (1 Thess. 2 Thess. 1 Cor.). Entre 50-55.  
Paul se propose de rappeler l'essentiel de l'Évangile. Lettres aux Cor. et Phillipiens (Paul est malade et il se demande ce qu'il va lui arriver s'il meurt avant le retour du Christ. Car à cette époque on croyait que le Christ reviendrait bientôt.

2e lettre de Gal. Et Romain entre 55 à 60. La lettre au Gal. Date de 57.

Face à une crise, des Chrétiens d'origine Juive voudraient obliger tous les autres à se soumettre à la loi Juive. Chicane entre Paul et Pierre (Gal. 2, 11-21).

3e lettre aux Col. et Éphésiens entre 60-65.

Paul n'a jamais rencontré les Colossiens. Un disciple de Paul aurait fondé cette église. Une conception astrologique conduit à une crise. Paul affirme que le Christ est le seul Seigneur. Il est le Seigneur de l'ensemble de l'Univers. Le Christ est sauveur non seulement de l'humanité mais aussi de tout l'univers.

Lettres pastorales (2) (1 Tm. 2 Tm.) important ( Eph. 4, 29-32).  
Sont-elles vraiment de Paul ou de ses disciples, pasteurs de communautés fondées par Paul? Il était un grand théologien. Le questionnement des communautés qu'il avait fondées l'a amené à grandir dans la foi, c'est ainsi qu'il a été amené à approfondi le Mystère du Christ.

La Justification par la Foi ( Rm 3, 21-28)

C'est un aspect fondamental de la pensée de St Paul. Il le développe en particulier dans ses lettres aux Gal. Et Romain. Que signifie la justification par la foi? Paul observe que tous les humains sont pécheurs. Volontaire ou non, l'être humain fini toujours par passer à côté de ce que Dieu propose. Paul avoue : ``Je sais qu'en moi le bien m'habite, puisque le bien que je veux je ne le fais pas et le mal que je ne veux pas je le fais (Rom. 7, 18-19). Donc, Paul conclut : Tous ont péché et sont privés de la gloire de Dieu (Rom. 3, 23). Kérygme primitif (Thes. 4, 14).

## Mais justifié gratuitement par la foi

Paul a compris qu'un homme à été parfaitement obéissant au Père, un seul est considéré comme juste par le Père, Jésus-Christ. Il est le seul qui peut nous justifier au regard de Dieu. Le Christ est notre seule espérance. Le premier élément de la Bonne Nouvelle, c'est que Jésus est envoyé pour nous justifier. Traduire le terme justification aujourd'hui, on pourrait dire que c'est ce qu'il faut pour entrer dans la vie éternelle, pour être sauvé. Le Salut nous est offert gratuitement par Jésus-Christ (le Seigneur). La seule chose à faire est de nous brancher sur lui en mettant notre entière confiance en lui. Le Seigneur ne demande que la foi.

``Si c'est vrai que c'est ma foi qui me sauve, je n'ai plus rien à faire. Pas besoin de m'engager dans ma paroisse, pas besoin de prier, de venir en aide aux autres''.

Paul considère que la conséquence nouvelle de la foi, c'est un engagement de charité à l'égard des personnes qui nous entourent. Évidemment, ces bonnes actions ne nous méritent pas le Salut. Elles manifestent le salut et la vie du Christ reçus gratuitement comme don de Dieu. Nos bonnes actions sont les fruits que la foi et l'Esprit du Christ produisent en nous (Rom. 6,22). Pour nous, tout est grâce de la part de Dieu. J'irai jusqu'à dire que quand on accueille Dieu dans nos vies, c'est une grâce. Paul aux Gal. ``Pour celui qui est en Jésus Christ la foi agit par l'amour'' (Gal. 5,6). Puis il parle des fruits de l'Esprit (Gal. 5, 22).

Avoir confiance dans le Christ (Romain 8, 24). Si le Salut nous est offert gratuitement, il y a aussi notre réponse. Dieu ne nous sauve pas sans notre accord malgré nous. Notre OUI amènera un changement dans notre vie vis-à-vis de Dieu et notre prochain. Le croyant n'exerce pas la miséricorde afin que Dieu lui fasse miséricorde mais en raison qu'il a déjà goûté la grâce et la miséricorde de Dieu. Parce qu'il a reçu le pardon, il pardonne en retour.

Sagesse des hommes et folie de Dieu (1 Cor, 18-25) (2, 1-5)

L'Évangile est-il un scandale pour les Juifs? Parce qu'il est incroyable que l'oint de Dieu, choisi et mandaté par lui ait terminé sa vie sur une croix (Deut. 21, 23). (És. 65) Le Serviteur souffrant. Les Juifs n'ont jamais pu accepter un Messie humilié et totalement démuné sur une croix.



On contraste avec ces actions merveilleuses, Jésus doux et humble de cœur avait fini comme un esclave crucifié quel scandale! (abandonné de Dieu et des hommes).

Les souffrances de Paul (2e Cor. 11, 23-27)

“Des Juifs, j’ai reçu 5 fois les 39 coups de fouets, 3 fois j’ai été flagellé, 1 fois lapidé, 3 fois, j’ai fait naufrage, un jour et une nuit sur l’abîme, voyage à pied, souvent danger des brigands, danger de rues et des frères de race qui m’en voulaient, des païens dans la ville, danger du désert, sur la mer fatigue et peine, veilles souvent, faim et froid, jeûne souvent, froid et dénuement.”

La lettre à Philémon

De toutes les lettres de Paul parvenues jusqu’à nous, l’Épître à Philémon est la plus brève.

Elle est plus personnelle, la seule en outre qu’il ait écrite tout entière de sa propre main. Pour autant, il n’est pas sûr qu’elle ne soit que privée. Paul en effet s’adresse aussi à l’Église qui s’assemble dans la maison de Philémon.

De tout temps, cette épître a frappé par la délicatesse les sentiments que Paul y exprime. Jamais l’apôtre n’a autant cherché à ne pas faire peser sur ses disciples le poids de son autorité. Il prie, il suggère, il n’impose pas.

C’est sans doute de Rome ou de Césaré que Paul écrivit cette lettre. Paul est alors prisonnier (Colossiens 4, 3---- 10-18), (Philémon 9, 10-13-18) et se trouve entouré de mêmes compagnons (Colossiens 4, 7-14) (Philémon 23-24).

Paul, est pour nous un exemple de foi et d’engagement envers le Christ. Après sa conversion, il nous démontre qu’il a mené le bon combat et entrepris la bonne course.

Voilà pourquoi il a pu exprimer à la fin de sa vie :

“Ce n’est plus moi qui vit, c’est le Christ qui vit en moi”.

Claude Larocque as

## *Des petits pas pour aimer la vie*

*C'est d'abord apprendre à m'aimer moi-même,  
à accepter mes limites, m'y adapter, à reconnaître mes forces et les utiliser.*

*C'est avoir un rêve assez puissant pour y croire passionnément, assez grand pour  
qu'il soit envahissant, assez beau pour qu'il égaye chaque jour.*

*C'est avoir la certitude que je suis une étincelle,  
une étincelle venue rayonner, le temps d'un passage.*

*C'est croire que j'ai une mission et que je peux l'accomplir malgré les obstacles.  
C'est croire en moi, en autrui, en la vie.*

*C'est voir toutes les beautés du monde au-delà des nuages,  
voir tous les élans du coeur avec les yeux de l'âme.*

*C'est créer à travers le geste, la parole, le regard.  
Créer et recréer son existence, créer la plénitude du  
moment et tendre vers l'espoir.*

*C'est abandonner ma solitude première, m'ouvrir au regard  
et aux paroles des autres.*

*C'est croire que la vraie liberté est intérieure, qu'elle brise les chaînes  
et donne la clé qui mène vers la lumière, cette lumière qui me fait...*

**AIMER LA VIE !**



P. S. N'oubliez pas que vous retrouverez toujours  
les feuilles de parrainage  
sur le site web du Cursillo Joliette  
<http://www.cursillos.ca/joliette/>



# LE CURSILLO C'EST

« Un instrument suscité par Dieu  
pour l'annonce de l'Évangile  
en notre temps. »  
(C'est Jean-Paul II)

Pour de plus amples informations  
sur le Mouvement des Cursillos  
dans le Diocèse de Joliette,  
veuillez contacter :

Constance Gallagher et Claude Létourneau (Responsables diocésains)

Tél : (514) 916-0758 (450) 474-0758

[cursillocgallagher@gmail.com](mailto:cursillocgallagher@gmail.com)

[letournca@videotron.ca](mailto:letournca@videotron.ca)



Date de tombée du prochain journal : 21-05-2023

Le thème : " À quel moment je suis lumière pour  
quelqu'un ? "

Ceux et celles qui n'ont pas internet, envoyez vos articles  
à : Micheline Gravel

6 ch René, Crique à David Ouest,  
Ste-Émélie de l'Énergie, J0K 2K0  
Tél : 450 886-9781

## **L'équipe du Journal :**

Monique Fallu

[moniquefallu7@gmail.com](mailto:moniquefallu7@gmail.com)

Micheline Gravel

[michelinegravel52@gmail.com](mailto:michelinegravel52@gmail.com)

Correctrice : Madeleine Poitras