



La Bonne Nouvelle  
Tout droit de reproduction interdit sans autorisation préalable

ISBN : 2-9521351-3-4  
EAN : 978 295 213 5139

**Seigneur, dis seulement une Parole et**

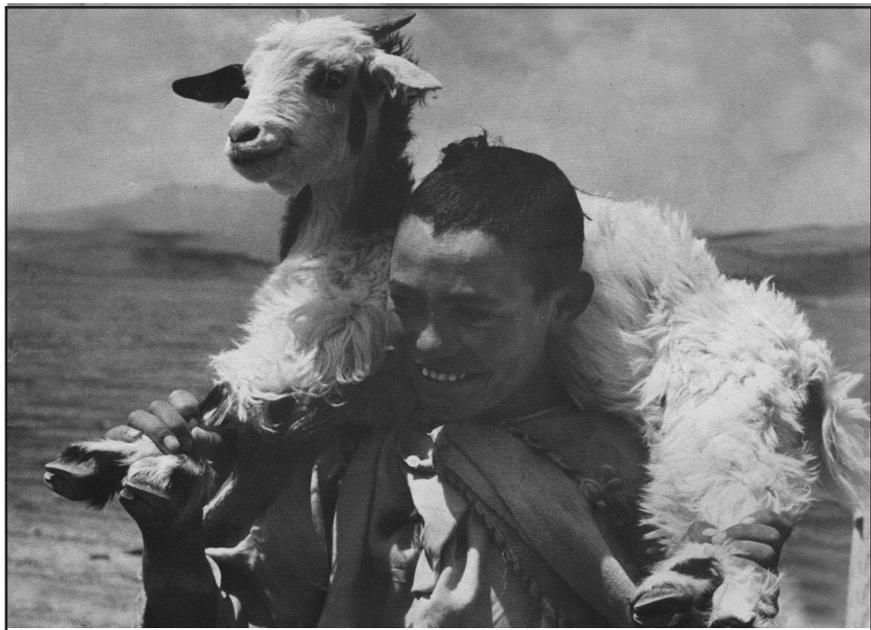
# **JE SERAI GUERI !**

Un chemin de guérison intérieure

CORPS, ÂME, ESPRIT

pour tous

4<sup>ème</sup> édition : 20.000 exemplaires



*Il a remporté la victoire !*

*(Ap.5)*

A nos parents qui nous ont transmis la vie.  
A tous ceux que nous avons croisés sur le chemin  
et qui nous ont révélé la tendresse de Dieu.  
Merci pour tous ces gestes, paroles, regards,  
et pour votre présence, qui sont autant de  
gouttes d'eau vive qui font déborder notre coupe.

A tous ceux qui liront ce livre,  
afin qu'ils y trouvent la certitude d'être rejoints  
au plus profond d'eux-mêmes,  
en ces endroits où l'espérance se voile.  
Et là, précisément,  
d'être aimés parfaitement et sans aucune condition,  
enfants choyés et désirés du Père.

La vie, c'est apprendre à aimer  
L'abbé Pierre

DIEU EST AMOUR  
(1 Jn 8)

## Table des matières

Préface .....	p.9
Introduction .....	p.13
Avant-propos .....	p.19
La conversion	
La rencontre .....	p.29
Dieu à la première place .....	p.47
Sans compromis .....	p.59
Le pardon	
Pardon à moi-même .....	p.75
Pardon aux autres .....	p.87
Pardon à Dieu .....	p.105
La purification	
Purification du corps .....	p.119
Purification de la mémoire et du psychisme .....	p.137
Purification de l'âme .....	p.151
Guérison et Union	
Se laisser guérir .....	p.169
Une vie d'union à Dieu .....	p.187
L'acquisition du Saint-Esprit .....	p.203
Conclusion .....	p.226

Petits outils.....	p.229
Mécanismes de défenses .....	p.230
Positivons .....	p.234
Rétablissement face à une dépendance .....	p.239
Les langages de l'amour .....	p.241
Quelques adresses de thérapeutes .....	p.246
Prières.....	p.248
Guérison d'une maladie .....	p.249
Libération intérieure, guérison et conversion .....	p.252
Guérison arbre généalogique .....	p.256
Prière de protection .....	p.268
Prière pour les enfants avortés .....	p.269
Guérir par la puissance de la Parole .....	p.270
Cultivateur d'amour .....	p.275
Annexe	
Du même auteur .....	p.280
Informations pratiques .....	p.281
Pour en savoir plus .....	p.282
Remerciements .....	p.288



## Prøface

Le mystère du Mal est insondable et nous n'en aurons sans doute la clef qu'en entrant dans la gloire de Dieu. L'histoire de Job n'est sans doute qu'une parabole car son dénouement terrestre est rassurant pour les fidèles.

Mais combien de pauvres Job bien réels ne connaîtront la félicité qu'au Ciel !

Et pourtant, à notre époque, tout le monde veut guérir, au sens passif comme au sens actif : le malade à juste titre, car il souffre ; le médecin aussi, car telle est sa vocation. Mais, depuis l'émergence de la civilisation du plaisir et du bien-être, habilement exploitée par le New-Age, et la perte du sens du sacrifice, toutes sortes de thérapies sont nées et de nombreuses "vocations" de thérapeutes, rarement désintéressées : leurs résultats ne sont pas vérifiables et leurs nuisances souvent spirituelles.

Un discernement s'impose devant l'abondance de propositions alléchantes. D'abord pour le malade lui-même, il ne faut pas vouloir guérir à n'importe quel prix : mieux vaut encore sauver son âme que guérir son corps ou son esprit ; de grands saints ont souffert tout ou partie de leur vie de troubles physiques, comme Mère Yvonne-Aimée de Jésus, et même psychiques pour certains. La finalité de la vie chrétienne est l'acquisition du Saint-Esprit, selon Saint-Séraphim de Sarov, et l'accession à la Vie Eternelle ; la guérison est un épiphénomène, un cadeau.

Le malade doit donc se confier en premier lieu à un médecin qualifié qui établira un diagnostic, et s'il s'agit d'une maladie organique, physique, accepter les méthodes éprouvées de la médecine scientifique, qui a doublé la

durée de vie moyenne des Français en un siècle. Mais, il doit aussi, s'il est chrétien, rencontrer un prêtre pour obtenir de lui le secours du "sacrement des malades » après celui de « réconciliation". Les sacrements ont une puissance de transformation de l'être que beaucoup de personnes ignorent ou négligent.

S'il s'agit d'une maladie psycho-somatique, psychique, d'un trouble du comportement ou de difficultés relationnelles, l'avis d'un psychiatre spécialiste est évidemment utile, car il existe des psychoses graves qui peuvent nécessiter un traitement chimique. Mais, dans tous ces cas, l'espoir d'une guérison intérieure doit conduire à une démarche psycho-spirituelle. De nombreuses "sessions de guérison" existent dans la mouvance du Renouveau Charismatique, et de nombreuses revues chrétiennes en font régulièrement l'annonce. Dans ces démarches, il faudra cependant garder à l'esprit que c'est le Seigneur Lui-même qui visite et guérit les blessures et qu'il faudra savoir correspondre aux grâces reçues.

Le mérite et l'originalité de la méthode proposée par Myriam et Thierry Fourchaud, c'est de présenter un processus d'auto-guérison. Mais, ce n'est en rien comparable à l'auto-hypnose. Par exemple : il ne s'agit pas de faire appel à des forces inconscientes et obscures, difficilement maîtrisables, mais bien au Seigneur Jésus Lui-même, en comptant sur la puissance de sa Parole, de sa Miséricorde et de sa Grâce, dans une démarche parfaitement consciente.

Certains prêtres ou laïcs, comme le père Jacques Marin ou Philippe Madre, ont reçu ce que l'on appelle un "charisme de guérison", accompagné en général de "paroles

de connaissance”, qui annoncent la guérison. Mais il faut savoir que certaines de ces guérisons sont passagères. Ceci n’est en rien comparable au fait que Lazare soit un jour mort après sa “réanimation” par Jésus. Non, ce sont des rechutes souvent à court terme, car il n’y a pas eu de la part de l’ancien malade de repentance, de renoncement à des pratiques condamnables et de conversion véritable à Jésus ; certes la Grâce y contribue beaucoup, mais il faut des actes libres et volontaires dans ce sens.

Dans le livre de nos deux amis, le cheminement de guérison est précisément jalonné par ces étapes indispensables, notamment de pardon et de conversion ; ils vont même plus loin, car ils proposent un véritable chemin de sainteté, gage non seulement d’une guérison stable (bien sûr, comme Lazare, il nous faudra bien mourir un jour), mais aussi du Salut éternel.

Dans un style simple, accessible à tous, loin des élucubrations théologiques, ils nous donnent les véritables clefs de la guérison intérieure.

Il restera au lecteur de ne pas brûler les étapes : il s’agit d’un véritable manuel à suivre pas à pas et non d’un livre à parcourir rapidement, avant de le ranger dans sa bibliothèque. C est une véritable théologie à consommer non pas avec modération, car sans danger, mais avec une lente sagesse, éclairée par l’Esprit-Saint.

Docteur Maurice Caillet

Membre de l’Association des Ecrivains Catholiques

Site internet : <http://www.cailletm.com>

Bibliographie : « Rien n’est impossible à Dieu ; un charisme de guérison »  
Dr M. Caillet, Ed. du Jubilé (disponible à : [iconedemarie@wanadoo.fr](mailto:iconedemarie@wanadoo.fr))



Photo : Edouard Boubat

je serai gueri !

## introduction

Depuis plusieurs années nous organisons des retraites de guérison intérieure à la Cité de l'Immaculée. Nous faisons venir des prédicateurs du monde entier. Pourtant, l'enseignement reste sur le fond toujours le même : un appel à la conversion, au pardon, à la purification pour la guérison et l'union à Dieu.

Nous prenons des temps d'écoute et de partage avec les retraitants afin d'aider chacun au mieux sur son chemin. Forts de cette expérience, il nous semble important de proposer une synthèse ou plutôt un chemin intérieur qui pourra aider chacun dans sa vie de tous les jours, car la vie spirituelle ne trouve de sens que dans son incarnation.

Un déclic : Il y a quelque temps nous prenions un temps de partage et d'écoute avec une dame, visiblement très pratiquante sur le plan religieux et très attachée au Seigneur. Voilà un petit extrait de notre échange :

- Je suis venue à cette retraite pour demander à Dieu de me guérir de mon insomnie ; en effet depuis de nombreuses années, je dors très mal.
- Avez-vous vraiment des soucis ou des inquiétudes ?  
Silence... puis des pleurs...

- J'ai trompé mon mari pendant 15 ans ; j'ai vécu une vie sentimentale avec un amant. Maintenant cette histoire est finie et j'ai repris une vie normale avec mon mari.

- Est-ce que vous lui en avez parlé ?

- Non, sûrement pas ! En plus... notre fille, son père biologique n'est pas son père, c'est mon ex-amant !

**(nouvelles larmes)**

- Quel âge votre fille ?

- 25 ans.

- Est-ce qu'elle sait la vérité sur sa naissance, sur son véritable père ?

- Ah non sûrement pas ! Je ne lui en ai pas parlé ; elle ne va pas très bien ; d'ailleurs elle n'arrive pas à accepter un jeune homme et à construire sa vie.

- Vous savez, je suis sûr que dans son for intérieur "sait" que votre mari n'est pas son père biologique.

- Oui, vous avez raison ; d'ailleurs un jour quand elle avait cinq ans elle m'a dit : "papa, ce n'est pas mon vrai père, j'ai mangé son estomac !" !

Une autre fois, peut-être un an plus tard, elle a vu son père et elle s'est exclamée, "c'est lui mon père !" Je n'ai rien dit mais cela est toujours resté gravé dans mon cœur.

- Eh bien, madame, voici sûrement de bonnes raisons qui vous empêchent de dormir : avoir chaque jour votre mari en face de vous, lui taire la vérité sur votre histoire, ne pas dire la vérité à votre fille sur son identité.

Il faut remettre la vérité dans votre vie, même si c'est difficile, par amour pour votre mari et pour votre fille.

Mandez pardon pour construire ensuite votre vie sur la vérité qui est Jésus. Ensuite, vous retrouverez le sommeil.

Nous vous donnons cet exemple car il est très significatif du problème que nous rencontrons souvent.

Nous voudrions avoir les fruits de la dernière étape (c'est-à-dire la guérison et la paix) sans parcourir le chemin, nous voudrions être arrivés sans avoir la route à faire...

Bien sûr, le Seigneur peut nous donner des "cadeaux", des grâces instantanément ; mais dans notre liberté nous devons aussi le choisir Lui, pour que ces "cadeaux" portent un fruit d'éternité. C'est pourquoi nous vous proposons à travers ce livre un chemin tout simple, un chemin d'approfondissement, un chemin qui a pour but l'acquisition du Saint-Esprit, à-dire l'acquisition de l'Amour de Dieu en nous, afin de le laisser complètement agir en nous et à travers nous.

De plus, le chemin spirituel n'est pas suffisant.

Il est nécessaire aussi de faire un travail sur notre psychisme et notre mémoire ; alors nous voyons des fruits et même un changement physique, car tout est lié, comme nous le verrons plus loin.

Se décider pour entamer un chemin de guérison intérieure, c'est reconnaître que nous avons besoin de l'Amour, de notre Sauveur, que son sacrifice n'est pas vain et que nous nous reconnaissons comme le plus pauvre, le plus nécessiteux. Pour finir, cette première marche est peut être la plus importante car c'est elle qui mène à la joie de la résurrection. Que d'humilité il nous faut pour nous regarder tels que nous sommes ! Voilà bien le secret des secrets.

De plus, nous ne faisons pas seul cette démarche qui dans l'invisible entraîne avec nous notre famille, nos amis... car tout geste d'amour a son écho dans le monde. Comme pour les dominos, si un seul bouge, tous bougent et pour chacun de nous si un seul trouve la paix, alors des-milliers ront la paix (Saint SØraphim de Sarov)

### Un chemin de guØrison en 12 Øtapes

\* Conversion en 3 Øtapes :

- La rencontre
- Dieu à la première place
- Sans compromis

\* Pardon en 3 Øtapes :

- A moi-même
- Aux autres
- A Dieu

\* Purification en 3 Øtapes :

- Du corps
- De la mémoire et du psychisme
- De l'âme

\* Union Dieu en 3 Øtapes :

- Se laisser guérir
- Une vie d'union à Dieu
- L'acquisition de l'Esprit-Saint

Chaque étape peut être vécue sur plusieurs jours ; il est fondamental de vivre ce chemin chacun à son rythme.

Nous vous invitons à un nouveau regard sur votre vie intérieure et sur son incarnation. Nous vous invitons à vivre Dieu, à respirer Dieu en le mettant à la première place.

Lorsque notre cœur change, inexorablement, l'organisation de notre vie change aussi. Nous choisissons clairement nos objectifs, ce que nous voulons mettre en premier et à qui tout le reste peut s'ordonner.

Cela se traduira peut-être par des changements au quotidien (par exemple temps de prière...), des décisions concrètes pour nourrir notre esprit (par exemple lecture de la Bible...) et notre corps (par exemple pratique d'un sport et nourriture saine et équilibrée...)

A travers chaque étape  
nous trouverons différentes rubriques

- Introduction
- La Parole de Dieu
- Approfondissement
- Témoignage
- Métaphore et /ou Petite histoire vraie
- Exercice
- Bonne Résolution
- Prière
- Bénédiction

Je serai guéri !

## AVANT -PROPOS

Ce livre s'adresse à tous, croyants ou non. Cependant l'approche spirituelle est pour nous indispensable.  
C'est pourquoi chacun pourra prendre le livre à son propre niveau et pourra sauter éventuellement des passages.  
La clef du bonheur étant pour tous de faire et de vivre avec amour et par amour.

Voici maintenant quelques bases fondamentales pour "entrer" pleinement et authentiquement sur ce chemin de guérison intérieure.

### Premier point

Le Corps, le psychisme (mømoire), l'âme (l'esprit)



Dessin : Floris

Dimension  
psychique

- mømoire
- affectivitø
- imagination
- intelligence
- volontø

Dimension  
spirituelle

- 'me
- Esprit

Dimension  
physique

- Corps
- Soma

Il est fondamental de comprendre que nous sommes “constitués” : de notre corps, de notre mémoire ou psychisme et de notre âme dont la fine pointe est l’esprit. Chacun est indépendant mais tous sont interdépendants. Quand nous avons une souffrance il est souvent nécessaire d’agir sur plusieurs niveaux.

Premier niveau Je me coupe le doigt. Action unique au niveau du corps. Il suffit de mettre un pansement.

Deuxième niveau J’ai beaucoup de soucis. Ceci agit au niveau du psychisme, mais peut entraîner, par exemple, des brûlures d’estomac. Il y a donc interaction entre le psychisme et le corps.

Si je prends uniquement des médicaments pour soigner l’estomac, le problème va continuer. Il faut “travailler” aussi sur les “soucis” et aider à régler le problème psychologique. De plus il est peut-être déjà possible d’agir au niveau spirituel (l’âme). Par exemple en allant remettre dans le sacrement de réconciliation mes culpabilités, remords...

Troisième niveau Exemple extrême. Une personne pratique le spiritisme. Progressivement ses états physique et psychologique se dégradent. Cependant si on n’agit que sur ces deux premiers niveaux, la personne continuera d’aller de plus en plus mal.

Il est dans ce cas nécessaire de pratiquer une délivrance ou un exorcisme (niveau spirituel), puis un accompagnement psychologique. L’ensemble permettra un rétablissement physique. Nous voyons dans cet exemple qu’il faut finalement agir sur les trois niveaux (le corps, le psychisme et l’âme).

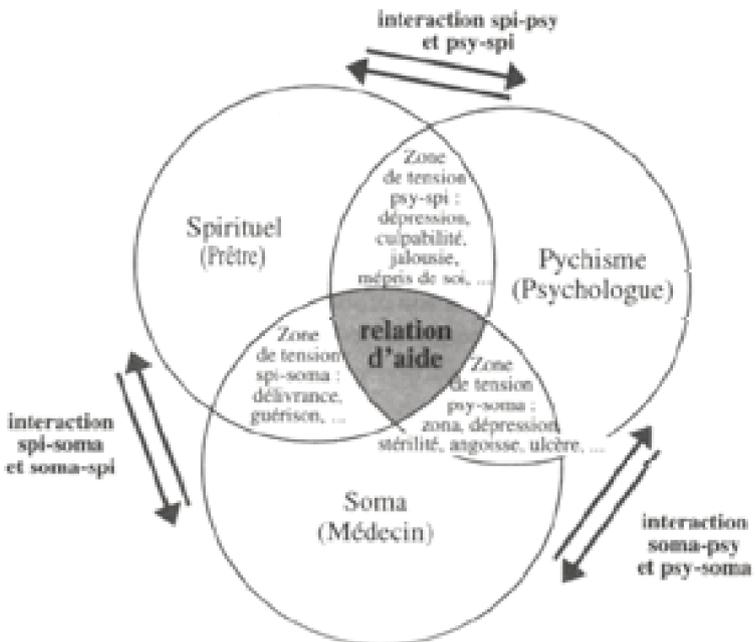
Où se situe la relation d'aide ?

Où se situe le conseiller en relation d'aide par rapport au médecin, au prêtre et au psychologue, tous spécialistes de l'homme ?

En effet, chaque être humain a une composante somatique (physique), une composante psychique et une composante spirituelle. Comme nous venons de le voir, quand une personne a une difficulté somatique elle va voir le médecin ; un problème psychique elle va voir le psychologue et si c'est un problème spirituel un prêtre ou un guide spirituel.

Ces trois spécialistes sont donc prêts à nous aider dans un domaine précis.

Ce schéma va nous aider à situer les interactions :



La relation d'aide est figurée par ce petit triangle au centre des trois zones du schéma. La vision du conseiller en relation d'aide prend en compte le physique, le psychologique et le spirituel.

Le spécialiste en relation d'aide va avoir un regard global et complet sur le travail de guérison intérieure. Il se sera formé très sérieusement pour être capable de discerner les causes et les origines des souffrances afin d'orienter efficacement le travail de guérison.

Si le problème est dans la limite de ses compétences, il peut intervenir. S'il se sent "dépassé", il a alors le devoir d'envoyer la personne vers le spécialiste ; il "passe" le relais à quelqu'un de plus qualifié dans un domaine précis. Cela fait un peu penser à la démarche du médecin généraliste, qui soigne les troubles pour lesquels il se sent apte, mais qui n'hésite pas à envoyer son patient vers un spécialiste lorsque le problème dépasse ses compétences.

Généralement c'est un travail commun entre différents spécialistes qui va se mettre en "route" chacun apportant sa pierre à l'édifice de la reconstruction intérieure.

Cependant, la pierre d'angle reste le Christ et l'homme reste le créateur de sa propre vie. Les aides extérieures n'étant que des panneaux indicateurs.

Deuxième point

Ouvrir son regard

Qui a raison ?

Que voyez-vous sur cette photo ?

Une jeune fille élégante, jeune et jolie, ou une vieille dame ?



- Si vous voyez la vieille dame, dites-vous que son nez pourrait être la joue et le menton de la jeune fille, et la verrue de la vieille le nez de la jeune fille qui regarde en arrière.

- Si vous voyez la jeune fille, regardez les détails précédents ou encore le collier comme étant la bouche de la vieille qui regarde à gauche.

Ce test a pour but de nous faire comprendre que chacun a sa vision des choses. Personne n'a tort ou raison sur tel ou tel sujet. L'essentiel est d'essayer de comprendre la position de l'autre, d'aller dans sa "carte du monde " pour le rejoindre.

Si deux personnes regardent cette image et défendent chacune leur vision différente, elles vont au "clash", chacune étant persuadée d'avoir raison. Pourtant si chacune est à l'écoute de l'autre, la première peut expliquer paisiblement ce qu'elle voit et inversement ; mais pour cela il faut que chacun fasse abstraction de tout désir de puissance, de possession, de domination... De plus, l'humilité est essentielle, en toute objectivité et conscience face à l'autre.

Ce point est très important, et n'y aurait-il pas beaucoup moins de conflits ou d'affrontements si tous les hommes acceptaient cette réalité ?

Alors, dans nos petits conflits quotidiens, n'oublions jamais qu'aider, c'est aussi tenter de rejoindre et de comprendre notre prochain. **Et si il avait raison ?**

Troisième point  
Changer son regard

Passer de son propre regard au regard de Dieu

Comment je me regarde, comment je me juge ?  
Souvent nous risquons d'être notre pire accusateur.  
Comment je regarde les autres, comment je les juge ?  
Ne suis-je pas trop sévère ?

Regardons et écoutons la Parole de Dieu.

Maître, quel est le plus grand commandement ?  
Jésus répondit : Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout  
ton cœur, de toute ton âme et de tout ton esprit.  
C'est le plus grand commandement (Mt 22, 36-38)

Donc, nous devons adorer et aimer Dieu en premier.

Regarder vers Lui, Le laisser vivre en nous totalement pour  
regarder par Lui, car Dieu est Amour (1Jn 4,16).

Si je me regarde à travers les yeux du Christ, mon regard  
sur moi-même sera différent. De la même façon, si je regarde  
les autres à travers le regard d'amour de Dieu, mon regard  
sur l'autre sera différent.

Ceci est un point fondamental pour la vie quotidienne.

Plus de jugement, ni de condamnation de ma part ; je suis  
appelé à porter un regard qui élève, un regard d'espérance  
sur moi-même et sur le monde, et cela par la grâce de Dieu  
qui vit en moi.

Comme dit saint Paul : ce n'est plus moi qui vis, mais  
le Christ qui vit en moi (Ga 2,20)

Donc nous devons accepter, dès le départ, que nous ne pouvons pas nous en sortir tout seuls

Nous ne pouvons pas changer les autres, mais nous pouvons nous changer.

Nous avons besoin de Dieu et aussi des autres... Écoutons et vivons l'adage qui se plaît à dire : on ne peut pas des cendre du vølo pour se regarder pødaler.

**Jésus ajoute ensuite :** Le second (commandement) lui est sensible. Tu aimeras ton prochain comme toi-même.

Ainsi, si Christ habite en moi et si je regarde les autres à travers le regard de Dieu, je peux vivre véritablement et pleinement le second commandement.

Accueillons donc pleinement l'amour de Dieu en nous, pour en vivre et le communiquer autour de nous.

Comment ? Ce livre nous y aidera.



Dessin : Floris

FAIS - TOI  
CAPACITÉ ...



DISAIT JÉSUS À  
SAÏNTE CATHERINE DE SIENNE

Dessin : Floris



Photo : Edouard Boubat

Je serai guéri !

## ETAPE 1

# CONVERSION

## La rencontre

### Introduction

#### TOUCHER DIEU

Pourquoi parler de rencontre dans ce chapitre ? Nombre d'entre nous ont été élevés dans la foi chrétienne et croire en Dieu est tout aussi naturel que le manger et le boire, un réflexe à la Pavloyou se résume à une certitude intellectuelle. Cette foi, qui s'apparente plus à une croyance, a bien souvent occulté l'aspect intime et personnel. On pourrait dire que ces personnes ont connaissance du chemin à parcourir mais l'arpentent rarement avec toute leur personne, corps, âme et esprit. Dieu est quelqu'un, Dieu est une personne, je peux toucher Dieu, parler avec Dieu, sentir Dieu dans ma vie, respirer Dieu. Ce n'est pas parce qu'on ne voit pas l'air qu'on ne le respire pas..

Nous avons donc, particulièrement dans nos sociétés occidentales, besoin de vivre une expérience personnelle de Dieu ainsi qu'a pu la vivre saint Paul sur le chemin de Damas. Nous rendre présent à la Présence pour rendre notre relation à Dieu échange, mouvement, caresse.

La rencontre est décisive aussi pour toute la vie apostolique. Comment puis-je porter Dieu à mon prochain, si je ne le connais pas, si je ne dialogue pas avec Lui ? Ainsi, sans expérience réelle de Dieu, nous risquons de vivre dans l'illusion d'un dieu à notre idée (une idole, une fausse image de Dieu), passant à côté de Celui qui est le Tout-Autre et qui nous attend dans une effusion d'amour, un embrasement.

D'autres pourront comme ce sidéen sur son lit d'agonie, s'écrier : Dieu, je ne te connais pas ; vois, je suis une blanche sur laquelle, si tu existes, tu peux écrire chose, je saurai te reconnaître !

Dieu se met à genoux devant notre liberté ; il ne s'impose jamais dans une vie, mais toujours, se laisse trouver.

Mettons-nous à l'école de Marie, la première en chemin, afin que Dieu nous devienne plus intime que nos enfants, nos parents, frères, sœurs...

Information pratique : lire haute voix

A chaque étape, nous vous proposons de lire des passages bibliques à voix haute. Bien sûr cela n'est pas une obligation, mais si vous lisez à voix haute, si la Parole de Dieu sort de votre bouche, alors elle produit un double effet.

De même que la pluie et la neige descendent des cieux n'y retournent pas sans avoir arrosé la terre, sans

condøe et l'avoir fait germer pour fournir -la sem-  
meur et le pain manger, ainsi en est-il de la p-  
de ma bouche ; elle ne revient pas vers moi sans  
avoir accompli ce que j'ai voulu, et røalisø l'ob-  
sion. Oui, vous partirez dans la joie et vous ser-  
dans la paix. (1x.55,11)

C'est ce qu'on appelle la puissance de la louange ou le sa-  
crifice de louange, qui est source de libération et de guéri-  
son. Seigneur, ouvre mes lÈvres, et ma bouche publi-  
louange (Ps 51)

La Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

Cependant Saul, respirant encore la menace et le meurtre  
contre les disciples du Seigneur, se rendit chez le souverain  
prêtre, et lui demanda des lettres pour les synagogues de  
Damas, afin que, s'il trouvait des partisans de la nouvelle doc-  
trine, hommes ou femmes, il les amenât liés à Jérusalem.  
Comme il était en chemin, et qu'il approchait de Damas, tout  
à coup une lumière venant du ciel resplendit autour de lui.  
Il tomba par terre, et il entendit une voix qui lui disait : Saul,  
Saul, pourquoi me persøcutes ? Il répondit : Qui es-tu,  
Seigneur ? Et le Seigneur dit : Je suis Jøsus que tu persø-  
cutes. Tremblant et saisi d'effroi, il dit : Seigneur, que veux-  
tu que je fasse ? Et le Seigneur lui dit : LÈve-toi, entre dans  
la ville, et on te dira ce que tu dois faire.  
Les hommes qui l'accompagnaient demeurèrent stupéfaits ;  
ils entendaient bien la voix, mais ils ne voyaient personne.  
Saul se releva de terre, et, quoique ses yeux fussent ouverts,  
il ne voyait rien ; on le prit par la main, et on le conduisit à

Damas. Il resta trois jours sans voir, et il ne mangea ni ne but. (...) Ananias sortit; et, lorsqu'il fut arrivé dans la maison, il imposa les mains à Saul, en disant : Saul, mon frère, le Seigneur JØsus, qui t'est apparu sur le chemin par lequel venais, m'a envoyØ pour que tu recouvres la vue et sois rempli du Saint-Esprit. Au même instant, il tomba de ses yeux comme des écailles, et il recouvra la vue. Il se leva, et fut baptisé ; et, après qu'il eut pris de la nourriture, les forces lui revinrent.

Saul resta quelques jours avec les disciples qui étaient à Damas. Et aussitØt, il prêcha dans les synagogues que JØsus est le Fils de Dieu.

Extrait : Conversion de saint Paul (Actes 9,1-21)

### Approfondissement

\* Dieu se laisse trouver.

D'aucun diront que tout cela est très beau, que nous avons tous le secret désir de cette intimité avec Dieu, de ce toucher divin, mais concrètement, me direz-vous, comment faire ?

La première démarche est de déposer nos peurs de Dieu et tout ce qui entrave, parfois inconsciemment, cette rencontre.

Dans l'Eglise orthodoxe un acte de contrition consiste à remettre ses péchés conscients et inconscients, il s'agit bien de se laisser toucher jusqu'au secret de notre être. C'est à proprement parler l'évangélisation de nos profondeurs, de toutes ces peurs enfantines (voir guérison de la mémoire) profondément enfouies en nous.

Pour ce faire, on pourra choisir un jour pour lequel nous au-

rons préparé notre cœur par la confession, si cela est possible : Père je te demande pardon pour toutes ces peurs qui nous séparent de toi, pour ces manques de confiance et d'amour Tout-Puissant. Puis, si possible, (si nous allons à la messe) au cours de l'Eucharistie déposer ces peurs au moment de la consécration et à l'élévation, les offrir au Père avec le Corps de son Fils qui a triomphé de toutes nos peurs. Il est écrit 365 fois dans la Bible ; c'est dire combien ce sont nos peurs qui nous séparent de Dieu. Par cette démarche nous donnons la permission à Dieu d'aller toucher ces craintes, toutes ces défenses que nous opposons à l'amour et que nous approfondirons dans ce livre. Ces peurs masquent nos faiblesses qui elles aussi nous font peur. Nous voici comme un petit hamster qui tourne dans sa roue.

Alors, en route vers la liberté !

\* Du temps pour Dieu

Ensuite, remettons-nous en question sur le temps que nous consacrons au cœur-à-cœur avec Dieu et prenons de petites décisions de prière, car on ne trouve Dieu que dans la solitude et le silence.

Chacun pourra organiser ses temps de rencontre.

Soyons "futés" pour le Seigneur, par exemple en louant Dieu dès le réveil, avant d'avoir posé un pied par terre, et en lui consacrant dès cet instant toute cette journée. Puis en dehors des temps comme la messe... essayons de réserver un temps personnel pour Dieu. Commençons par une minute puis cinq minutes par jour ; puis petit à petit, nous pourrions augmenter ce temps.

La fidélité aux petites choses finit par en produire de

grandes ; alors mettons notre confiance en Dieu et non en nos propres forces.

Ce n'est pas la durée qui compte, mais l'intensité. Bien plus que le temps encore, c'est le cœur qui ouvre à la rencontre, pas tant la quantité que la qualité. Comment savoir que je prie avec mon cœur ? Il n'y a rien de plus simple.

Lorsque vous êtes invité à une table et parlez avec vos voisins, vous savez très bien si vous êtes tout entier à ce que vous écoutez ou un peu là, un peu ailleurs...

Prier, c'est être tout entier avec Dieu.

L'appétit vient en mangeant. Plus on prie et plus on a envie de prier ; et malheureusement l'inverse est aussi vrai.

Il est rare de ne pas trouver une communauté ou une église, pas trop loin de chez soi, où est exposé le Saint-Sacrement. Voici le temps privilégié pour la rencontre. Dieu s'expose, se fait le plus vulnérable.

Les Pères de l'Eglise nous enseignent que nous devenons ce que nous contemplons. Devant Jésus-Hostie, prions l'Esprit-Saint de faire de nous des adorateurs du Dieu vivant.

\* Corps, me et esprit

Nous sommes la première demeure de Dieu, nous sommes le temple du Dieu Vivant, alors c'est tout au fond de nous que nous allons à la rencontre du bien-aimé. Pour cela, il nous faut faire taire tous les bruits intérieurs, les pensées, les distractions... ce à quoi nous sommes peu habitués dans notre société qui privilégie la communication à la communion. C'est pourquoi, nous vous livrons ici un petit exercice (page 42) pour aider notre corps, notre esprit, notre âme à se préparer. Une manière de tourner nos sens et toutes nos "puissances" intérieures vers le Seigneur.

## T0moignage

\* La conversion de Paul Claudel

Je vivais dans l'immoralité et, peu à peu, je tombais dans un état de désespoir. J'avais complètement oublié la religion et j'étais à son égard d'une ignorance sauvage.

Tel était le malheureux enfant qui, le 25 décembre 1886, se rendit à Notre-Dame de Paris pour y suivre les offices de Noël. Je commençais alors à écrire et il me semblait que, dans les cérémonies catholiques, considérées avec un dilettantisme supérieur, je trouverais un excitant approprié et la matière à quelques exercices décadents. C'est dans ces dispositions que, coudoyé et bousculé par la foule, j'assistais, avec un plaisir médiocre, à la grand-messe.

Puis, n'ayant rien de mieux à faire, je revins aux vêpres. Les enfants de la maîtrise en aubes blanches et les élèves du petit séminaire de Saint-Nicolas-du-Chardonnet qui les assistaient, étaient en train de chanter ce que je sus plus tard être le Magnificat. J'étais moi-même debout dans la foule, près du second pilier à l'entrée du chœur, à droite du côté de la sacristie. Et c'est alors que se produisit l'événement qui domine toute ma vie.

En un instant, mon cœur fut touché et je crus. Je crus, d'une telle force d'adhésion, d'un tel soulèvement de tout mon être, d'une conviction si puissante, d'une telle certitude ne laissant place à aucune espèce de doute que, depuis, tous les livres, tous les raisonnements, tous les hasards d'une vie agitée n'ont pu ébranler ma foi, ni, à vrai dire, la toucher. J'avais eu tout à coup le sentiment déchirant de l'innocence, de l'éternelle enfance de Dieu, une révélation ineffable.

En essayant, comme je l'ai fait souvent, de reconstituer les

minutes qui suivirent cet instant extraordinaire, je retrouve les éléments suivants qui, cependant, ne formaient qu'un seul éclair, une seule arme, dont la Providence divine se servait pour atteindre et s'ouvrir enfin le cœur d'un pauvre enfant **désespéré** : Que les gens qui croient sont heureux ! Si c'était vrai, pourtant ? C'est vrai ! Dieu existe, Il existe qu'un, c'est un Être aussi personnel que moi ! Il m'appelle. **Les larmes et les sanglots étaient venus et le chant si tendre de l'Adeste ajoutait encore à mon émotion.**

Ecclesia, Lectures chrétiennes, Paris, No 1, avril 1949, p. 53-54.

### Métaphores **(deux textes)**

\* Dieu n'existe pas ?

Un homme entra dans un salon de coiffure pour se faire couper les cheveux et tailler la barbe comme il le faisait régulièrement. Il entama la conversation avec le coiffeur qu'il connaissait bien. Ils discutèrent de sujets nombreux et variés. Soudain, ils abordèrent le sujet de Dieu. Le coiffeur dit :

- coute, je ne crois pas que Dieu existe comme tu le crois.
- Pourquoi dis-tu **répondit le client.**
- Bien, c'est facile, tu n'as qu'à sortir dans la rue et prendre que Dieu n'existe pas. Dis-moi, si Dieu existait, y aurait-il tant de gens malades ? Y aurait-il tant d'abandonnés ? Si Dieu existait, il n'y aurait pas de souffrance ... Je ne peux pas penser à un Dieu qui fait toutes ces choses.

Le client s'arrêta un moment pour penser mais il ne voulut pas répondre pour éviter toute confrontation. Le coiffeur termina son travail et le client sortit du salon. Tout de suite après

sa sortie, il vit un homme dans la rue avec de longs cheveux et une barbe (il semblait bien qu'il avait été longtemps sans s'être occupé de lui-même car il avait l'air vraiment très négligé).

Le client pris l'homme par le bras et retourna dans le salon et dit au coiffeur :

- Tu sais quoi ? Les coiffeurs n'existent pas !

**Le coiffeur répondit :**

- Ne suis-je pas ici et ne suis-je pas un coiffeur ?

- Non ! s'écria le client. Ils n'existent pas partout, taient, il n'y aurait pas des gens avec de si longs cheveux et la barbe longue comme cet homme avec moi.

- Ah mais si, les coiffeurs existent ! La preuve, moi pour se faire couper les cheveux et tailler la barbe.

- Exactement s'exclama le client. Tu l'as dit : Dieu existe. Ce qui arrive c'est que les gens ne vont pas vers Dieu pour pourquoi il y a tant de guerres et de souffrances dans le monde !

\* La vie existe-t-elle après l'accouchement ?

**Dans le ventre d'une femme enceinte se trouvent deux embryons. L'un est croyant, l'autre non-croyant.**

- **Le petit non-croyant :** Comment quelqu'un peut-il croire en Dieu la vie après l'accouchement ?

- **Le petit croyant :** Mais naturellement. Il n'y a aucun problème qu'il y a une vie après l'accouchement. Notre vie continue sans que parce que l'on grandit pour nous préparer à la vie après l'accouchement. Nous devons ici prendre de la patience pour ce qui nous attend plus tard.

- **Le petit non-croyant** : Cela n'a aucun sens. Il n'existe pas de vie après l'accouchement. Quelle forme peut avoir telle vie ?

- **Le petit croyant** : a, je ne peux pas le savoir exactement. Mais c'est sûr qu'il y a plus de lumière qu'ici. Et nous allons manger avec notre bouche, courir avec nos jambes etc...

- **Le petit non-croyant** : Arrête un peu avec ces sornettes. Courir ? Ce n'est pas possible. Et une bouche qui mange une image ridicule. Et pourquoi ? Nous avons notre ombilical qui nous nourrit. Et c'est évident que le bilical ne peut nous conduire quelque part car il est

- **Le petit croyant** : Ce doit être sûrement possible. Ce sera sûrement totalement différent quand nous nous y habituerons.

- **Le petit non-croyant** : Et personne n'en est jamais revenu. Compris ? Avec l'accouchement finit la vie. C'est ainsi que cela. Et surtout, la vie n'est rien de plus qu'une plaie dans le noir.

- **Le petit croyant** : Oui, je suis d'accord que nous n'avons aucune représentation de la vie après l'accouchement. Dans tous les cas, nous verrons enfin notre maman. Et elle prendra soin de nous.

- **Le petit non-croyant** : Maman ? Tu crois qu'il y a une maman et qui est-elle ?

- **Le petit croyant** : Elle est tout autour de nous. Nous vivons en elle et par elle. Sans elle, nous n'existerions plus.

**Le petit non-croyant** : C'est le top de la confusion ! Je n'ai jamais vu le moindre bout de maman ici. La conclusion est qu'il n'y en a pas. Et basta così.

- **Le petit croyant** : Quelquefois, quand un calme bienfaisant vient, nous pouvons percevoir son chant. Nous pouvons aussi sentir comme elle caresse notre monde. C'est quoi  
je suis sûr que c'est alors que la vraie vie comm

Petite histoire vraie

\* La conversion d'Alphonse Ratisbonne  
Élevé au milieu de jeunes chrétiens indifférents comme moi, je n'avais éprouvé jusqu'alors ni sympathie ni antipathie pour le christianisme; mais la conversion de mon frère (qui se fit prêtre), que je regardais comme une inexplicable folie, me fit croire au fanatisme des catholiques, et j'en eus horreur. (..) Un vide existait dans mon cœur, et je n'étais point heureux au milieu de l'abondance de toutes choses. Je ne croyais à rien.

Je partis en voyage et une des étapes me fit passer par Rome. Là, je me devais de rendre visite au baron de Bussières ami de ma famille. Enfin, me dit M. de Bussières puisque vous détestez la superstition et que vous rejetez des doctrines si libérales, puisque vous êtes un éclairé, auriez-vous le courage de vous soumettre à une épreuve bien innocente ? - Quelle épreuve ? - Ce serait de porter sur vous un objet que je vais vous donner... une médaille de la Sainte Vierge. Cela vous para-t-il bien difficile n'est-ce pas ? Mais quant à moi, j'attache une grande valeur à cette médaille.

La proposition, je l'avoue, m'étonna par sa puérile singularité. Je ne m'y attendais pas. Mon premier mouvement fut de rire en haussant les épaules; mais la pensée me vint que

cette scène fournirait un délicieux chapitre à mes impressions de voyage, et je consentis à prendre la médaille comme une pièce à conviction que j'offrirais à ma fiancée. Aussitôt dit et aussitôt fait.

Maintenant, me dit-il, il faut compléter l'œuvre. Il s'agit de réciter matin et soir le Memorare, prière très efficace, que saint Bernard adressa à la Vierge Marie. Qu'est-ce que votre Memorare ? Je ne sais ; laissons ces sottises. Car en ce moment je sentais toute mon animosité se renouveler en moi.

Je priai donc M. de Bussières d'en rester là.

Pendant mon interlocuteur insista. Je dis : Soit ! Je vous promets de réciter cette prière ; si elle ne me fait du moins ne me fera-t-elle pas du bien. Et M. de Bussières alla la chercher en m'invitant à la copier.

" Souvenez-vous, très pieuse Vierge Marie, qu'on ne peut jamais ou dire qu'aucun de ceux qui ont eu recours à votre protection, imploré votre secours et demandé votre aide ait été abandonné. Plein d'une pareille confiance, ô Vierge des Vierges, me jeter entre vos bras, et, sous le poids de mes péchés, je me prosterner devant vous. Mère du Verbe, ne dédaignez pas mes prières, mais recevez-les favorablement et daignez les exaucer. "

J'avais copié machinalement ces paroles de saint Bernard, sans aucune attention.

Deux jours plus tard, en sortant du café, je rencontre la voiture de M. Théodore de Bussières. Elle s'arrête, et je suis invité à y monter pour une partie de promenade. Le temps

était magnifique, et j'acceptai avec plaisir. Mais M. de Bussières me demanda la permission de s'arrêter quelques minutes à l'église Saint-André-des-Frères, qui se trouvait presque à côté de nous, pour une commission qu'il avait à remplir; il me proposa de l'attendre dans la voiture; je préférerais sortir pour voir cette église.

L'église de Saint-André est petite, pauvre et déserte; je crois y avoir été à peu près seul ; aucun objet d'art n'y attirait mon attention. Je promenais machinalement mes regards autour de moi, sans m'arrêter à aucune pensée ; je me souviens seulement d'un chien noir qui sautait et bondissait devant mes pas... Bientôt ce chien disparut, l'église tout entière disparut, je ne vis plus rien... ou plutôt, ô mon Dieu ! je vis une seule chose !

Comment serait-il possible d'en parler ? Oh ! non, la parole humaine ne doit point essayer d'exprimer ce qui est inexprimable; toute description, quelque sublime qu'elle puisse être, ne serait qu'une profanation de l'ineffable vérité. J'étais là, prosterné, baigné dans mes larmes, le cœur hors de moi-même, quand M. de Bussières me rappela à la vie.

Je ne pouvais répondre à ses questions précipitées ; mais enfin je saisis la médaille que j'avais laissée sur ma poitrine ; je baisais avec effusion l'image de la Vierge rayonnante de grâce... Oh ! c'était bien elle !

Je ne savais où j'étais ; je ne savais si j'étais Alphonse ou un autre ; j'éprouvais un si total changement, que je me croyais un autre moi-même... Je cherchais à me retrouver et je ne me retrouvais pas... La joie la plus ardente éclata au fond de mon âme ; je ne pus parler; je ne voulus rien révé-

ler; je sentais en moi quelque chose de solennel et de sacré qui me fit demander un prêtre... On m'y conduisit, et ce n'est qu'après en avoir reçu l'ordre positif, que je parlais selon qu'il m'était possible, à genoux et le cœur tremblant.

Je sortais d'un tombeau, d'un abîme de ténèbres, et j'étais vivant, parfaitement vivant... Mais je pleurais ! je voyais au fond de l'abîme les misères extrêmes d'où j'avais été tiré par une miséricorde infinie ; je frissonnais à la vue de toutes mes iniquités, et j'étais stupéfait, attendri, écrasé d'admiration et de reconnaissance...

Tout ce que je sais, c'est qu'en entrant à l'église, j'ignorais tout; qu'en sortant, je voyais clair. Je ne puis expliquer ce changement que par la comparaison d'un homme qu'on réveillerait subitement d'un profond sommeil, ou bien par l'analogie d'un aveugle-né qui tout à coup verrait le jour : il voit, mais il ne peut définir la lumière qui l'éclaire et au sein de laquelle il contemple les objets de son admiration.

Si on ne peut expliquer la lumière physique, comment pourrait-on expliquer la lumière qui, au fond, n'est que la vérité elle-même ?

Extrait de la lettre de Mr Marie-Alphonse Ratisbonne  
à M. Dufriche-Desgenettes.

### Exercice

\* Descendre dans son oratoire intérieur.

S'installer dans une position propice à la détente. Prendre quelques minutes pour relâcher tous ses muscles de la tête aux pieds. Puis, je vous propose une image : dans cet état de calme, vous êtes debout devant un escalier avec cinq



marches. Chaque marche représente un degré de descente

dans les profondeurs de votre intériorité et vous savez que lorsque vous aurez atteint la cinquième, vous vous trouverez dans le lieu le plus profond.

Vous descendez une marche, et vous ressentez dans tout votre corps, tout ce qui descend.

Vous comptez deux marches et vous sentez toujours que tout votre corps descend. Cet escalier est blanc, lumineux, vous sentez que vous allez vers un lieu de paix, de calme.

Vous descendez la troisième en entendant en vous trois

Vous expérimentez que vous êtes dans un lieu de silence, le calme des pensées. Vous savez qu'à la cinquième

marche vous aurez atteint un état profond, mais avant, vous descendez la quatrième en entendant quatre

Vous descendez la cinquième marche pour arriver dans un lieu à l'intérieur de vous-même, où vous serez bien, au mieux de ce que vous vivez aujourd'hui et vous comptez cinq

Là, vous sentez la présence de Jésus, de Marie, il n'y a plus de pensées, vous atteignez un recueillement, et vous savez que quand vous le désirerez vous pourrez retrouver cet état, descendre dans ce lieu. Vous pouvez demeurer là et prier, dire le chapelet par exemple ou méditer une parole, la laisser retentir, célébrer votre baptême, laisser la mémoire de Dieu agir en vous et rendre présentes en vous les paroles de Jésus.

Vous savez que désormais, vous pourrez retrouver ce Royaume de Dieu qui est en vous, pour y accueillir les grâces. Ce lieu est le lieu du secret : " retire-toi dans ta chambre , et dans le secret..."

Vous pouvez rester dans ce recueillement, sachant que quand vous déciderez sortir de cette chambre intérieure, vous emmènerez avec vous tout ce calme, cette paix dans toutes les activités de votre journée.

(Vous trouverez cet exercice sur CD audio «Exercice pour entrer dans les profondeurs» frère Ephraïm, à Ephèse Diffusion, BP 24, 53170 Saint Denis du Maine - 02.43.64.27.03)

Bonnes Résolutions

Prière d'action de grâce après avoir communié.

Adoration pour être présent à la Présence.

Des temps de rencontre de cœur à cœur.

Décision : aujourd'hui je (re)choisis ~~ma~~ physique, psychologique et spirituelle et je prends les décisions qui vont avec.

Prière

Seigneur, accueille cette prière que je t'offre par  
des bergers qui, l'annonce de ta Présence, se sont  
écouverts Bethléem pour te voir et t'adorer. Dans  
de ta sainte Présence la crèche, je viens déposer  
mes peurs de te rencontrer. Mes peurs d'aimer et  
de Toi. Je te demande pardon pour toutes les fois  
superficiellement les grâces de ta Présence dans  
la vie et te demande la grâce de vivre saintement  
Je te remets mon esprit de paresse spirituelle qu'  
du temps de rencontre avec toi. Par les grâces de  
baptême, je te prie Saint-Esprit de renouveler en  
amour et l'ardeur de mon désir de Dieu.

Marie, premier tabernacle du Dieu vivant, rappelle  
inlassablement que mon seul bonheur est en Dieu, afin  
pas pas, mon âme se prépare la joie de la ren-  
contre. Amen !

Bénédictio

(Si possible haute voix)

**Sans conversion point de salut**

**Car ainsi parle le Seigneur à la maison d'Israël :**

Cherchez-moi, et vous vivrez !

Ne cherchez pas Bèthel,

N'allez pas Guilgal,

Ne passez pas Beer Schéba.

Car Guilgal sera captif,

Et Bèthel anéanti.

Cherchez le Seigneur, et vous vivrez !

(Amos 5,4)



Photo : Edouard Boubat

Je serai guéri !

## ETAPE 2

### CONVERSION

# Dieu la première place

#### Introduction

En l'an 2005 un journal pour les jeunes a fait un double sondage où il pose la question suivante à des enfants de 12 ans :

- Pour vous qu'est-ce qui est le plus important p  
vie d'adulte.

La réponse unanime des jeunes de 12 ans est :

- fonder une famille.

Le journal pose ensuite la même question à des jeunes de 15 ans. La réponse est : la réussite sociale

Qu'est-ce qui a pu faire basculer, en trois ans seulement, le choix de ces adolescents du désir de la famille à celui de l'argent et du pouvoir ?

Dans l'évangile de saint Matthieu (22 - 34) quand les pharisiens posent la question à Jésus. Ma tre quel est le plus-grand mandement, celui-ci répondras le Seigneur, ton D de tout ton c ur, de toute ton me, et de toute t le premier et le plus grand commandement.

Ainsi donc, notre Dieu nous indique un chemin bien différent que celui proposé par la société de consommation. Trop d'entre-nous ont peut-être entendu : d'abord gagne bien ta vie et ensuite tu verras..

Or, quelle est notre vocation ? Nous sommes d'abord enfants de Dieu, et Lui seul est capable de nous montrer le chemin du bonheur. Mettre Dieu à la première place dans notre vie, voilà ce qui nous est demandé.

Dieu premier ~~se~~ nous dit Jeanne d'Arc. Ainsi si je mets Dieu en premier dans ma vie, c'est Lui qui va me conduire et me dire quelle attitude avoir dans la vie de tous les jours. Je Lui confie ainsi ma vocation, mon travail, ma famille... Contrairement aux croyances bien répandues, si je mets Dieu en premier dans ma vie, c'est Lui qui va ordonner et conduire tout le reste et multiplier mes dons dans tous les domaines... Ainsi, mettant Dieu à la première place, je lui donne la permission d'être le maître sur toute chose; les plus matérielles aussi ! Notre conversion est de rentrer dans cette économie du Ciel, et de renoncer à celle du monde qui ne poursuit pas les mêmes intérêts. Il me faudra alors apprendre à reconnaître le visage de l'amour...

La Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

Jésus, étant entré dans Jéricho, traversait la ville. Et voici qu'un homme riche, appelé Zachée, chef des publicains, cherchait à voir qui était Jésus ; mais il ne pouvait y parvenir, à cause de la foule, car il était de petite taille. Il courut en avant, et monta sur un sycomore pour le voir, parce qu'il devait passer par là. Lorsque Jésus fut arrivé à cet endroit,

il leva les yeux et lui dit : Zachée, h te-toi de descendre ; il faut que je demeure aujourd'hui dans ta maison. Zachée se hâta de descendre, et le reçut avec joie. Voyant cela, tous murmuraient et disaient : Il est allé loger chez un homme pécheur. Mais Zachée, se tenant devant le Seigneur, lui dit : Voici, Seigneur, je donne aux pauvres la moitié de mes biens, et si j'ai fait tort de quelque chose je lui rends le quadruple. Jésus lui dit : Le salut est entré aujourd'hui dans cette maison, parce que celui-ci est un fils d'Abraham. Car le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu.

(Luc 19,1 - 10)

### Approfondissement

Aujourd'hui, je me pose la question: quelle place tient le Seigneur dans ma vie. Prenons le temps de répondre à cette question. Je prends aussi conscience que je n'ai qu'une seule vie et que Dieu m'attend les bras ouverts pour mon plus grand bonheur. Une vie et pas deux, c'est dire combien elle est précieuse comme un trésor, unique et irremplaçable.

Que vais-je en faire ?

Cette vie m'est donnée chaque jour par Dieu. Qu'il arrête un instant sa grâce et je m'efface de cette terre. Il se peut que tant de soucis et préoccupations m'encombrent que je ne sente même pas le désir de Dieu en moi. Par contre, je peux trouver tout au fond de moi le désir du désir et cela sera bien suffisant pour saisir la main de l'Amour, et même encore le désir du désir du désir... Il se peut aussi que je me sente incapable de parcourir un tel chemin, et croire profondément

qu'il est pour les autres et pas pour moi, ou que j'en sois indigne par exemple. Cette dernière attitude est une attitude victimaire dont nous avons à prendre conscience. Nous sommes appelés dans la glorieuse liberté des enfants de Dieu à devenir acteur de notre vie. Tout au long de ce chemin nous allons nous rendre compte que nous avançons encombré d'un amas de croyances sur nous-même et sur l'amour, qui nous séparent de l'union à Dieu, et petit à petit nous les remettons toutes dans le Cœur de Jésus.

Si j'entame ce chemin par ce petit livre, c'est que j'ai envie d'avancer et que l'objectif dans ma vie est vraiment de rencontrer Dieu et de le mettre à la première place ; sinon, continuez et faites le petit exercice qui suit (page 51) ; il vous aidera à voir clair sur ce qui pour vous a réellement de l'importance dans votre vie, puis continuez, bien sûr..

Posez-vous, dans le silence, cette question : l'Amour qui ne passera jamais est-il le plus important dans ma vie ?  
Si tel est votre objectif, vous n'êtes pas loin du Royaume, ressemblant au bon Larron. Il disait : "Jésus, souviens-toi de moi, lorsque tu seras dans ton royaume." Et il lui répondit, je te le dis, aujourd'hui tu seras avec moi dans le Royaume (Luc 23, 42)

Décidément il n'est jamais trop tard pour mettre Dieu à la première place dans sa vie !

Une dernière question : est-ce que j'ai pris conscience que j'ai profondément besoin de Dieu, qu'une soif m'habite, que le désir est en fait le désir le plus vrai, le plus ardent de mon cœur, même si cela m'est parfois caché, est-ce que j'en suis sûr, promices tout au fond de moi ?

Mettre Dieu à la première place dans ma vie en connaissant les objectifs de ma vie, en en étant acteur, et en recon-

naissant mon besoin vital de Dieu, c'est répondre présent aux appels que Dieu nous fait, c'est choisir de vivre heureux sous le regard bienveillant du Père.

Point n'est besoin d'être un grand psychologue pour se rendre compte que lorsque nous sommes coupés de nos besoins profonds, de nos aspirations les plus essentielles, nous avons le sentiment de marcher à côté de notre vie et cela peut se traduire par toute une batterie de symptômes tout aussi bien physiques (grande fatigabilité, maladies..) que psychiques (dépression, irritabilité...)

Au début de ce parcours, il nous est proposé d'établir un projet ; celui de rencontrer l'Amour et comme pour tout projet, d'en prendre les moyens. Réaliser ce projet est l'assurance de la joie et de la paix. Alors, posons-nous les bonnes questions pour obtenir les vraies réponses qui nous permettront d'avancer. Au travail !

### T0moignage

\* En 1998 j'ai entendu à Medjugorje, dans le petit ~~bout~~ <sup>la</sup> ~~sœur~~ <sup>la</sup> des Béatitudes nous demander : Qui a mis J0sus première place dans ~~sur 80 personnes~~ <sup>sur 80 personnes</sup>, deux ou trois mains se sont timidement levées en essayant de ne pas se faire remarquer ! Quant à moi je ne comprenais pas qu'un homme puisse avoir comme première préoccupation - du matin au soir - de mettre Jésus à la première place ! Et alors comment fait-on pour "bosser", vaquer à ses occupations matérielles et professionnelles, si on doit s'occuper tout le temps de Jésus ?

A cette époque j'étais empêtré dans mes procédures judiciaires contre mes ennemis, les expert comptables et la ~~nomenkla~~ <sup>la</sup> ~~tura~~ <sup>la</sup> notariale qui cherchaient à me "fusiller", car j'avais com-

mis le délit d'avoir reçu un chèque sans provision dans ma comptabilité ! Alors, j'avais d'autres soucis que de mettre Jésus à la première place dans ma vie !

Mais la grâce fait son œuvre discrètement en catimini. Par la suite, la guérison de mon âme est arrivée et j'ai voulu accompagner des pèlerins à Medjugorje. Odile, ma femme m'a dit : pendant plus de cinq ans j'ai prié pour que tu re-tourne à la foi et j'ai offert toutes mes Eucharisties pour toi. Ce fut là le plus beau cadeau de sa part.

La conversion grandissait en moi, chaque jour un petit pas de plus. Les idées de vengeance et de règlement de compte m'abandonnèrent... Enfin est arrivé le mardi saint 2005 : j'ai été condamné à 15 centimes d'euros pour "outrage à la profession de notaire". Odile et moi avons décidé aussitôt d'offrir cela à Jésus. Ce matin-là, j'ai dit à Jésus : Je ne t'ai jamais fait de cadeau. Je vais t'offrir un paquet-très précieux par lequel tu trouveras toutes les souffrances de mes enfants d'Odile et les miennes, ainsi que les pardons tous ceux que tu m'as faits, mes ennemis, bref tous ceux qui ont trempé dans cette sale affaire. Je ne veux plus en entendre parler, je veux oublier tout cela en paix. Je t'offre ce cadeau.

Et Jésus l'a pris ! Depuis le 29 mars, j'ai l'esprit libre, je suis LIBRE et mon épouse également. A présent notre quotidien est tourné vers Jésus. Chaque jour est une grâce et une louange adressée à Dieu pour ce qu'il fait pour nous. Jésus est maintenant à la première place dans notre vie !

Voilà "en vrac" mon histoire. S'il y a du grain à moudre pour vous dans tout cela, servez-vous !

Denis.

Extrait des EDM. [www.enfantdemjugorje.com](http://www.enfantdemjugorje.com)

Métaphore

Que désires-tu ?

La Richesse, le Bonheur ou l'Amour ?

Une femme arrosait le jardin de sa maison quand tout d'un coup elle vit trois vieillards lui paraissant remplis d'expérience et de sagesse, à l'entrée de sa maison.

Elle ne les connaissait pas, mais leur dit :

- Je ne vous connais pas, mais vous devez avoir fini votre repas, rentrez chez moi pour manger un morceau.

Ils lui demandent :

- Ton mari est-il à la maison ?

- Non, il n'y est pas répondit-elle.

- Alors nous ne pouvons pas entrer dit-elle.

Quand arrive enfin le mari, elle lui fait état de cette situation.

Celui-ci lui répond :

- Alors, qu'ils entrent maintenant puisque je suis là.

La femme sortit de nouveau pour inviter les vieillards à sa table.

- Nous ne pouvons pas entrer ensemble répondirent-ils sages.

- La femme toute étonnée leur demanda pourquoi ?

L'un des trois s'avança donc pour lui expliquer en commençant par se désigner.

- Je suis la Richesse dit-il.

Il lui présente le second qui est le Bonheur. Et enfin le dernier qui est l'Amour.

- Maintenant, lui dirent-ils, retourne pour choisir lequel de nous trois devra rentrer et dîner avec toi.

La femme rentre à la maison et raconte à son mari ce que les vieillards viennent de lui dire.

L'homme éclate de joie et dit :

- Quelle chance nous avons ! Que vienne la Richesse nous ne manquerons de rien.

Son épouse pourtant n'était pas de cet avis :

- Et pourquoi pas le Bonheur ?

La fille, qui dans un coin écoutait, arriva en courant.

- Ne serait-il pas mieux d'inviter l'Amour ? Ainsi serait toujours rempli d'Amour et nous aurions la force de faire.

- coutons ce que dit notre dieu maître à sa femme.

S'il te plaît, va dehors et invite l'Amour rentrer.

La femme sort et demande :

- Lequel de vous est Amour ? Qu'il vienne et d ne a l'Amour commençait donc à s'avancer en direction de la maison quand les deux autres se mirent à le suivre.

Surprise, la dame demande à Richesse et Bonheur :

- Je n'ai invité que l'Amour, pourquoi venez vous au

Les vieux répondirent ensemble :

- Si tu avais invité la Richesse ou le Bonheur les deux seraient restés dehors ; mais puisque tu as invité l'Amour partout où va l'Amour, nous devons y aller avec lui.

Partout où il y a l'Amour viendront aussi la Richesse et le Bonheur !



Dessin : Floris

## Exercice

Je me détends, confortablement installé. Je ferme les yeux et m'imagine dans un supermarché. Il y a là toutes sortes d'objets et de choses tels qu'on peut en trouver dans les grands magasins. C'est un moment de plaisir, tout cela est à votre disposition et gratuitement !

Vous avez un chariot, et, oh magie, il avance tout seul répondant à votre seul désir.

Vous pouvez maintenant vous promener dans ce magasin et saisir les objets que vous voulez.

Prenez-en d'abord un, prenez le temps de le saisir, de le sentir et de le déposer dans votre chariot magique.. posez-vous la question en quoi cela est important pour vous de prendre cet objet (ex : j'ai pris un bouquet de fleurs, pour moi, les fleurs c'est la tendresse)... et continuez pour remplir selon votre désir votre chariot en vous posant à chaque fois la même question ; en quoi est-ce important pour moi de prendre cet objet que représente-t-il ?

Dans un deuxième temps, sélectionnez les objets de votre chariot que vous garderez, par ordre de préférence. Établissez une liste de ces objets et de ce qu'ils représentent pour vous. Prenez le temps pour chacun de bien ressentir tout ce que cela vous fait ressentir, émotions...

Posez-vous cette question : quand je vis cette valeur, je me sens... ou, quand je ne vis pas cette valeur, je me

Puis prenez un temps pour accueillir à la suite de cet exercice ce qui dans votre vie a du sens, de la valeur.

Puis, demandez-vous si dans votre vie vous prenez les moyens pour vivre ces valeurs et quels sont ceux que vous pourriez prendre pour qu'elles soient vécues.

#### Prîere

Seigneur, je sais qu'un jour dans tes parvis vaut mieux que mille ailleurs. Comme je voudrais, mon Dieu, que chaque journée de ma vie brûle de cette pensée afin que tu sois le maître de mon existence, et que de tout mon être je te cherche sans relâche. Mon âme a soif de Toi !

Je te donne aujourd'hui tout ce qui fait obstacle à ta Présence dans mon histoire. Je te donne tous mes soucis affectifs et matériels qui m'empêchent de Te mettre à la première place dans ma vie.

Je sais que je suis premier(ère) dans ton Cœur puisque tu n'as pas hésité à donner ta vie pour moi. A mon tour je voudrais te donner ta vraie place dans mon cœur afin que tu en fasses une merveille d'amour.

Marie, je me blottis sur ton Cœur au moment de l'Annonciation, afin que toutes les grâces de ton Ouidoulent sur mon

cœur, et que je connaisse à mon tour la même ardeur pour le Seigneur que ton Cœur, et qu'ainsi je me laisse épouser par l'Esprit.

Je sais que tout passe et que seul l'Amour demeure.

Bonnes Résolutions

- Aujourd'hui, veille à offrir un seul acte gratuit de pur amour.
- Aujourd'hui, fais un bilan de ta vie passée pour l'abandonner encore plus radicalement dans les bras de Dieu le Père.
- Aujourd'hui, offre à Dieu des prières de louange et d'action de grâces. Tu trouveras 1000 occasions tout au long de ta journée.
- Je médite le texte "cultivateur d'amour" (page 274)

Bénédiction

(Si possible haute voix)

Le Seigneur Dieu exauce la prière et la supplication  
m'as présentées. Je consacre cette maison que tu  
en y plaçant mon Nom jamais ; mes yeux et mon cœur  
seront toujours.

(1 Rois 9)

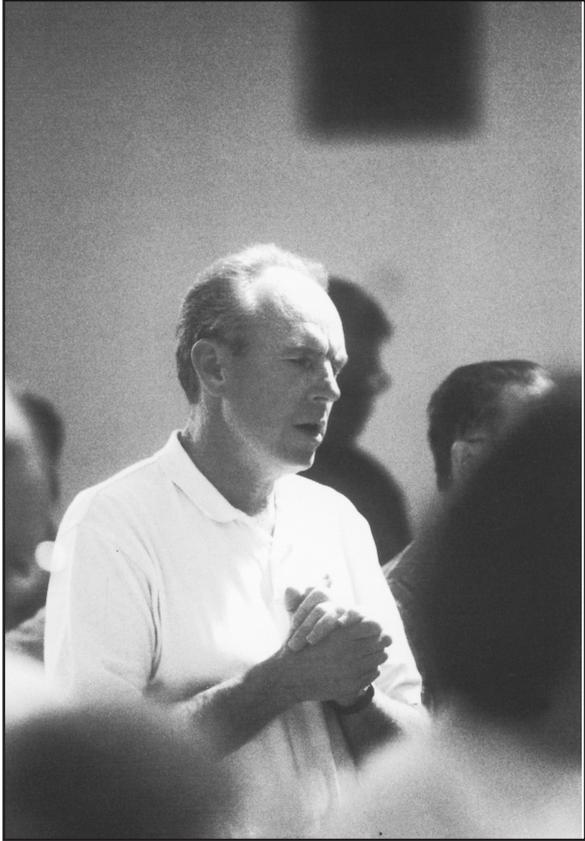


Photo : Joe Mixan

Je serai guéri !

## ETAPE 3

# CONVERSION Sans compromis

### Introduction

100% sans compromis, oui, mais compromis avec quoi ?  
Compromis avec la conditionnalité de notre amour, voilà le  
seul travail, le seul, l'unique qui nous montre le chemin de  
la liberté, le seul, mais le plus étroit. JØsus nous appelle  
à aimer Dieu, nous-mÊme, et tous les hommes, inco-  
ditionnellement. Ce chemin est celui de toute notre vie.

En effet, au soir de notre vie, dans l'éclatante lumière de son  
Amour, nous ne désirerons pas dire à Jésus : oui, l j'ai en-  
tretenu telle hostilitØ, mais tu vois c'Non, parce  
le 100% sans compromis ne supporte pas les accusations,  
les critiques ou les justifications.

Et moi, quelles sont les limites que j'impose à l'amour ?

Un jour, j'ai reçu un appel d'une dame choquée par l'une de  
nos revues où nous parlions de cette inconditionnalité. Je  
lui ai dit : madame, si JØsus revenait aujourd'hui, n'i-  
d'abord voir les prostituØes et les plus misØrables  
hommes ?

Cette dame dans un accès de colère m'a raccroché au nez. La colère et tant d'autres mécanismes de défense nous empêchent d'ouvrir notre fenêtre sur l'infini de l'amour. La morale et ses lois limitantes sont comme des piliers bétonnés qui empêchent le Ciel de l'amour de nous tomber dessus : le pharisaïsme des temps modernes.

Tout au long de ce livre nous ouvrirons les portes de ces prisons intérieures qui nous empêchent d'aimer comme Dieu nous aime. Aimer sans condition.

Lorsque je rencontre personnellement Jésus, il m'appelle à ne plus être tiède. On ne peut pas servir deux maîtres à la fois (cf : Lc 16,13). Ceci va m'inviter à faire du ménage dans ma vie. Tout ce qui s'oppose à cette rencontre peut disparaître paisiblement, mais fermement. Le Seigneur m'appelle à "affûter" mon discernement sur les choses et en particulier sur ce qui me coupe de Lui.

\* Qu est que vivre sans compromis ?

### **Regardons Jésus dans les mystères douloureux :**

- A Gethsémani il m'apprend à renoncer à ma volonté propre pour dire avec lui : Père, non pas ma volonté, mais ta volonté (cf Mt 26,39)

- A la flagellation : Jésus nous aide à nous libérer de tout ce qui blesse notre corps, à respecter notre corps et celui des autres, à honorer la vie en apprenant à aimer cette chair et à lui redonner sa dignité, sa vocation à la célébration de l'amour.

- Le couronnement d'épines : Là, Jésus veut nous libérer de nos propres jugements sur Dieu, sur nous-même et sur les autres, de cet orgueil qui nous mène à condamner et nous sépare de la bienveillance, de la bonté.

- Jésus porte sa Croix : Il nous aide à vivre notre quotidien et particulièrement dans les épreuves, nous enseignant que la chute n'est rien en elle-même, si ce n'est une occasion de nous relever et de nous laisser relever par l'Amour. Jésus nous appelle à Lui remettre nos fausses croix, nos croyances limitantes.

- Jésus meurt sur la Croix : Il nous libère de la mort et de nos morts intérieures nous montrant le chemin de la Vie. Dieu fait toute chose nouvelle. La croix est l'instrument, le but est la vie en surabondance. Je peux m'emparer de la Croix pour laisser couler la Vie en moi et autour de moi.

La Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

Après que Jean eut été livré, Jésus vint en Galilée, proclamant l'Evangile de Dieu et disant : Le temps est accompli et le Royaume de Dieu est tout proche: repentez-vous, croyez l'Evangile.

Comme il passait sur le bord de la mer de Galilée, il vit Simon et André, le frère de Simon, qui jetaient l'épervier dans la mer; car c'étaient des pêcheurs. Et Jésus leur dit : Venez ma suite et je vous ferai devenir pêcheurs d'hommes. Et aussitôt, laissant les filets, ils le suivirent. Et avançant un peu, il vit Jacques, fils de Zébédée, et Jean son frère, eux aussi dans leur barque en train d'arranger les filets ; et aus-

sitôt il les appela. Et laissant leur père Zébédée dans la barque avec ses employés, ils partirent à sa suite.

(Marc 1, 14-20)

### Approfondissement

Posons-nous d'abord la question de savoir ce que nous entendons par "sans compromis". S'agit-il de règles qu'il ne faut en aucun cas enfreindre au risque de le payer cher ?

S'agit-t-il d'une loi, d'une morale qui aurait établi les limites du bien et du mal ? Un peu comme une grille de lecture d'appréciation de nos faits, gestes et sentiments et aussi de ceux des autres ? Tout cela est tout sauf l'amour, tout cela est tout sauf le zéro compromis avec ce qui ne vient pas de Dieu.

Nous avons tant besoin de guérison dans notre appréciation du bien et du mal. En effet, notre nature ayant horreur du vide, nous le remplissons bien souvent de repères propres à nous rassurer sur cette terre. La seule chose que nous risquons, c'est de tomber dans les bras de l'amour, cet inconnu.

Le fondateur de la Communion Marie Reine de la Paix, Ephraïm, se plaît à dire : tout corps plongé dans l'Esprit-Saint

ressort... sous une belle formule, qui nous invite à reconsidérer tous nos critères, à les laisser être visités par l'Esprit-Saint lui-même. Le Seigneur dans son éducation, désire que notre cœur contienne plus d'amour qu'il ne peut en contenir humainement. Il désire dilater ces parois qui tolèrent parfois difficilement de se laisser écartier comme les chairs du Christ se sont laissées déchirer pour accueillir tous les péchés de l'humanité.

Nous l'avons compris ; vivre sans compromis, donner tout

à Dieu, requiert d'abord la nécessité de se laisser bousculer dans tout ce qui forme cette armure que sont tous nos à-priori et nos croyances sur l'amour. Ah ! comme nous serons surpris en arrivant au Ciel. Car les paroles de Jésus qui nous dit que les prostituées nous précèdent dans le Royaume ne sont pas une métaphore, car elles reconnaîtront peut-être mieux que quiconque le véritable amour.

Oui, il nous faut accueillir ce Dieu paradoxal, nous laisser déranger pour découvrir le vrai visage de l'Amour. Est-ce que la folie de la Croix, d'un Dieu crucifié, ne nous y invite t-elle pas déjà ?

100% sans compromis commence donc par un 100% sans à-priori, ou plutôt par un 100% d'à-priori positif sur moi et tous ceux qui m'entourent. Bref, comme nous l'avons développé dans l'avant-propos de ce livre, passer de mon propre regard au regard de Dieu. Je crois que le texte de Saint Paul nous donne les clefs qui doivent présider à tout cela : L' amour est longanime; l' amour est serviable; il n' est pas l' amour ne fanfaronne pas, ne se gonfle pas; il n' est d' inconvenant, ne cherche pas son intérêt, ne s' i tient pas compte du mal; il ne se røjouit pas de il met sa joie dans la vøritø. Il excuse tout, c tout, supporte (1 Corinthiens 13,5)

Ouvrons-nous aux mouvements de notre âme créée par amour pour l'amour. Trop souvent, le sentiment d'insécurité est trop fort pour que nous acceptions de nous laisser dépouiller de notre morale où nous nous sommes confortablement installés, mais écoutons plutôt : quiconque aura quittø pÈre, mÈre, femme, enfants, maison cause

et de l'Évangile, recevra le centuple en ce monde et en l'autre, la vie éternelle.

Alors, êtes-vous décidés à jouer à " qui perd gagne " comme la petite Thérèse de l'Enfant-Jésus qui avait compris l'économie du Royaume des Cieux ?

100% sans compromis, c'est aussi 100% bénéfique dans la "monnaie" du Ciel qu'est l'Amour.

Il s'agit bien ici de se demander en toute occasion, en toute situation quels sont les intérêts de l'amour que je peux servir. Nous recevons beaucoup de courrier de personnes bénies à Medjugorje, par exemple, et qui se scandalisent par la suite que leur prêtre n'y croie pas, que leur femme ou mari n'y adhère pas. En ce cas où est l'amour ? N'est-ce pas lui la meilleure arme de l'évangélisation ?

Aimer l'autre tel qu'il est. Inconditionnellement !

Avec Jésus, rien ne peut plus me scandaliser, car je sais que moi, je suis pécheurs, et je suis bien capable de le pire.

C'est le réalisme spirituel. Seule sa grâce me tient et je n'ai plus qu'un seul désir :

Seigneur, ne me retire pas ton Esprit-Saint !

Heureusement, nous avons vu aussi tant d'hommes et de femmes retourner à l'amour du Seigneur par le témoignage de leurs proches, tant ceci étaient remplis d'amour, d'attention, de compréhension, de pardon... Bref de tous les dons du Saint-Esprit qui porte les bons fruits que nous savons. Vivre sans compromis nous invite à ne pactiser avec aucun autre esprit que l'Esprit-Saint. Vivre de cette façon nous amène à ne plus supporter le moindre compromis avec l'esprit du monde. Nous nous rapprochons ainsi de la pureté du cœur, de la vraie chasteté de l'âme.

Une amie me rapportait, il y a peu, qu'on lui proposait lors

d'une promenade au Mont-Saint-Michel, de dire à l'entrée qu'elle se rendait à la messe (ce qui était faux), ceci afin de ne pas payer l'entrée de l'abbaye ; et que dans cette petite faute, elle s'était rendu compte qu'il lui était devenu impossible de consentir à cela, non pas par morale mais par amour de la Vérité, de la Lumière, de la Beauté. Ce constat l'avait amenée à un désir encore plus grand de profondeur, de vérité, de pureté et l'avait propulsée dans les bras de son Sauveur. Quel témoignage ! Sans compromis, vivre ainsi, sans plus jamais dire le moindre petit mensonge.

Être vrai(e), quelle liberté !

Si nous sommes fidèles dans les petites choses, Dieu nous en confiera de grandes.

Décidons-nous, dès le matin, à passer toute notre journée en union avec Dieu, en complicité avec Lui dans tout ce que nous dirons et ferons à chaque seconde de notre journée.

### T0moignages **(deux textes)**

\* Je suis née dans une famille où il y avait beaucoup de violence ; j'ai baigné là-dedans depuis le berceau. Mon père buvait, frappait ma mère régulièrement, sortait les couteaux et les armes à feu sur la table en nous disant s'il y en un qui bouge je le tue. ~~Mon père nous éloignait de tout ce qui représentait Dieu : il n'existait pas, disait-il.~~

Ma grand-mère vivait avec nous. Je sais aujourd'hui que si je ne me suis pas tuée à l'âge de douze ans, c'est parce qu'un jour, en cachette de mon père, elle m'a parlé de Dieu. Elle m'a dit peu de choses ; seulement qu'il ne fallait pas voler, tuer et surtout se tuer, car c'était un péché aussi grand que celui de tuer.

A l'âge de douze ans, je ne pouvais plus supporter cette vie et chaque fois que je pensais au suicide, je pensais à Dieu que j'aimais sans le connaître, car je me disais : Si mon père ne l'aimait pas, il devait être sûrement quelqu'un

A l'âge de dix-neuf ans je me suis mariée. Nous nous disputions constamment ; nous avons eu un bébé, notre fils aîné. Avec un enfant je pensais que cela irait mieux dans ma vie, mais c'était de pire en pire. J'étais en pleine dépression. Je suis allée voir le médecin. Je sentais mourir tout sentiment au fond de moi et la seule personne que j'aimais encore c'était mon fils, mais jusqu'à quand ?

Je pensais à Dieu, mais je n'osais pas prier, lui demander de m'aider. Il devait tellement avoir de travail, il y avait certainement plus malheureux que moi...

Puis un jour mes sœurs sont venues me voir avec des amis à elles, et surtout, avec un jeune homme qui habitait près de chez nous. En discutant il me demanda pourquoi il y avait tous ces médicaments sur la table. Je lui dis que j'étais en pleine dépression. C'est alors qu'il commença à me parler de Jésus, de Dieu et de Son amour pour moi.

Ce qui m'a le plus marquée, c'est que Dieu pensait à moi, s'occupait de moi. J'étais importante pour Dieu.

Je me sentais inutile, importante pour personne, mais Dieu s'intéressait à moi !

J'achetai une Bible et j'écoutai tous les jours, dès cinq heures du matin une radio chrétienne. Et là, toute seule, (je ne connaissais pas encore d'église) je me suis mise à prier et je demandai à Jésus de se servir de moi.

Jésus me répondit aussitôt. J'ai senti la présence de Dieu si fort dans mon cœur que je me suis mise à pleurer. Devant mon Dieu si grand, si merveilleux, si plein d'amour, le far-

deau est tombé de mes épaules. C'était si puissant que je l'ai senti matériellement. Je ne savais pas alors que ce jour-là, je venais de vivre ma conversion. Quand je me suis relevée, je me suis sentie tellement légère, et tellement heureuse ! A partir de ce jour toute ma vie à changé.

J'ai connu, et je connais encore un bonheur comme jamais dans ma vie je n'ai connu. Il y a trente ans que j'ai fait cette expérience avec Dieu et je n'ai jamais regretté un seul jour de l'avoir faite. J'ai eu beaucoup de difficultés, de problèmes, mais, chaque fois, Dieu était là pour m'aider, me soutenir, me consoler. Il m'a guérie de plusieurs maladies. Peu de temps après ma conversion, le Seigneur m'a conduite vers l'Eglise, où je suis encore aujourd'hui. Je remercie le Seigneur pour tout ce qu'il a fait pour moi et ma famille, pour ce que je suis et pour ce qu'il fera encore.

Mireille

\* N aie plus peur, je suis l !

À un moment de ma vie, en désespérance totale, je ne pratiquais plus et je m'accrochais désespérément à la lecture de l'Évangile. Un après-midi de désespoir dans ma chambre, soudain je me suis tournée du côté du mur qui portait la trace d'une croix que j'avais enlevée... En voyant cette trace sur la tenture, je suis tombée à genoux en pleurs, totalement abandonnée à mon désespoir. J'ai invoqué l'Esprit-Saint : Oh ! Viens en moi, s il te pla t...

Tout à coup, s'est produit une chose extraordinaire, une lumière blanche a envahi tout mon être intérieur, quelque chose de très très lumineux qui m'a emplie totalement et m'a soufflé intérieurement : Je suis l , n aie pas peur... Je suis entrée en adoration comme dans une "extase"...

Une minute d'éternité !

Ce fut le commencement de ma conversion. J'ai pu à nouveau me confesser, participer à la veillée pascale dans un état lumineux de certitude. Il existait, Il avait son plan pour chacun de nous... Et j'ai passé toute la nuit en prière.

Je n'ai plus, depuis ce jour, malgré mes nuits et mes déserts, plus jamais connu la désespérance.

En tant que peintre, il me semble que Dieu m'envoie auprès des incroyants en recherche, en douleur pour semer dans leur coeur ce qu'il a bien voulu dans sa bonté me "souffler"... Le souffle de l'Esprit, le souffle de l'espérance, le souffle de l'amour ! Il m'inspire des œuvres qui leur parlent de tendresse... et la tendresse est universelle !

Isabelle

Tiré du n°139 de la revue Il est Vivant !

Métaphore

\* Un c ur si løger.

Le Sage avait atteint l'orée du village.

Il s'étendit sous un arbre pour y passer la nuit, lorsqu'un villageois arriva en courant, et lui dit :

- La pierre ! la pierre! Donne-moi la pierre précieuse

- Quelle pierre demanda le Sage.

- La nuit dernière, j'ai dit le villageois. Et il m'a dit qu' la tombe de la nuit je trouverais, l'or d'un Sage qui me donnerait une pierre précieuse, si b je serais riche pour toujours.

Le Sage fouilla dans son sac et en tira une pierre.

- Sans doute voulait-il parler d dit-il en la montrant au villageois. Je l'ai trouvée, il y a quelques jours

un sentier de la forêt. Tu peux la garder, nature  
L'homme considéra la pierre avec étonnement.

C'était un diamant ! Probablement le plus gros diamant du monde ! Il avait la taille d'une tête d'homme.

Il prit le diamant et s'en alla...

Toute la nuit il se retourna dans son lit et ne put dormir.

Le lendemain il éveilla dès l'aube le Sage et lui dit :

- Donne-moi la richesse qui te permet de donner c  
d'un cur si løger !

Petite histoire vraie

\* Saint François d'Assise (1182 - 1226)

Le nom de famille de François d'Assise est Bernardone. Son prénom, donné au baptême, devait être Giovanni (Jean).

Mais son père Pietro (Pierre), de retour d'un voyage, a préféré le prénommer Francesco (François). C'était parce qu'il

faisait du commerce avec la France et, peut-être aussi, parce que son épouse Pica était d'origine provençale. Comme

François est né à Assise, on l'appelle François d'Assise.

Il est né en 1182. Il connaît une enfance comblée, avec une confortable aisance matérielle. Fils d'un riche marchand,

il s'est tout naturellement préparé à prendre la succession de son père. Et comme il avait de l'argent, il avait aussi beau-

coup d'amis : c'était le prince de la jeunesse dorée d'Assise.

Mais il rêvait de devenir chevalier. Sa première expérience fut désastreuse : après une guerre contre la ville voisine de

Pérouse, il s'est retrouvé en prison. Un an !

Puis il tombe malade. Il a quand même essayé de se consacrer à la chevalerie. Mais peu à peu, il eu l'intuition qu'il y avait

mieux à faire.

## **Seul l'amour est force de création.**

Il compris d'abord qu'il fallait réparer les églises en ruines : c'est ce que lui a révélé le Christ en croix à l'église Saint-Damien, en 1205. Il a alors vingt-trois ans.

Il sait maintenant qu'il a un appel à servir Dieu sans compromis pour réaliser radicalement sa propre vocation.

L'année suivante, il a rompt avec sa famille et renonce à ses biens. Pendant deux ans, il soigne des lépreux et répare des chapelles. Et en 1208 - à vingt-six ans - il découvre, en entendant l'Évangile à la messe, que sa vocation est de le vivre  
la lettre.

Très vite, des hommes viennent le rejoindre. Ils vont à Rome demander au pape son accord pour cette forme nouvelle de vie dans l'Église. Accordé avec réticences !

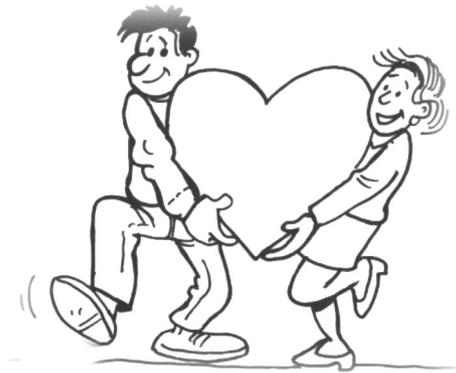
Puis des femmes adoptent le même style de vie : on les appelle les Clarisses, du nom de la première d'entre-elles, Claire. Des laïcs demandent ensuite à mener cette forme de vie évangélique, tout en restant avec leur famille et leur métier. Ce fut le Tiers-Ordre, qui complète la Fraternité.

Des frères partent pour les autres pays d'Europe. François lui-même va en Égypte pour convertir le sultan. Les deux hommes se quittent dans l'estime mutuelle. C'était en 1219. Il abandonne alors la direction de son ordre et se retire pour écrire un projet de vie, une règle pour ses frères. En 1223, c'était fait, il reçoit l'approbation du pape. Il fête Noël à Greccio, où il réalise la première crèche vivante.

De plus en plus identifié à Jésus qui l'envahit intérieurement, il se retire dans la montagne de l'Alverne : François prie beaucoup ; puis un jour les traces de la Passion de Jésus (les stigmates) se manifestent visiblement dans son corps. Malade, souffrant des yeux et presque aveugle, il se retire

à Saint-Damien, compose le Cantique des Créatures et son Testament. Et le 3 octobre 1226, à 44 ans, il meurt.

En 1228, il est proclamé saint, canonisé comme on dit, et le pape fait construire en son honneur une basilique à Assise. Les foules du monde entier y vénèrent François, pauvre et témoin de l'Évangile.



Dessin : Floris

Exercice - Définition de l'Amour

L'Amour est patient,  
L'Amour rend service,  
L'Amour n'est pas envieux,  
L'Amour ne se vante pas,  
L'Amour ne se gonfle pas d'orgueil.  
L'Amour ne cherche pas son propre intérêt,  
L'Amour ne se met pas en colère,  
L'Amour ne garde pas rancune.

L'Amour ne se réjouit pas de ce qui est mal,  
Mais il trouve sa joie dans ce qui est vrai.  
L'Amour supporte tout,  
L'Amour fait confiance,  
L'Amour espère tout,  
L'Amour endure tout.  
L'Amour est éternel.

D'après le texte de saint Paul dans la Bible  
au chapitre 1Corinthen 13

Petit exercice: remplacer le mot amour par votre prénom.  
Par exemple : Patrick est patient, Patrick rend service...  
Lisez le texte à haute voix avec votre prénom.  
Demandez ensuite chaque jour la grâce à Dieu de vivre  
véritablement l'Amour au quotidien.

Bonne Résolution

Prendre le temps nécessaire pour méditer ce passage de  
la Bible : Le plus grand commandement.

Apprenant qu'il avait fermé la bouche aux Sadducéens, les  
Pharisiens se réunirent en groupe, et l'un d'eux lui demanda

pour l'embarrasser: Maître, quel est le plus grand com  
mandement de la Loi ? Jésus lui dit: Tu aimeras le Seigneur  
ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de ton  
esprit. Voilà le plus grand et le premier commandement

(Mt 22, 34-37)

Prière

Mon Dieu, parce que vous êtes la bonté infinie,  
digne d'un amour infini,

je vous aime par-dessus toutes choses,  
je vous aime plus que moi-même,  
je vous aime de tout mon cœur.

Seigneur, je ne suis pas digne de vous aimer,  
parce que je vous ai offensé;  
mais pour l'amour de Jésus,  
faites que je vous aime.

Mon Dieu, sauvez-moi !

Mon salut, c'est le bonheur de vous aimer.

Je désire le paradis pour vous aimer éternellement  
et de toutes mes forces.

Liez-moi, mon Jésus, attachez-moi tellement à vous,  
que je ne me sépare jamais plus de vous.

O mon Dieu !

je voudrais vous aimer autant que vous le méritez.

O Marie ! attirez-moi entièrement à Dieu.

Ma tendre Mère, je vous aime beaucoup, beaucoup ;  
je désire aller vous aimer éternellement en paradis.

(Par Saint Alphonse de Liguori)

Bénédiction

(Si possible haute voix)

Vous garderez tous les commandements que je vous  
ai dit aujourd'hui, afin de demeurer de longs jours  
dans la terre que le Seigneur a promise à vos pères et à leur descendance,  
terre qui ruisselle de lait et de miel.

(Deutéronome 11,9)



Photo : Edouard Boubat

Je serai guéri !

## ETAPE 4

# PARDON A moi - mEme

### Introduction

Le pardon à soi-même nous renvoie tous à nos culpabilités bien enracinées depuis la tendre enfance. Le verbe culpabiliser en latin signifie "se couper de" s'agit bien ainsi de se couper de Dieu, de la grâce. Ce sentiment ne peut venir de l'Esprit-Saint. Bien sûr, il n'a rien à voir avec le profond repentir de la faute, qui lui, demeure dans l'ordre de l'amour et nous propulse dans les bras du Sauveur.

Le discernement entre les deux sentiments est simple. La culpabilité produit du trouble, du tourment et de l'angoisse. Par contre, le repentir et ses larmes produisent la joie de la réconciliation avec Dieu. Si l'incapacité à se pardonner nos fautes et nos erreurs s'enracine dans l'orgueil, le pardon se reçoit dans l'ordre de la grâce et de l'humilité. C'est en accueillant l'immense amour de Dieu sur moi, en accueillant le regard miséricordieux du Père, son amour inconditionnel,

que je peux lâcher prise et me voir à travers les yeux de l'Amour. Mais je suis mon premier accusateur, et j'ai donc besoin d'aide pour innocenter ce regard sur moi-même.

Pour guérir, il est bon de faire appel à l'Enfant-Jésus, de lui demander de venir visiter toutes les situations dans lesquelles je me juge et ne parviens pas à me pardonner. L'Enfant-Jésus m'apprend à regarder toute chose à travers son Cœur doux et innocent. C'est le secret de sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus qui, en accueillant Jésus dans le lit même de ses blessures, a laissé l'amour couler et embraser son cœur.

La culpabilité est à l'image du serpent qui se mord la queue ; c'est le "remords" (je me mords et je me remords). Non seulement le mal est fait, mais en plus le sentiment qu'il entraîne favorise un accroissement de la souffrance. Je rajoute ainsi du mal au mal.

La Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

Le fils prodigue

Un homme avait deux fils. Le plus jeune dit à son père : Père, donne-moi la part de fortune qui t'a été léguée. Et le père leur partagea son bien. Peu de jours après, rassemblant tout son avoir, le plus jeune fils partit pour un pays lointain et y dissipa son bien en vivant dans l'inconduite.

Quand il eut tout dépensé, une famine sévère survint en cette contrée et il commença à sentir la privation. Il alla se mettre au service d'un des habitants de cette contrée, qui l'envoya dans ses champs garder les cochons. Il aurait bien voulu se remplir le ventre des caroubes que mangeaient les cochons, et personne ne lui en donnait. Rentrant alors en lui-

même, il se dit : Combien de mercenaires de mon père ont mangé du pain en surabondance, et moi je suis ici pauvre !  
Je veux partir, aller vers mon père et lui dire : Père, j'ai péché contre le Ciel et envers toi; je ne mérite plus d'être ton fils, traite-moi comme l'un de tes mercenaires.  
Il partit donc et s'en alla vers son père.

Tandis qu'il était encore loin, son père l'aperçut et fut pris de pitié ; il courut se jeter à son cou et l'embrassa tendrement.

Le fils alors lui dit : Père, j'ai péché contre le Ciel et toi, je ne mérite plus d'être appelé fils. **Mais le père dit :**

**à ses serviteurs :** Vite, apportez la plus belle robe et mettez, mettez-lui un anneau au doigt et des chaussures aux pieds. Amenez le veau gras, tuez-le, mangeons et buvons car mon fils que voilà était mort et il est revenu. Il était perdu et il est retrouvé ! Et ils se mirent à fêter.

(Luc 15,12)

Approfondissement

## **PAS DE GUÉRISON SANS LE PARDON**

Les thérapeutes montrent aujourd'hui, cliniquement, comment le refus de pardonner engendre la rancœur qui peut aller jusqu'à la haine et au désespoir. Mais cela s'inscrit inévitablement dans le corps, comme tout le monde l'admet aujourd'hui. Il n'y a pas d'émotion qui ne s'imprime et ne s'exprime par le physique, si elle ne trouve pas de résolution ! Et de là naît, alors, finement mise au point par l'inconscient, telle ou telle maladie, voire toute une pathologie qui n'épargne aucune sphère de la personne : corps, âme, esprit. Sans faire de raccourci un peu simpliste, nous savons tout de même à quel point la haine sourde et rentrée peut ravager un être

et être responsable d'une batterie somatique. De même, sur le plan psycho-affectif, ne supportant pas la charge de culpabilité, cette charge va se transformer en agressivité, sur soi ou sur autrui. Ce mécanisme de défense (voir annexe : les mécanismes de défense), de survie, empoisonne la vie...il nous faut mettre en lumière ces manques de pardon. Ce refus, même s'il est devenu inconscient, pompe l'énergie d'un être à son origine et le détourne de l'amour. Tous les rapports sont donc plus ou moins faussés : à soi-même, à l'autre, à Dieu.

Les premiers sentiments de culpabilité importants remontent bien souvent à la période enfantine de l'œdipe où le petit garçon ou la petite fille culpabilise de convoiter le parent du sexe opposé. Les émotions de cette période peuvent être comparées, en intensité, à ceux des grandes passions amoureuses adultes. Plus tard, des événements de la vie viennent faire écho à ces sentiments enfouis.

Mais il nous faut parler aussi des peurs issues de cette culpabilité. Qui n'a pas connu la peur qu'un proche meure, qu'une catastrophe subite arrive... pensées diverses qui nous séparent de la paix et de la confiance. Ces petites phobies sont le signal d'une culpabilité cachée...pourquoi?

Le sentiment de réparation est universel. Nous pensons inconsciemment que s'il y a faute, il faut qu'elle soit réparée, que quelqu'un paye, qu'il y ait un sacrifice en compensation. Ce sentiment traverse les générations, comme nous le verrons un peu plus loin.

La bonne nouvelle est toujours la même dans ce livre ; la facture est déjà payée par Jésus ! Il nous reste vraiment main-

tenant à nous saisir et à nous emparer de cette réalité. Quelques exemples de la vie courante : telle femme ne parvient pas à se séparer d'un mari qui la bat, elle ne veut inconsciemment pas quitter son statut de victime, même si sa vie est un enfer.

Tel malade tremble en secret (consciemment ou non) à l'idée de la guérison, toujours pour les mêmes raisons...sa maladie a une fonction, elle veut parler de quelque chose noué dans les profondeurs. (Le mal a dit)

Combien de confidences avons nous reçues de personnes qui disent avoir confessé maintes fois le même comportement sans progrès... Bien souvent, la grâce n'a pas atteint nos profondeurs où pleure un petit garçon ou une petite fille qui a besoin aussi d'être visité. Nous proposons alors à la personne de prendre conscience de ces larmes enfantines et de remettre ce petit enfant, en mal d'amour, au Seigneur. Dans nos sessions de guérison, des personnes formées à la relation d'aide accompagnent ce travail.

Nous l'avons dit, nous ne pouvons séparer le corps, l'âme et l'esprit. Nous attribuons bien facilement notre sècheresse spirituelle à un désert permis par le Ciel, Ciel qui a bon dos, car il nous faut voir tout d'abord si simplement notre misère humaine ne serait pas la première responsable de cet état. Encore une fois que d'humilité nous faut-il ! Dans le pardon, la part du don est peut-être d'abord celle-ci.

C'est par le don que l'homme ressemble aux Personnes divines qui vivent dans un mouvement d'amour perpétuel. Parce qu'il a ainsi un rapport immédiat avec la Source, le pardon est un acte créateur ; il n'efface pas le passé mais le re-

créée dans une histoire nouvelle, plus grande que la précédente. Sous ce rapport, le pardon reçu de Dieu, soulève des forces révolutionnaires. Seule l'expérience permet de comprendre cela. C'est là se décider à vivre dans l'ordre de la grâce. Un ami prêtre disait : tu commences à être chrétien lorsque tu pries pour tes ennemis. Le pardon n'est pas un acte dépendant de l'autre, de ses réactions, de ce qu'il va dire ou faire, de son éventuel accueil ou rejet. C'est un acte intérieur, adulte et gratuit qui, n'exigeant rien en retour, reçoit au centuple libérations, paix et joies.

Nous avons bien compris que le pardon à soi-même est une démarche indispensable. Je me dis souvent que si Dieu me fait miséricorde, qui suis-je moi pour ne pas aussi me faire miséricorde. Nous avons bien du mal à admettre que l'amour de Dieu n'a point de limite : moi, si j'avais commis tous les crimes possibles, je garderais la même conscience car je sais bien que cette multitude d'offenses n'est qu'une goutte d'eau dans un brasier. Nous dit sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus.

Notre grande difficulté est toujours la même, le retour sur soi-même. Regardez les statues de la Vierge de l'Apocalypse. Elle écrase le serpent du talon, l'air de rien, sans lui prêter attention, mais tout son corps et son regard sont tendus vers le haut, vers Dieu, dans un élan adorable et joyeux. Voici l'attitude, le mouvement d'âme que nous désirons tous trouver car nous y pressentons bien notre libération et notre plénitude.

\* Oui, mais comment !

Une tendance courante s'oppose au travail de réconciliation. Nous voudrions présenter ce qu'il y a de plus beau en nous

à Jésus (sans ignorer que tout ce qui est beau est le fruit de l'amour, de l'Esprit-Saint), et nous cachons ce que nous jugeons laid. Ainsi, nous allons comme coupés en deux, devant le Seigneur. Voilà ce qu'il nous faut quitter pour devenir pleinement ce que nous sommes, des fils et filles de lumière. Jésus est venu mendier nos misères, et cela nous dérouta, ce que nous n'aimons guère, car nous préférons maîtriser nos vies.

Nous avons maintenant repéré ce sentiment qui fait obstacle à l'amour. Appuyons-nous maintenant sur saint Paul qui compare souvent la vie spirituelle à un sport. Considérons qu'il nous faut nous entraîner afin d'être tout tournés vers Dieu, mais que nos muscles sont raides et réticents. Il nous faut donc les assouplir et les réconcilier avec certains mouvements.

- Regard : entraînons-nous, à l'aide de ce qui a été dit plus haut, à repérer le sentiment de culpabilité, à le localiser avant qu'il nous envahisse et domine notre affectivité.

- Cœur : nous pouvons imaginer notre cœur pourvu de deux petits bras et mains, comme on le voit parfois représenté dans certains dessins. Entraînons notre cœur à saisir en nous ce sentiment de jugement et, nous tournant vers Jésus et Marie, leur donner ce cadeau (nous pouvons imaginer un cadeau avec un joli nœud...). C'est de tout cela dont Jésus a soif, c'est pour tout cela qu'il est monté sur la Croix. Voilà le chemin de la confiance et de l'abandon.

Et bien sûr, comme nous le disions, le pardon étant dans l'ordre de la grâce, précipitons-nous avec ces cadeaux dans les bras de Jésus. Libérés de tout sentiment de culpabilité nous pourrions entrer dans la joie du vrai repentir et de la réconciliation.

## TØmoignage

Lorsque j'avais sept ans, mes parents discutaient dans la cuisine de mon petit frère mort à la naissance juste avant moi. Je les ai écoutés en cachette derrière la porte et depuis ai conçu un grand sentiment de culpabilité...d'être en vie. Je me souviens de la scène et de l'angoisse mortelle qu'elle produisit.

Adulte, je traversais de terribles angoisses de mort.

Ayant fait le rapprochement, je m'en confessai un jour. Je demandai pardon à Jésus de m'être replié sur moi à ce moment-là... Au moment de l'absolution, l'Enfant-Jésus m'a visitée, et j'ai revécu toute la scène avec Lui !

Il était là, derrière cette porte, et jouait à cache-cache avec moi. Nous riions tous les deux et je n'avais d'yeux que pour lui et son merveilleux sourire. La scène des parents était toujours présente en arrière-plan, mais mon regard avait changé de direction.

Je sentis une immense joie dans mon cœur et une infinie reconnaissance pour le don de ma vie. Les angoisses de mort ont disparu et depuis l'amour de la vie ne cesse de grandir.

Marie

## Petite histoire vraie

Prêtre, j'allais chaque jour visiter les malades d'un hôpital près de ma paroisse, aux USA. Une femme dans le coma figurait constamment sur ma liste. Un jour où j'avais un nombre impressionnant de malades à voir, je me suis dit que je pouvais "laisser faire" pour cette femme, car elle n'avait pas besoin de moi puisqu'elle ne pouvait pas me parler !

Puis, en visitant les autres patients, je me sentis coupable et pensai que je ferais mieux d'aller la voir. Je m'assis donc à son chevet et commençai mon rituel: Je suis le père Tim, c'est aujourd'hui lundi. ~~À la fin, je me mis à penser: C'est vraiment stupide. Elle ne peut pas me répondre, j'ai train de perdre mon temps. Je ne reviendrai plus, lever de ma .~~ Soudain, une pensée me vint à l'esprit, qui n'était pas de moi, c'est sûr: Cette femme a besoin de l'absolution pour ses péchés. Effectivement, elle n'avait pas pu se confesser puisqu'elle était dans le coma.

Alors je me penchai à nouveau vers elle et lui murmurai: Si vous avez commis quelques péchés pour lesquels vous n'avez pas encore reçu le pardon, présentez-les moi au Seigneur dans votre cœur; puis je dirai l'actuelle. J'attendis trois minutes. Je récitai alors l'acte de contrition et lui donnai l'absolution.

Tandis que je m'adossais à ma chaise, la femme se redressa soudain sur son lit! Sans me regarder, elle fixa ses yeux sur la croix accrochée au mur. Elle ouvrit tout grands ses bras et, le visage illuminé d'un beau sourire, s'écria: JÉSUS! Puis elle retomba en arrière et mourut.

Je me retournais brusquement pour voir si Jésus était là, mais non. Il était venu pour elle à ma parole de prêtre dans le sacrement du pardon, et Il l'avait emmenée avec Lui! Vous voyez comme les sacrements sont importants. Si Dieu vous appelle à vous en approcher, ne les remettez pas à plus tard car, qui sait si vous ne serez pas au Ciel demain?

(Témoignage recueilli par Sr Emmanuel, de la Cité des Béatitudes)

## Exercice

Nous sommes devenus adultes, mais vit en nous un petit enfant qui pleure et garde du ressentiment. Bien souvent pour sa survie, il veut protéger les adultes car ils lui sont vitaux, il va alors s'accuser des maux qu'il connaît.

Nous vous proposons de faire cet exercice devant le Saint Sacrement, si possible, ou confortablement installé(e) chez vous, au calme.

Après un moment de détente, vous vous imaginez dans votre enfance à l'âge qu'il vous vient. Très souvent une scène précise arrive, vous la visualisez, en prenant conscience de tous les facteurs (et acteurs) de la scène, couleurs, bruit, ambiance... Vous allez maintenant vous adresser à ce petit enfant et lui demander de quoi a-t-il besoin, de quoi manque-t-il, que ressent-il ? Vous, vous êtes comme une bonne fée, et vous pouvez comme avec une baguette magique lui procurer tout ce dont il a besoin. Vous pouvez faire venir dans la scène si besoin, saint Joseph dans sa force et sa justesse, Marie dans sa tendresse, l'Enfant-Jésus avec sa Sainte Innocence, ou toute personne du Ciel qui vous vient, ou autre...

A chaque étape, vous lui apportez tout ce dont il a besoin jusqu'à ce qu'il soit si heureux, qu'il se décide pour cette vie devant lui et décide de reprendre la route de sa vie sereinement. Servez-vous de votre imagination et des ressources qui vous sont propres.

## Bonne résolution

Aujourd'hui, fais un bilan de ta vie passée pour l'abandonner encore plus radicalement dans les bras de Dieu le Père. Essaie de voir s'il reste encore en ton cœur des culpabilités

ou des fautes que tu as du mal à te pardonner.

Ecris tout ceci sur un papier et va voir un prêtre pour lui donner ce que tu as écrit et pour recevoir le pardon et la guérison, ou remet cela dans ta prière à Dieu en vérité.

Prière

Enfant-Jésus, innocence retrouvée, je te cherche inlassablement car mon âme a soif de toi. Je te confie aujourd'hui toutes les situations de ma vie où je me sens coupable et séparé de ton amour. Fais-moi la grâce de croire à l'infinie bonté de ton amour. Je voudrais devenir comme toi, un tout petit, toujours tourné vers le beau et le bon.

J'ai besoin de toi pour retrouver le vrai goût de l'Amour pour lequel j'ai été créé(e). Innocence crucifiée, tu portes dans tes langes les prémices du linceul et tu l'as fait pour moi. Que tes blancs vêtements illuminent le mal de mon âme et que, comme neige au soleil, en ta présence il s'évanouisse.

Enfant-Jésus, Roi d'amour, établis ta royauté sur tous les élans de mon cœur. J'ai confiance en toi .

Bénédiction

(Si possible haute voix)

Petits enfants,  
n'aimons ni de mots ni de langue,  
mais en actes et en vérité.

A cela nous saurons que nous sommes de la vérité,  
et devant lui nous apaiserons notre cœur,  
si notre cœur venait nous condamner,  
car Dieu est plus grand que notre cœur,  
et il connaît tout.

(1 Jean 3,19)

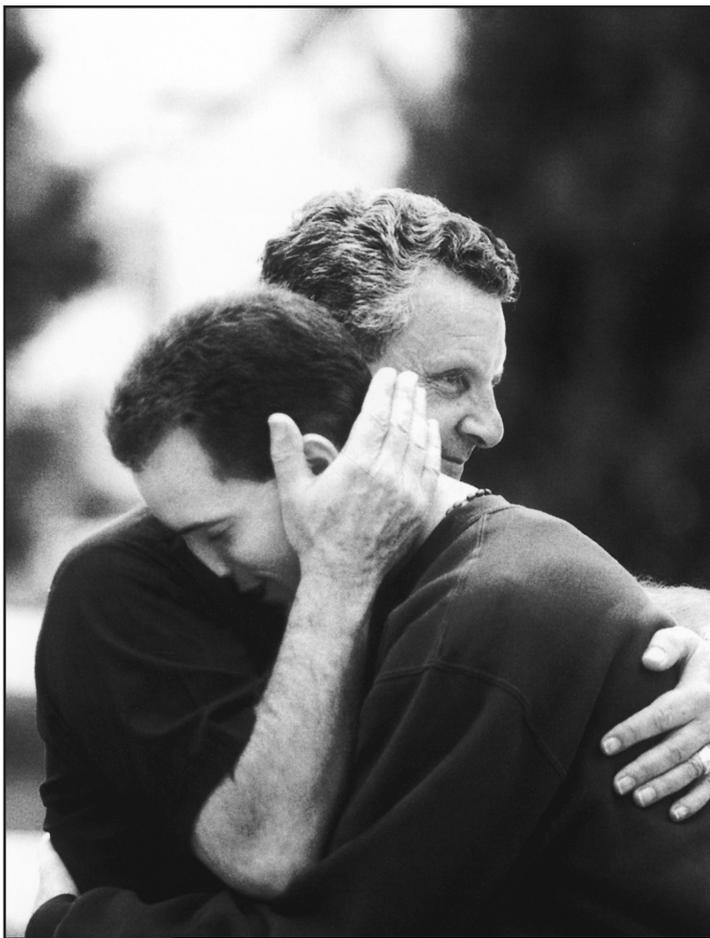


Photo : Joe Mixan

Je serai guéri !

## ETAPE 5

# PARDON aux autres

### Introduction

**Le pardon n'est pas un vague sentiment, c'est une ferme résolution. C'est une décision courageuse.**

**Jésus nous dit :** Aimez vos ennemis, faites du bien à celui qui vous a blessé, aimez ceux qui vous aiment, quel grø vous en saura-t-on ? Car même les pêcheurs aiment ceux qui les aiment. **Voilà la belle affaire !**

**Pardonnez aux autres les blessures qu'ils nous ont infligées : les actes, les paroles, et parfois même les sous-entendus...**

Nous avons sans cesse besoin de prendre conscience que ce qui n'est pas de notre ressort de changer les autres, nous pouvons, avec l'aide de Dieu nous changer nous-mêmes.

**Un petit axiome qui déjà va nous aider sur le chemin du pardon aux autres : chacun en fonction de son histoire, de sa culture... va regarder et appréhender le monde avec une carte, un prisme qui lui est propre. Le tout est d'accepter que l'autre ne regarde pas avec le même prisme, ne conduit pas sa vie avec la même carte (voir qui a raison dans l'avant-propos). Aborder le problème du pardon aux autres sous l'aspect de**

la communication, m'aide à pardonner. Mais cela ne suffit pas ; il nous faut entrer dans la communion des enfants de Dieu qui partagent le même état de pécheurs et de miséricordés. Fixons la Miséricorde : miséricorde en hébreu se traduit par "matrice", "utérus", c'est-à-dire le lieu de l'enfantement. Dieu a choisi le sein de Marie pour nous rejoindre ; c'est pourquoi c'est elle qui a le secret pour nous réenfanter dans l'amour.

Marie nous apprend à voir tout ce qu'il y a de beau et de bon, et ainsi les situations de mal disparaissent sans que l'on ait mis le doigt dessus. Nous avons tous, plus ou moins, l'habitude de faire l'inverse. C'est une véritable conversion, une rééducation totale de notre regard. Si une petite voix à l'intérieur de nous souffle une excuse à l'encontre d'un tiers, une autre petite voix nous souffle aussi : oui, mais quand même...

Le pardon aux autres semble parfois impossible ; alors s'ouvre pour nous la voie royale de Jésus par Marie. Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus nous dit : les trésors de la Mère appartiennent à l'enfant. ~~En~~ comparons-nous des trésors du Ciel ; alors en Marie, baignés en son regard, il nous est possible d'accueillir le pardon.

Je sais par expérience que lorsque j'entretiens un mal, je souffre, je me sépare de la paix. Lorsque le mal nous atteint, Jésus et Marie pleurent avec nous sur cette situation.

C'est ce que fit Jésus sur son ami Lazare. Il pleurait sur la pauvre condition de l'homme mortel. Nous avons à parcourir le chemin de la douceur. Lorsqu'une personne me fait mal, je peux alors la regarder avec les yeux de Jésus et de Marie et pleurer sur le mal sans condamner le pécheur. Ainsi, haïr le péché mais aimer le pécheur.

Paroles de Dieu

(Si possible haute voix)

**Alors Pierre s'approcha de lui et dit :** Seigneur, combien de fois pardonnerai-je mon frère, lorsqu'il péchera contre moi ? Jusqu'à sept fois ?  
**Jésus lui dit :** Je ne te dis pas jusqu'à sept fois, mais jusqu'à soixante-dix-sept fois.  
(Matthieu 18,22)

Mais je vous le dis, vous qui m'écoutez : Aimez vos ennemis, faites du bien à ceux qui vous haïssent, à ceux qui vous maudissent, priez pour ceux qui vous diffament. (...) Ce que vous voulez que les hommes fassent pour vous, faites-le pour eux pareillement.

Si vous aimez ceux qui vous aiment, quel grâces vous en saura-t-on ? Car même les pécheurs aiment ceux qui les aiment. Et si vous faites du bien à ceux qui vous en font, vous en saura-t-on ? Même les pécheurs en font ainsi. Si vous prêtez à ceux dont vous espérez recevoir, vous en saura-t-on ? Même des pécheurs prêtent à des pécheurs afin de recevoir l'équivalent.

Au contraire, aimez vos ennemis, faites du bien à ceux qui vous haïssent, sans rien attendre en retour. Votre récompense sera grande, et vous serez les fils du Très-Haut, car c'est ainsi qu'il agit pour les ingrats et les méchants. Montrez-vous donc parfaits, comme votre Père est compatissant.

(Luc 6,28-36)

## Approfondissement

Faites-vous du bien, pardonnez !

### Les étapes du pardon

Selon les auteurs, les étapes du pardon sont plus ou moins nombreuses. Jean Monbourquette en détermine douze, que chacun peut utiliser à sa guise. On passera rapidement sur certaines ou on s'attardera sur d'autres, selon son propre jugement. Mais chacune de ces étapes apporte un élément essentiel pour accéder au véritable pardon, et avec lui, la liberté de passer à autre chose.

1. Décider de ne pas se venger et faire cesser les gestes offensants.
2. Reconnaître sa blessure et sa pauvreté intérieure.
3. Partager sa blessure avec quelqu'un.
4. Bien reconnaître sa perte pour en faire le deuil.
5. Accepter sa colère et son envie de vengeance.
6. Se pardonner soi-même.
7. Commencer à comprendre son offenseur.
8. Trouver le sens de sa blessure dans sa vie.
9. Se savoir digne de pardon et déjà gracié.
10. Cesser de s'acharner à vouloir pardonner.
11. S'ouvrir à la grâce de pardonner.
12. Décider de mettre fin à la relation ou la renouveler.

Ces quelques pistes de réflexion ne sont certes pas les ingrédients d'une recette infaillible. Le processus du pardon demande un retour sur soi et la démarche peut être plus ou moins longue. Que l'on retienne cependant que le premier pas est la décision de ne pas se venger. À partir de là, on

s'ouvre à la volonté de guérir de ses blessures. Nous nous redonnons la capacité de communiquer ouvertement et librement.

Avons-nous remarqué que ce qui nous gêne chez les autres ressemble bien souvent à ce que intimement nous avons du mal à supporter chez nous ? Un premier travail consiste donc à entretenir cette sainte défiance afin de ne pas tomber trop souvent dans le piège de la critique qui nous mène là où nous ne voudrions pas aller. Il suffit de se poser la question lorsque nous sommes blessés par un mot, une remarque : pourquoi suis-je si touché(e) par cela ?

Demandons à l'Esprit-Saint de nous éclairer.

L'humilité vraie consiste à accepter de nous voir tels que nous sommes dans nos profondeurs. Rappelons-nous que l'orgueil est une illusion du démon visant à nous couper de Dieu.

Eh bien, lorsque nous le rencontrons dans nos cœurs, jetons-nous dans les bras du Père : Toi qui es bon et -qui pa-  
donnes .(Ps 86,5)

La miséricorde nous attend en nous-même, car il est souvent bien plus facile de la pratiquer pour les autres que pour soi-même. Comment puis-je faire miséricorde aux autres si je n'ai pas expérimenté pour moi-même cette corde tendue à ma misère ?

Dans le premier mystère douloureux, nous voyons Jésus jugé et condamné. Si une petite voix en nous, comme un juge d'instruction, juge et condamne notre frère, transportons-nous en esprit à Jérusalem. Là, Jésus a pris sur lui tous nos sentiments de condamnation, tous nos jugements, tous les coups de l'humanité. Et lorsqu'une situation nous paraît impar

donnable, il nous reste à écouter Jésus dire à son Père :  
Père, pardonne-leur, ils ne savent pas (Lc 23,34) 'ils font  
Regardons Jésus, penchons-nous vers les stigmates de ses  
mains ; lui aussi, même après la Résurrection a des cic-  
trices. Elles sont là pour nous consoler, nous accueillir.  
Alors reposons notre tête dans le creux de ces mains et nous  
y trouverons le repos. Nous ne cesserons de le redire dans  
ce livre, la facture a été payée par avance par Jésus.

### Témoignage

Nous devons accueillir pour quelque temps une femme dans  
notre maison. Cette dernière me blessait régulièrement. J'in-  
terprétais cela comme le résultat d'une jalousie... mais cela  
ne changeait rien. Un jour j'appris qu'elle devait s'absenter  
pour quelques jours. J'étais ravie, j'allais enfin respirer. Je  
devais bien faire le constat à partir de là que je ne pouvais  
lui pardonner certains maux... Voilà le jour de son retour.  
Cette femme fait le tour de la table où nous dînions et em-  
brasse chacun...

A cette vue, je me mis à genoux (en esprit) devant la Sainte  
Vierge en faisant cette prière : Marie, je suis incapable d'ai-  
mer et de pardonner cette femme ; je t'en supplie  
toi l'aimer en moi

Lorsqu'elle est arrivée près de moi, un flot surnaturel  
d'amour coulait en moi... Je l'ai alors embrassée avec beau-  
coup de tendresse...

Marie m'avait exaucée ! De ce jour nos rapports ont com-  
plètement changé, l'amour a triomphé de tout ce mal.

Isabelle

RØflexion

\* Le pardon, c'est la santØ !

Oublier nos rancunes est bon pour notre âme !

Pendant des mois, Anita Lepage s'est réveillée en sursaut en train de bourrer son oreiller de coups de poing. Je rêvais que je poignardais ma cousine, comme elle-même m'ignardØe dans le, disette jeune femme de 27 ans, adjointe en marketing dans une entreprise montréalaise.

Un an et demi auparavant, la cousine a avoué une aventure avec le petit ami d'Anita. Depuis, celle-ci passe son temps à ruminer des scénarios de vengeance. Alors qu'il est urgent qu'elle trouve du travail, elle ne sort presque plus de chez elle et, les rares fois où elle s'aventure dehors, s'irrite de la moindre contrariété : une voiture qui lui coupe le chemin, un médecin qui la fait attendre... Il lui semble que le monde entier conspire contre elle. Anita éprouve aussi des ennuis de santé - nausées et troubles digestifs. Elle a perdu 14 kilos et pourtant les examens médicaux ne décèlent rien d'anormal.

Trois mois plus tard, elle reçoit un courrier de sa cousine, qui lui demande pardon. Tous ses symptômes resurgissent immédiatement, et elle finit par faire le rapprochement : J'ai compris que si je voulais retrouver une vie normale que je pardonne.

Le Dr Frank Boehm sait depuis longtemps que nos problèmes de santé ne sont pas tous d'origine physiologique :

Mon père, qui a survøcu l'Holocauste, Øtait per la rancune et le refus de pardonner occasionnien thologies physiques aussi bien que psychologiques. Il y a quelques années, une patiente vient le consulter à pro-

pos de maux de ventre et de tête continuels, accompagnés de forte tension. Incapable de trouver une cause physique à ses malaises, il lui demande de lui parler de sa vie. Elle lui raconte, entre autres, un conflit persistant avec ses deux sœurs, qu'elle accuse de l'avoir autrefois abandonnée dans le besoin. Frank Boehm se souvient alors de ce que disait son père et lui conseille le pardon. Des années plus tard, il reçoit des nouvelles de sa patiente. Elle a fait la paix avec ses sœurs, et ses malaises se sont dissipés. En trouvant la force de pardonner, elle a retrouvé du même la santé, conclut le médecin.

On ne peut pas changer le passé

Après une journée de travail pénible, Joan Hope voudrait trouver tendresse et réconfort auprès de son mari. Hélas, après seulement un an de mariage, il a du mal à s'arracher à l'écran de télévision pour s'intéresser aux problèmes de sa femme. Cela rappelle de bien mauvais souvenirs à Joan : à 12 ans, quand elle revenait de l'école en pleurant parce que les autres enfants s'étaient moqués d'elle, sa mère lui manifestait la même indifférence. Je lui en voulais de ne pas me consoler, dit Joan, qui travaillait autrefois au service de la paie d'une entreprise d'Ottawa.

Cette rancœur l'habite encore à l'âge adulte. Employé désagréable ou chauffard trop pressé, personne n'échappe à sa langue acérée : Le monde entier semblait ligué contre moi et je n'avais pas l'intention de me laisser faire. Toute cette haine accumulée se traduisit finalement par des crises d'asthme, de la tension, du diabète et des problèmes intestinaux. Quand elle découvre que son mari a une maî-

trousse, elle repense encore à sa mère : Elle aussi avait trompé mon père et détruit la famille. Et maintenant, moi, la même chose. Comment aurais-je pu leur pardonner. Les spécialistes disent tous que rien ne sert de ressasser le passé. Quand vous avez été victime d'une injustice, vous qu'il est impossible de revenir en arrière et doit pas vous empêcher de **conseil** Chuck Spicer, aumônier à l'Hôpital royal d'Ottawa.

Un jour, il y a plus de 30 ans, Susan Coldwell accepte qu'un camarade d'université la ramène chez elle en voiture et se fait violer. Dès lors, elle mène une vie solitaire et sans joie. Le coupable est arrêté pour une autre affaire d'agression sexuelle et envoyé en prison, mais cela ne suffit pas à la calmer. Au contraire, le moindre incident prend une importance disproportionnée.

Cinq ans après le viol dont elle a été victime, elle a rendez-vous avec un ami dans un café. Il est en retard, et cela la met dans une telle rage que, quand elle le voit finalement arriver à travers la porte, elle se met à cogner sur la vitre au point de la briser. Face à une telle tension, son corps finit par se rebeller : elle souffre de palpitations cardiaques, maux de tête, rhumes, gripes, spasmes à l'estomac.

La rancune est autodestructrice. C'est comme si vous preniez tous les jours du poison **explique le Dr** Redford Williams, directeur du service de thérapie comportementale au centre hospitalier de l'université Duke.

En quoi consiste le pardon ?

Pardonnez ne signifie pas nier votre souffrance. Cela n'implique pas non plus une réconciliation obligatoire : on peut

pardonne à quelqu'un tout en choisissant de rompre la relation. Selon le chercheur californien Carl Thoresen, pardonner, c'est retrouver une plus grande paix intérieure, changer sa perception de l'injustice subie et de ceux qui sont responsables. C'est arrêter de ruminer le passé et remettre en perspective pour ne plus en être victime.

Le jour de l'An 1996, Everett Worthington, un psychologue, apprend au téléphone que sa mère est morte. On vient de l'assassiner, dit son frère d'une voix tremblante. La pauvre femme a surpris deux adolescents qui s'étaient introduits chez elle. L'un d'entre eux l'a tuée avec un pied-de-biche.

La haine m'a d'abord envahie, dit le psychologue. Puis il s'est souvenu que son travail, ironiquement, consistait à enseigner aux autres le pardon. Pourquoi ne pas commencer par lui-même ? L'idée, dit-il, est de considérer la blessure objectivement et d'essayer de saisir les motifs de l'agression. L'intention n'est pas d'excuser l'acte commis, mais mieux le comprendre.

Quance Robert Enright. Une sorte de "reconstruction" qui consiste à pardonner non pas l'offense, mais l'offenseur.

Everett Worthington s'est imaginé dans la peau de ces adolescents qui s'apprêtent à cambrioler la maison de sa mère. Ils frappent à la porte. Pas de réponse : sa mère est presque sourde. Ils brisent une vitre et commencent à ramasser leur butin. Soudain, une voix les interrompt: Qu'est-ce que vous faites ici ?

Peur et adrénaline envahissent l'un des jeunes : Ça ne devait pas se passer comme cela ; maintenant, je vais aller en prison. Et, impulsivement, il frappe, puis pense immédiatement: Qu'est-ce que je viens de faire ?

En revivant la, **dit le psychologue**, j'ai compris et même ressenti l'horreur qui a dû le saisir ce moment pardonné et me suis senti nouveau en paix.

Ecrivez l'offenseur

**Joan a trouvé l'origine de la froideur de sa mère quand elle a accepté de porter un regard différent sur le passé :** Maman était une enfant adoptée et s'est toujours sentie mère adoptive la traitait durement, la punissait minutes de retard. Je peux comprendre maintenant amertume **Souvenez-vous de votre propre reconnaissance après avoir obtenu le pardon de quelqu'un.**

Même si l'offenseur ne semble pas éprouver le moindre repentir, vous allez vous sentir personnellement plus heureux, plus sain de corps et d'esprit. Le pardon est un cadeau qu'on se fait soi-même, **dit Robin Casarjian, directeur d'un organisme de Boston, qui enseigne le pardon dans les prisons.** Susan a cherché pendant des années comment se venger de l'homme qui l'avait violée, jusqu'à ce qu'elle réalise que cela l'empêchait de reconstruire sa vie. Depuis, tout a changé, dit-elle : elle est maintenant coordinatrice des services de réadaptation dans un centre de santé de la Nouvelle-Ecosse.

Les gens me voient désormais souriante, aimable et forme Il est plus facile de s'en tenir sa résolution donner si on en fait un, **dit Everett Worthington.**

Ecrivez une lettre de pardon, même si vous ne l'envoyez jamais **Anita a fait parvenir à sa cousine un message de pardon.** Au début, ce ne sont que, **dit-elle,** mais ensuite ils prennent toute leur valeur motive. Mon "Je t'excuse" signifiait "Je ne souffre plus de ce que tu m'as fait."

Peu de temps après, elle a trouvé le travail rêvé, un poste d'adjointe en marketing, et mène maintenant une vie saine et heureuse.

On arrive au pardon par bien des chemins. L'essentiel est de ne pas nourrir d'attentes irréalistes, dit Kathleen Lawler, professeur de psychologie à l'université du Tennessee :

Souvenons-nous que l'erreur est humaine. Si nous attendons des autres, nous nous exposons à de nombreuses déceptions. Commencez tranquillement en apprenant à pardonner les fautes volontaires. Si, un soir, vous trébuche dans le vélo de votre fils, dites-vous qu'il n'en veut pas et pardonnez-lui. En changeant votre manière de voir les choses, vous serez en mesure de juger de la pertinence de votre réaction, dit Redford Williams. Et, avec le temps, vous deviendrez capable de pardonner des offenses plus graves. Le premier pardon est l'origine de tous les autres, conclut Robert Enright. Peu à peu, vous quitterez votre peau de tortue pour émerger mieux armé face à l'adversité.

Petite histoire vraie

En 1944, je fus condamné à mort par une cour martiale. Toutefois, comme j'avais une femme et quatre enfants, ma peine fut changée en un emprisonnement dans un camp spécial. Neuf mois après, je ne pesais plus que 39 kilos et mon corps était couvert d'ulcères. J'avais le bras gauche cassé et on laissait la fracture guérir sans aucun soin.

Le soir de Noël, alors que je me trouvais dans la baraque des prisonniers, en compagnie d'autres, le commandant me fit appeler. Lorsque je me présentais, je le trouvais attablé devant un plantureux repas de réveillon. Il m'obligea à me

tenir au garde-à-vous pendant tout le temps qu'il mangeait et mit une heure à tout manger. C'était une façon de me torturer, car cet homme savait que j'étais chrétien et que je parlais de Jésus-Christ à mes compagnons de misère. Dans mon cœur, j'entendis la voix de Satan, qui me dit :

- Crois-tu toujours au Psaume 23 : Le Seigneur es-  
ger, je ne manquerai de rien ?

J'élevais mon cœur dans la prière, et je dis en toute confiance :

- Oui, j'y crois !

Un soldat entra, apportant une tasse de café fumant et des gâteaux. Puis le commandant se tourna vers moi et dit :

-Ta femme est une très bonne cuisinière. Depuis s-  
elle t'envoie chaque mois un colis de p tisserie,  
ØnormØment chaque fois !

Je savais que ma femme et mes quatre enfants, au cours de cette guerre, manquaient de nourriture, et que ma femme devait avoir pris sur ses maigres rations la farine et le beurre pour faire des gâteaux. Cet homme se gavait donc de la nourriture dont mes enfants étaient privés.

Satan parla de nouveau à mon âme :

- DØteste-le ! Hais-le !, Maudis-le !

Une fois de plus, je priais Dieu et je ne ressentis pas la moindre haine pour lui dans mon cœur.

Mais combien je désirais qu'il me donnât, ne fût-ce qu'un tout petit morceau de gâteau, pas pour le manger, mais tout simplement pour le regarder et me rappeler les visages de mes enfants ! Hélas, l'homme mangea tout et me lança de nouveaux sarcasmes.

- Commandant, lui dis-je, comme vous Øtes pauvre

me considère riche, parce que je crois en Dieu, et Christ m'a sauvé de mes péchés.

A ces mots il entra dans une violente colère, me lança une bordée d'injures et me renvoya à la baraque.

A la fin de la guerre, je fus relâché comme les autres prisonniers. Dès cet instant, je me mis à la recherche de mon tortionnaire. La plupart des officiers qui avaient commandé les camps de déportation avaient été fusillés, mais j'appris que mon homme avait réussi à prendre la fuite grâce à un astucieux déguisement.

Pendant une dizaine d'années, je poursuivis mes recherches, et découvris finalement le lieu où il habitait. Accompagné d'un autre chrétien, je me rendis chez lui. Au premier abord il ne sembla pas me reconnaître.

- Vous souvenez-vous de Noël 1944 ? dis-je. Je suis tricule 175 !

Il devint bl me et se mit à trembler. Sa femme qui se tenait à côté de lui, fut saisie d'une peur panique.

- Etes-vous venu ... vous venger ?

- Il y a dix ans que je vous R pondis-je. !

J'ouvris un paquet que nous avons apporté, en sortis un grand gâteau, et demandai à la femme de nous faire du café. Ensuite, tous les quatre, nous b mes le café et mange mes le gâteau.

Le visage inondé de larmes, l'homme me demanda pardon.

- Je vous ai pardonné cause de Jésus-Christ l'indigne même où vous m'aviez persécuté. R pondis-je.

Environ deux ans plus tard, cet homme et sa femme mirent leur confiance dans le Seigneur Jésus-Christ et devinrent, avec leur famille, des chrétiens rayonnants.

Erino DAPOZZO (1907-1974)

## Exercice

Fermez les yeux et imaginez Jérusalem il y a 2000 ans.

Aujourd'hui un homme est condamné à être crucifié. Vous voyez la foule des hébreux s'avancer vers le Golgotha. Comme si vous aviez un zoom, votre regard se rapproche de la Croix où est crucifié Jésus. Au pied, vous pouvez imaginer le peuple, avec ses vêtements, ses couleurs, ses attitudes et sa rumeur. Là, vous trouvez aussi la Vierge et saint Jean. Marie, debout, est en larmes. Vous ressentez alors tout ce que cette scène vous évoque.

Puis, vous vous rapprochez du Cœur de Jésus, vous ressentez l'immensité de son amour pour les hommes, sa bonté infinie, cet amour incommensurable qui l'a crucifié.

Peut-être pouvez-vous entendre les battements de son cœur, ce Cœur qui a tant aimé le monde. Vous ressentez et voyez cet amour qui coule comme un fleuve sur cette foule de Jérusalem, et même sa tendresse pour ses bourreaux.

Prenez le temps de bien ressentir cet Amour.

Puis, soudain, vous voyez arriver au pied de la Croix, montant de la ville, toutes les personnes qui vous ont fait du mal, et vous ressentez le Cœur de Jésus qui se meurt d'amour pour chacune d'entre elle.

Lorsque vous avez senti cet amour, vous vous tournez vers le visage de Jésus, et rempli de cet amour, vous entendez Jésus dire à son Père, à Notre Père : Père, pardonne-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font

A votre tour, regardez ceux qui vous ont fait du mal et dites comme Jésus : Père, pardonne-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font

Bonne résolution

Aujourd'hui, cherche dans ton cœur le ou les pardons que tu n'as pas donnés à ceux qui t'ont fait du mal, et décide-toi à faire un pas décisif. Remets cette douleur à Jésus dans la prière et parles-en avec quelqu'un et si possible un prêtre. Décide-toi à demander à Dieu la force de pardonner ce qui te semble impardonnable pour vivre de sa parole : Soyez

miséricordieux comme votre Père du Ciel est miséricordieux

(Lc 6,36)

Ecrivez une lettre de pardon à votre ou vos offenseurs, même si vous ne l'envoyez jamais.

Aujourd'hui, **dit, le Seigneur Jésus**, donne-moi toutes les agressions que tu as subies, et je te donnerai mon pardon et ma miséricorde infinie et de bonté envers tes agresseurs.

Prières

Enfant-Jésus, Roi d'amour, viens naître aujourd'hui dans la crèche de mon cœur et innocenter toutes les situations de ma vie où je ne parviens pas à pardonner.

Aujourd'hui, je viens poser mon cœur et tous ses mouvements sur les stigmates de tes mains adorables.

Que mon humanité blessée fasse, par ta grâce, miséricorde à l'humanité blessée de mes frères et sœurs.

Pardon mon doux Jésus pour toutes les fois où l'Amour en moi n'est pas aimé, et apprend-moi à ne plus le délaisser.

Je sais qu'un jour au Ciel, tous ensemble, nous rirons et nous aimerons sans mélange, mais en attendant, je t'en prie, fais couler dans mon jardin un peu de la rosée du Ciel, ainsi je pourrai offrir à notre Mère un bouquet des plus belles couleurs. Bénis aujourd'hui tous ceux qui m'ont fait du mal et comble-les de grâces et de bonheur.

Seigneur, Fais de moi un instrument de 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 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.

Fais 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 donnant qu'on reçoit ;

c'est en s'oubliant soi-même que l'on se trouve ;

c'est en pardonnant que l'on est pardonné ;

c'est en mourant qu'on ressuscite à la vie éternelle.

Saint François d'Assise

BØnØdiction

(Si possible haute voix)

Le Seigneur ton Dieu te gardera l'alliance et l'ar  
jurØs tes pÈres. Il t'aimera, te bØnira, -te mul  
nira le fruit de ton sein et le fruit de ton sol.

(Deutéronome 7,12)



Photo : Joe Mixan

Je serai gueri !

## ETAPE 6

# PARDON Dieu

### Introduction

Il nous faudrait bien des pages pour traiter de ce sujet . Dans notre communauté, à la Cité de l'Immaculée, nous recevons une centaine de coups de fil par jour, dont beaucoup de demandes d'aide et d'accompagnement. Lorsque au téléphone, nous approfondissons la demande de la personne, je finis une fois sur deux par entendre : oui, mais quand même, le Bon Dieu pourrait bien faire quelque chose de ceci...

Le premier pas du pardon à Dieu est alors de passer de l'infantilisme à l'Esprit d'enfance en acceptant en tout notre être notre totale liberté : face au bien et au mal, face à la vie et à la mort et face à Dieu. Ce qui m'arrive de difficile, les épreuves... ne viennent pas de Dieu, car Dieu est Amour ! L'admettre est un premier pas vers l'âge adulte, vers notre plénitude.

Une autre tendance est de mettre tout sur le compte du démon, occultant ainsi notre responsabilité personnelle qui

nous rappelle cette condition d'homme libre.

Et oui, encore une fois nous préférons voir à l'extérieur de nous-même ce que nous avons peur de voir à l'intérieur.

Dans la Bible, nous trouvons 365 fois des occurrences de n'ayez pas peur pour chaque jour de l'année. La Sainte Vierge nous enfante adulte en Dieu, elle qui est restée debout au pied de la Croix de son Fils, accueillant humble et obéissante les desseins de Dieu, dans une parfaite espérance. Oui, le péché originel laisse en nous un goût amer. Amertume en grec a la même racine qu'envenimer. Le Christ sur la Croix a bu l'amertume de l'humanité dans le vinaigre que le garde lui tend lorsqu'il dit j'ai soif

Oui, Christ est notre guérison. Il est notre réconciliation avec le Père. Ce j'ai senti chaque jour pour chacun de nous.

Mo se fit un serpent d'airain, et le pla a sur une p  
quiconque avait été mordu par un serpent, et regard  
pent d'airain, conservait (Nombres 21.9)

Le manque de pardon obstrue la source de notre vie spirituelle. Des trois pardons que nous abordons dans ce livre, le pardon à Dieu est celui que nous cachons peut-être le plus, car il nous met mal à l'aise. Il nous faut une bonne dose d'humilité pour aller le rencontrer tout au fond de nos cœurs. Nous le cachons souvent derrière d'autres manques de pardon qui nous semblent plus présentables car comme Adam, nous voulons sauver la face : Alors ils entendirent la voix du Seigneur Dieu, qui parcourait le jardin vers le soir, et sa femme se cachèrent loin de la face du Seigneur au lieu des arbres du jardin. Mais Dieu appela l'homme et dit : Où es-tu? Il répondit : J'ai entendu ta voix dans le jardin, et j'ai eu peur, parce que je suis nu, et je me

Et Dieu dit : Qui t'a appris que tu es nu ? Est-ce que tu as mangé du fruit dont je t'avais défendu de manger ?  
Elle répondit : La femme que tu as mise auprès de moi m'a donné du fruit, et j'en ai mangé.

Et le Seigneur dit à la femme : Pourquoi as-tu fait cela ?  
La femme répondit : Le serpent m'a séduite, et j'en ai mangé.

Ainsi, comme nous le voyons, face au péché, certains d'entre nous se cachent, d'autres se révoltent ouvertement, accusant le voisin de ses propres limites...

Si nous lisons Job dans la Bible, nous voyons que Job est l'homme qui a osé crier à Dieu la révolte de l'humanité souffrante. De son extrême pauvreté, un cri jaillit vers le Ciel. Avons-nous fait l'expérience de ce cri qui précède les retrouvailles et qui laisse la place à toutes les bénédictions dont Dieu veut nous combler ?

Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

Dès lors, plus de mensonge, que chacun dise la vérité à son prochain ; ne sommes-nous pas membres les uns des autres ? Emportez-vous, mais ne commettez pas le péché. Que le soleil ne se couche pas sur votre colère ; il ne faut pas donner prise au diable. Que celui qui volait ne vole plus ; qu'il prenne plutôt la peine de travailler de ses mains, au point de pouvoir faire le bien en secourant les nécessiteux.

De votre bouche ne doit sortir aucun mauvais propos, mais plutôt toute bonne parole capable d'édifier, quand il le faut, et de faire du bien à ceux qui l'entendent.

Ne contristez pas l'Esprit-Saint de Dieu, qui vous a marqués de son sceau pour le jour de la rédemption. Aigreur, emportement, colère, clameurs, outrages, tout cela doit être ex-

tirpé de chez vous, avec la malice sous toutes ses formes. Montrez-vous au contraire bons et compatissants les uns pour les autres, vous pardonnant mutuellement, comme Dieu vous a pardonné dans le Christ.

Oui, cherchez à imiter Dieu, comme des enfants bien-aimés, et suivez la voie de l'amour, à l'exemple du Christ qui nous a aimés et s'est livré pour nous, s'offrant à Dieu en sacrifice d'agréable odeur.

(Ephésiens 4, 26)

### Approfondissement

En 2002, nous avons édité un livre-neuvaine "un Cri vers le Ciel" pour lequel nous recevons régulièrement de nombreux témoignages. De temps en temps une personne appelle pour nous dire qu'elle n'a pas été exaucée. Sachant qu'une prière avec le cœur est toujours exaucée (mais peut-être pas comme nous le voudrions), il faut alors chercher où est le réel exaucement, prier l'Esprit-Saint de nous éclairer, car, derrière ce manque apparent de réponse du Ciel, il y a toujours une information.

Combien nous avons été enseignés les premiers temps ! Dans chacune de ces occasions, en approfondissant la question avec la personne, cette dernière cachait une petite révolte envers le Seigneur. Alors, beaucoup bénissent, après coup, le Ciel pour leur prière et se rendent compte que le Seigneur veut les emmener, en fait, beaucoup plus loin... dans l'amour.

Nos rancœurs envers le Bon Dieu se cachent derrière nos rancœurs envers l'amour que nous espérions dès notre enfance. En effet, la première déception est vécue dès le sein maternel ! Là, à travers nos sens, nous percevons déjà que

le monde n'est pas fait que de douceur et de tendresse... C'est pourquoi nous pouvons redonner, consacrer toute l'histoire de notre gestation et même de notre conception à Dieu par les mains de Marie. Faisons de même pour notre enfance. L'Esprit-Saint peut faire remonter à la surface des souvenirs, des sentiments enfouis. Chaque fois, remettons-les à Marie, déposons-les à Jésus dans la prière et si possible, dans le sacrement de réconciliation. Il n'y a pas de temps pour le Seigneur. Il peut visiter aujourd'hui mon histoire d'hier. Il n'est jamais trop tard pour avoir une enfance heureuse avec la Sainte Famille !

Nous pouvons noter aussi dans nos vies, toutes les fois où nous avons des désirs forts de transgression des interdits de la loi ; cela peut même aller parfois pour certains jusqu'à des paroles intérieures de blasphème envers Dieu...

Tout cela nous montre cette profonde blessure.

Jésus nous dit qu'il nous faut quitter notre père, mère...cela signifie aussi, que nous devons faire ce chemin de quitter le père, la mère, qui continuent de vivre en nous, ceux que nous avons percus dans notre enfance. Vous pouvez les imaginer comme des petits personnages qui vivent en vous et qui vous rappellent sans cesse qu'il vaut mieux faire attention avec l'amour, qu'il est dangereux de s'y abandonner. Derrière cet extrême dépouillement, nous attendent les délices des retrouvailles.

Il en est de ces sentiments, profondément enfouis dans la nature humaine, comme d'un boxeur sur un ring. C'est un combat, en fait très violent dans les méandres de notre inconscient. Si un des deux combattants dépose le gant, il n'y a plus de combat. Voilà l'issue pour nous, déposer nos armes

et vite se réfugier dans les bras de Marie, dans le Cœur de Jésus. Là, à l'abri, nous retrouverons le repos et la joie d'un cœur uni à son Seigneur : Une chose qu'au Seigneur je demande, la chose que je cherche, c'est d'habiter la maison du Seigneur tous les jours de ma vie, de savourer la demeure du Seigneur, de rechercher son palais, car Il m'a en sa hutte un abri au jour du danger... (Ps 27, 12b)

Oui, le Bon Dieu est livré à notre liberté. Nous exigeons de lui qu'il intervienne dans telle ou telle situation. Mais que peut-il faire dans le cœur de mon frère, dans le mien, si ce cœur est fermé ? Il en est alors de ma liberté de laisser Dieu agir totalement en moi...

Voici le scandale que nous avons du mal à accepter.

Nous sommes acteurs et créateurs de la réalité de nos vies.

La Sagesse populaire a coutume de dire : comme on fait son lit on se couche

Voyez la souffrance des parents lorsque leurs enfants prennent des chemins de mauvaise fortune, combien ils se sentent impuissants. Dans ce cas, le père de l'enfant prodigue reste notre modèle.

Le bonheur consiste à accepter ce qui nous est imposé (comme se plaît à le dire notre fondateur, Ephraïm), voilà l'entrée dans la vraie liberté des enfants de Dieu : Vois, je te propose aujourd'hui vie et bonheur, mort et malheur. Si tu écoutes les commandements du Seigneur ton Dieu que je te prescris aujourd'hui, et que tu aimes Dieu, que tu marches dans ses voies, que tu gardes ses commandements, ses lois et ses coutumes, tu vivras et te multiplieras. Dieu te bénira dans le pays où tu entres pour en prendre possession. Mais si ton cœur se détourne, si tu n'écoutes pas...

et si tu te laisses entraîner te prosterner devant dieux et les servir, je vous déclare aujourd'hui périrez certainement et que vous ne vivrez pas de sur la terre où vous pèneriez pour en prendre part en passant le Jourdain. Je prends aujourd'hui de vous le ciel et la terre : je te propose la vie ou la malédiction. Choisis donc la vie, pour que ta postérité vous viviez, aimant le Seigneur tant sa voix, t'attachant à lui; car l'essentiel est ta vie plus longue durée de ton séjour sur la terre que Dieu a promis à tes pères, Abraham, Isaac et Jacob, de leur donner.

**Ah ! combien il nous faut d'humilité pour accepter que les solutions sont en nous, dans notre regard intérieur. Ne serait-ce pas cela être pauvre ?** Bienheureux les pauvres, car le Royaume de Dieu est. (Lc 6, 20)

Au fond, caché tout au fond, derrière nos révoltes, derrière nos colères, nous découvrons le doute de l'amour de Dieu sur nous. De plus, ce doute nous le vérifions tout au long de notre enfance, car aucun amour parental n'est jamais vraiment inconditionnel, puis encore après à l'âge adulte, car l'amour ici-bas n'est pas parfait. Ce doute nous embarrasse, nous sépare de l'Amour de Dieu, du don, du bon usage de notre liberté car comme le dit Jésus : On ne me prend pas ma vie, mais c'est moi qui. (Jn 10, 18)

Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus, malade et délirante suite au décès de sa mère, est guérie par un sourire de Marie. Je me souviens de Rolande Lefèvre. Elle était stigmatisée et elle n'a pas mangé (si ce n'est l'Eucharistie), ni bu, durant 20 ans. Elle fut la mère spirituelle de la Communion Marie Reine de la Paix. Elle nous racontait son enfance sor-

dide, remplie d'humiliations, de sévices moraux et corporels. Un jour fixant la blanche hostie élevée à la messe, elle prit conscience que Christ était mort par amour pour elle. Elle a alors, comme tout oubli un instant des horreurs de son enfance. De là, commencera une véritable ascension spirituelle. Seul l'amour est force de pardon.

T0moignage

\* Ma r0volte contre Dieu

Avec Myriam mon épouse nous n'arrivons pas à avoir d'enfants. Voici déjà 3 fois qu'elle est enceinte et à chaque fois les petits bébés ne "tiennent" pas, ils naissent trop tôt... Le premier Simon est né à 5 mois et 3 semaines de grossesse, et il est mort dans la salle d'accouchement une demi-heure après sa naissance et après son baptême improvisé en hâte. Puis le petit Paul et Pierre sont partis trop vite aussi... Mais, en ce début d'été nous sommes plein d'espérance et de confiance. La nouvelle grossesse de Myriam est suivie par une gynécologue très expérimentée et qui connaît bien le problème des bébés «Dystilbène» (médicament pris par des femmes enceintes dans les années 1960 et qui ont lésé les organes de reproduction des petites filles qu'elles portaient).

Au début tout se passe bien, malgré beaucoup d'exigence pour Myriam qui doit rester toujours alitée. La vie est rythmée par l'attente et les visites régulières chez la gynécologue, qui nous annonce après quelque temps que nous attendons une magnifique petite fille. Notre joie est immense, et en même temps notre angoisse de voir ce petit bout de vie venir trop vite est quand même présente.

Chaque jour est une victoire, nous comptons les jours et les semaines, sachant qu'il faut que notre petite fille reste dans le sein de Myriam au moins jusqu'à 6 mois...

Nous avons décidé de l'appeler Léa et chaque soir je parle à ma petite fille à travers le ventre de sa maman. Nous avons une très grande foi et nous prions chaque jour Dieu de la protéger.

Après une visite chez la gynécologue, celle-ci s'inquiète un peu et nous demande de faire faire une échographie de contrôle. Hôpital, échographie et pas d'inquiétude. Ouf !

Mais quelques jours après Myriam souffre terriblement du ventre et a des contractions. Vite nous retournons chez la gynécologue. Catastrophe ! il y a un énorme hématome, le docteur est révolté et il se demande comment cette grossesse n'a pas été vue à l'hôpital... A nouveau ambulance, hôpital et prière...

L'épreuve est terrible, et mon épouse fait cette prière : Seigneur, j'ai déjà perdu 3 petits garçons, si je dois perdre encore ma petite fille, emmène-moi avec elle, car je n'en peux plus !

Bientôt la situation est trop grave, il faut transférer Myriam au CHU d'Angers au centre néo-natal de telle façon que si notre petite fille naît trop tôt, elle puisse être prise en charge immédiatement par des spécialistes.

Commencent alors les voyages quotidiens au CHU pour aller encourager Myriam et Léa. Tous autour de moi sont confiants, mon père spirituel m'invite à m'installer dans la victoire et tous les signes indiquent que Léa vivra. Alors, je prends cette décision de m'installer dans la victoire de Jésus, sûr que le Père du Ciel ne permettra pas que nous perdions Léa.

Le temps passe et nous sommes dans le cinquième mois de grossesse. Il faut "tenir" encore au moins un mois. Quinze jours passent encore...

C'est le jour de la Toussaint, nous avons une grande journée de prière à la Cité de l'Immaculée et des gens sont

venus de loin pour prier Marie avec nous. Tout à coup, on m'appelle, Myriam est au plus mal et elle va perdre le bébé... Fou de rage, je monte dans ma voiture, ivre de colère, j'entre dans le CHU, Myriam est en salle d'accouchement, elle est dans des souffrances indicibles. J'entre furieux, on m'habille de blanc, Léa est là, elle va mourir... je la baptise et elle s'éteint.

Je demande alors un temps dans une petite pièce à part, avec ma petite fille morte. Je la regarde : comme elle ressemble à sa maman, elle a les traits de Myriam, elle est tellement belle... Seigneur tu ne peux permettre ça. Je me mets alors à genoux et je crie ma douleur vers le Père du Ciel en lui demandant de ressusciter ma fille. Moi qui ai déjà vu tellement de miracles, nous qui avons donné notre vie à Dieu, il ne peut permettre ça... La prière dure et ma petite Léa reste inerte. Un long moment après je dois me résigner, c'est fini.

Pendant ce temps-là, mon épouse a vécu une expérience du Ciel, pendant un arrêt cardiaque, une rencontre intime pour lui donner la force de vivre encore.

Pour moi c'est le trou noir, je rentre dans une révolte terrible vis-à-vis de Dieu. Je décide d'arrêter de proclamer son nom et d'œuvrer pour Lui. Je me sens trahi par mon Père du Ciel.

Je suis crucifié dans ma chair, écartelé et j'ai physiquement atrocement mal dans tout mon être. Trois jours de ténèbres. Le silence du Ciel m'assourdit et le vide intérieur m'envahit. Le troisième jour, j'ai enfin à nouveau un "contact" par la prière avec mon Père du Ciel, et là, oh surprise ! je découvre un Dieu couvert de larmes... je ne peux l'expliquer avec des mots, mais mon Père du Ciel crie son impuissance devant le mystère du mal sur la terre, il souffre et pleure avec moi comme Jésus a pleuré devant Lazare... Une seule certitude, je retrouverai Léa, et je pourrai la ser-

rer sur mon cœur de père, mais plus tard, au Ciel...  
En attendant, Dieu me rejoint dans ma souffrance. C'est alors une immense étreinte qui m'unit à mon Père céleste et comme un enfant prodigue je reviens à la maison, je rentre chez-moi dans ma véritable demeure, qui passe par cette union à Dieu.

Après la révolte, ce sont les larmes de la consolation et je sais d'une manière inébranlable et définitive que l'amour est plus fort que la mort. (Ct 8,6)

Plus tard, grâce à Dieu nous aurons deux beaux garçons Joseph et Jacob. Alléluia !

Thierry Fourchaud

### Métaphore

Une trace de pas  
Une nuit, un homme fit un songe.  
Il rêva qu'il marchait  
En compagnie de Dieu, au bord de la mer.  
À chaque scène, il remarquait une  
Double trace de pas dans le sable,  
La sienne et celle de Dieu.  
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 de sa vie.  
Il s'adresse à Dieu :  
Dieu, 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  
**Dieu répondit**: Mon enfant, je t'aime et je ne saurais t  
donner. Aux jours d'épreuves et de souffrances, quand  
vois qu'une seule trace de pas, c'est qu'alors je t  
d après Adomar de Boros

### Exercice

Préparez une petite boîte en carton qui servira à recevoir votre courrier. Nous appellerons cette boîte "courrier du Père". Prendre un temps de solitude et de silence pour accueillir tout ce que j'ai au fond de moi envers mon père de la terre puis envers Dieu mon Père. Ensuite écrire une lettre destinée au Père éternel, à votre créateur en lui notant tous les manques de pardon qui traînent en vous à son encontre : pardon, car je t en ai voulu secrètement si longtemps ce mari qui est parti, pour ma fille qu'~~dit~~ dites-mal tourné lui avec vos mots d'amour tout ce qui vous pèse. Vous pourrez conserver cette petite boîte et y rajouter des courriers quand le besoin s'en fera sentir. Ce sera votre petite boîte postale avec le Ciel.

### Bonne résolution

Aujourd'hui, ne te justifie pas et accueille toute remarque (même injuste) avec douceur et bonté.

Prière

## **Prière pour demander pardon à Dieu**

Seigneur, je viens à toi,  
Fatigué des choses non dites,  
Seigneur je viens à toi.  
Le cœur déchiré par les luttes insensées,  
Seigneur je viens à toi.  
L'esprit vide de cette lumière,  
Mon Dieu je viens à toi.  
C'est vraiment le rien qui se présente à ta grandeur.  
C'est vraiment le pauvre  
Voilà mon psaume pour aujourd'hui,  
Le psaume des hommes épuisés,  
Épuisés à cause de ce qu'ils vivent,  
Plus épuisés encore à cause de ce qu'ils ne vivent pas.  
O Seigneur cette fatigue devant l'inutile,  
Toutes ces luttes insensées,  
Et ce grand cœur aujourd'hui vide  
Je les mets devant toi,  
Et tel que je suis, je viens à toi.

Benediction

(Si possible haute voix)

Je suis le Seigneur, le Dieu d'Abraham ton ancêtre  
d'Isaac. Je suis avec toi, je te garderai partout  
te ramènerai en ce pays, car je ne t'abandonnerai  
que je n'aie accompli ce que je t'ai promis.

(Genèse 28, 14)



Photo : Edouard Boubat

Je serai guéri !

## ETAPE 7

# PURIFICATION du corps

### Introduction

Ah! ce corps qui a fait couler tellement d'encre et de larmes. Croyons-nous vraiment à notre Credo: je crois en la résurrection de la chair. Si le corps aussi a besoin d'être purifié, n'est-ce pas que lui aussi est destiné à une gloire méconnue ? Nous traitons bien souvent ce corps comme un ennemi. C'est par lui que nous avons reçu amour et souffrance, toucher et abandon, plaisir et douleur. Notre corps à lui seul est toute notre histoire, cette histoire unique à chacun. Nous sommes le temple du Dieu vivant et aimer ce corps pour ce qu'il est vraiment, est source de grande guérison ! Comment puis-je dire j'aime mon frère si je n'aime pas ce temple par lequel l'amour circule et coule ? Ou bien, dire à Dieu : je t'aime Seigneur mais je n'aime pas ce que tu as créé ! Nos incohérences nous révèlent nos manques d'harmonie en nous-même et avec toute la création.

La Parole de Dieu (à l'impossible haute voix)  
 Guérison et purification d'un lèpreux  
**Un lépreux vient à lui, le supplie et, s'agenouillant, lui dit :**  
 Si tu le veux, tu peux me ~~faire~~ **avoir de la compassion, il**  
**étend la main, le touche et lui dit :** Je le veux, sois purifié.  
**Et aussitôt la lèpre le quitta et il fut purifié. Et le rudoyant,**  
**il le chassa aussitôt, et lui dit :** Garde-toi de rien dire per  
 sonne ; mais va te montrer au prêtre et offre pour  
 cation ce qu'a prescrit Moïse : ce leur sera une att  
 (Marc 1, 40)

### Approfondissement

Il y a aujourd'hui un grand engouement pour le corps, et parallèlement nous ne l'avons peut-être jamais aussi mal traité. Pourtant, nous savons que Dieu nous a créés à son image et que de ce fait, nous sommes le "temple du Dieu vivant". Pour nous sauver, Dieu habite le sein de Marie, pour se donner lui-même en son corps.

Le corps, habitacle de Dieu dans nos vies, manifeste à l'extérieur ce que nous sommes à l'intérieur. C'est par notre corps que nous recevons la vie, il est le premier lieu d'échange avec ce monde, avec nos proches, et ce, dès le sein maternel. Comme nous le développerons dans la purification de la mémoire, c'est par nos sens que nous avons fait les bonnes et les mauvaises expériences de l'amour et cela dès notre conception. Les sens de notre corps sont les portes ouvertes sur notre âme. Voyez combien nous ne faisons qu'un : corps, âme, esprit. Aucune expérience ne se reçoit dans une partie sans se répercuter sur les autres parties. C'est le sens de la maladie : "le mal a dit", et nous avons bien trop tendance à séparer ce que Dieu n'a fait qu'un.

\* Le sang du Christ

Ceci est mon Corps (...) ceci est mon sang (...) en mémoire de moi (Mc 14, 23-24) Entendons-nous de la bouche de Jésus.

Nous commençons à peine à pressentir la profondeur du mystère de l'Incarnation. En effet, lorsqu'à la messe, nous recevons le corps et le sang du Christ Ressuscité, nous rappelant les paroles du prêtre que ta divinité descende dans notre humanité que ce passe t'il ? Est-ce que nous prenons vraiment conscience qu'à chaque messe, c'est réellement le corps et le sang divin de Jésus Ressuscité qui visitent et purifient notre corps, notre âme et notre esprit !

Notre corps est donc le lieu du passage de la grâce, le lieu de notre Pâques, donc de notre résurrection (credo, je crois en la résurrection du corps) : si donc ton corps tout entier est lumineux sans aucune partie ténébreuse, il se tout entier comme lorsque la lampe t'illumine de

(Luc 11,34-36)

\* Guérir du jansénisme

Les restes du jansénisme ont imprimé dans notre inconscient une image négative de notre corps, nous le présentant comme l'ennemi de notre pureté, de notre amitié avec le Seigneur. La sexualité devient, par là même, la honte de notre humanité, alors qu'elle est le lieu de la célébration de l'amour, l'expression du don. Le plaisir reflète le plaisir de l'union de Dieu avec notre âme ! Ce bonheur connaît dans le mariage l'expression de son incarnation.

Peu nombreux sont les couples qui chantent les merveilles de Dieu dans cet échange de leurs corps de façon accomplie. Pourtant, la sagesse de l'Eglise nous amène à considérer qu'un mariage qui n'est pas consommé est un mariage

nul. Le corps est donc vraiment le lieu de la consommation de l'Amour ! Contrairement à la croyance généralisée, l'Eglise (relire les textes de JP II) annonce l'union comme première et la procréation ensuite.

Dans le cerveau humain, la sexualité se situe au même endroit que la faim... quel enseignement !

Quelle unité réside en mon corps, en ai-je vraiment conscience ? Désormais, lorsque je dirai à Dieu : je te bénis pour la merveille que, je la vais résonner bien différemment en moi.

Adam s'est couvert pour cacher sa nudité. Il nous faut découvrir ou redécouvrir, pour guérir de cette honte originelle, notre beauté, notre splendeur, et ainsi courir tel que nous sommes dans les bras du Père.

En grec "epaiscunomai", rougir, avoir honte, signifie étymologiquement : défigurer, disgracier.

La perte de la beauté et de la grâce vient de la honte.

Avez-vous déjà été ébloui par la beauté du visage de ces vieux sages ayant fait le tour des choses de la vie ? Ils semblent être redevenus des petits enfants ; ils sont réconciliés avec la vie. C'est bien ce doute profond sur l'amour, que nous portons depuis le péché originel, qui défigure notre âme, notre esprit et notre corps.

Exposons-nous à Dieu vivant et guérissant qui nous connaît mieux que nous-même : Mon corps n'Øtait point eachØ de vant toi, lorsque j'Øtais dans un lieu secret, tissés fondateurs de la terre (Ps 139,15)

Parfume ta tête et lave ton visage !

Jésus nous appelle à prendre soin de notre corps. Oui, notre corps est le Temple de l'Esprit et il nous appartient de le respecter et de l'entretenir.

Enfants de Dieu, nous sommes enfants de lumière et il est important dans notre cheminement de réfléchir sur le message que livre notre corps et notre apparence.

Si le Christ vit en moi, cela doit se voir !

Nous prendrons donc soin de notre corps au niveau physique. Se laver, se parfumer et être bien habillé sont des éléments importants dans notre chemin de guérison intérieure.

Ne pas se laisser traduire notre état intérieur, mais l'inverse aussi. Si nous sommes propres et bien habillés, cela nous aidera à mieux nous aimer et à mieux nous laisser aimer par Dieu et par nos frères. Nous pourrions dire:

comme je m habille, je m estime .

Demandons au Seigneur de nous ajuster sur ce point. A l'image de Marie, les femmes pourront être féminines (un peu de maquillage, par exemple, éclaire parfois le regard) et les hommes pourront demander à Jésus quelques conseils...

\* A propos du jeûne.

### **Interview de Myriam Lejeune, médecin.**

- Comment le jeûne est-il devenu indispensable dans la vie ?

J'ai découvert le jeûne par un compagnonnage passionné avec Gandhi, puis avec Marthe Robin. Le jeûne spirituel (au pain et à l'eau) et le jeûne thérapeutique à base d'eau, de tisanes, de bouillons... capables de fournir à l'organisme les oligo-éléments nécessaires - peut aider à soigner en

profondeur, ouvrir un chemin de guérison, un véritable chemin d'unification de la personne. Sur le plan organique, il permet un profond travail de désintoxication. Ce travail de drainage, d'assainissement intervient également sur le plan psycho-émotionnel. Dans le jeûne, toutes les strates de la personne - corps, cœur, esprit - sont purifiées.

- A-t-il une influence sur la vie spirituelle ?  
Que l'on soit croyant ou athée, le jeûne nous ouvre à notre cœur profond, d'où émerge, à un moment donné, la question : Qui suis-je ? Alors un travail intérieur s'opère... et c'est l'occasion de lâcher prise et de se désencombrer. Jeûner, c'est vivre positivement le manque. Un espace intérieur, et non un vide, se creuse, dans le sens où le disait Catherine de Sienne : Fais-toi capacité et je me ferai torrent. Tout doucement se dessine le passage de l'avoir à l'être et je me découvre habité par plus grand que moi...

- Comment vivre un jeûne si l'on n'est pas prêt à jeûner ?  
nourriture ?

Choisir par exemple de ne pas juger, de ne pas critiquer les autres, jeûner de toutes paroles négatives... Que nous nous privions de télévision, d'alcool, de cigarettes ou du repli sur soi... le mouvement de fond est le même. L'essentiel est de jeûner de tout ce qui nous coupe ou nous éloigne de la relation. Bref devenir des veilleurs !

### Témoignage

\* De la pornographie à l'amour !  
Claudia Koll, 40 ans, l'une des actrices les plus célèbres aujourd'hui en Italie, vient de passer quelques jours à Medjugorje (Sanctuaire marial en Bosnie Herzégovine).

La Vierge l'a invitée à faire un pèlerinage d'action de grâces à la suite de sa conversion radicale au Christ, conversion spectaculaire qui a fait réfléchir bien des jeunes en Italie et ailleurs. Claudia n'est certes pas venue pour rien !

Elle venait remercier et elle reçut plus encore !

Pourtant de famille croyante, Claudia était "athée" il y a encore cinq ans. Sa naissance faillit tourner si mal que sa mère la consacra aussitôt à la Vierge du Rosaire. Puis elle fût confiée très jeune à sa grand-mère aveugle qui l'éleva entièrement. Claudia apprit d'elle à sentir la Vierge proche, et à la prier. Mais les mirages du monde, le succès, l'argent abondant et facile la saisirent très vite et l'entraînèrent dans des voies qu'elle regrette aujourd'hui.

Comment Jésus a-t-il réussi à récupérer sa brebis perdue ? Il y a environ cinq ans, Claudia entra "par hasard" dans une église à Rome, où elle vivait. Cette petite église, Sainte Anastasia, est la seule qui a le Saint-Sacrement exposé 24h/24. Un groupe du Renouveau était en train de prier. Elle décida de rester. A côté de ce groupe tout simple, il y avait cette femme archi-mondaine qui tombait un peu comme des cheveux sur la soupe, à vue humaine. C'est alors que Claudia se mit à pleurer à chaudes larmes : Jésus était réellement là, elle le comprenait dans son coeur, dans une révélation qu'elle décrira plus tard comme "fulgurante". Jésus lui montrait tout son péché à elle en même temps que tout son amour à Lui ! Lorsque Claudia sort de l'église, elle n'est plus la même...

A la lumière de l'infinie miséricorde du Christ, devenu son grand Ami, elle révise sa vie point par point. Elle annule aussitôt ses contrats de tournage pour les films qui auparavant ne la gênaient en rien mais qu'elle voyait désormais comme

pervers et abîmant les enfants de Dieu.

Finie la pornographie ! Fini d'être l'instrument qui injecte ces perversions subtiles par l'image et empoche des millions dans ce massacre ! Fini d'être finalement le jouet de Satan ! Cinéma, télévision, show, spectacle de mauvais aloi, tout cela fut balayé vite fait !

Elle se donna comme règle de ne plus tourner que des oeuvres qui construisent les cœurs et les rapprochent de Dieu. Une belle coupe sombre ! Sa grande beauté lui vaut de continuer à tourner, son renom lui ouvre encore bien des portes. Cela lui permet de témoigner. Inutile de dire l'impact qu'elle a sur les gens, lorsqu'elle parle de Jésus ! Ce qui l'intéresse maintenant, c'est de communiquer la beauté intérieure, celle de l'âme. Elle vient de lancer son dernier film : la vie de St Pierre.

Elle a renoncé à des millions, à des fortunes ! Son argent, elle le destine entièrement à la Famille Salésienne installée en Afrique, au profit des malades du SIDA et des enfants délaissés dont elle est la marraine. Elle veut maintenant donner la vie, avec Jésus et Marie ! Elle affirme que c'est la Vierge Marie qui l'a conduite à Jésus dans l'Eucharistie.

Claudia se dédie entièrement à l'Évangélisation, par le spectacle - cinéma et télévision - et auprès des jeunes avec lesquels elle accroche si bien. Son message pour eux, après son expérience d'errance loin de Dieu ?

- Vous ne pouvez pas vivre sans Dieu ! Vous ne pouvez pas vivre sans l'amour de Dieu ! Cherchez-le ! Aimez-le avec votre coeur ! Il vous donnera bien plus que ce que vous pouvez lui donner !

- JØsus, j'ai confiance en toi' ! JØsus est mon frère qui je crie : J'ai confiance en toi !

Quels que soient les moments de difficulté ou de  
il faut se confier, s'abandonner Lui. Voil le  
je veux porter tous ceux qui se sentent indigne  
senter devant Dieu cause de leurs péchés ! Chaq  
je recueille les tr sors de sa miséricorde car, c'  
j'ai besoin de sa miséricorde pour avancer.

- J'ai compris que la charité n'est pas virtuelle  
 tre virtuelle ! Il faut porter la croix avec le  
aussi le courage de se salir les mains.

Claudia souhaite revenir à Medjugorje bientôt, comme  
simple p lerine.

Prions pour tous les acteurs ! Qu'ils deviennent tous des  
icônes de la beauté de Dieu pour notre monde enlaidi par  
le Mal !

Extrait des EDM. [www.enfantdemjugorje.com](http://www.enfantdemjugorje.com)

## Métaphores **(deux textes)**

\* Le bambou

Il était une fois un grand jardin, merveilleux, au milieu d'un  
royaume. Le Maître aimait à s'y promener quand la chaleur  
du jour devenait accablante. Il affectionnait tout particuliè-  
rement le bambou qui lui semblait l'arbre le plus beau de  
toutes les plantes de son jardin. Au fil des années, ce bam-  
bou grandissait, devenait vigoureux et toujours plus  
conscient de la faveur du Maître.

Un jour, celui-ci s'approcha de l'arbre et le bambou inclina  
son fête respectueusement. Le Maître lui dit :

- Mon cher bambou, j'ai besoin de toi.

Il semblait que le grand jour fut enfin arrivé, le jour pour le-  
quel le bambou avait été créé. Le bambou répondit donc

d'une voix douce

- Ma tre, je suis prêt. Fais de moi ce que tu voudras.

- Bambou, ajouta le Maître d'une voix solennelle, pour me servir de toi il faut que je te coupe.

- Me couper moi que tu considères comme la plus belle fleur de ton jardin, non ne fais pas cela !

- Mon cher bambou répondit le Maître, si je ne te coupe pas, tu ne sers rien.

**Le jardin se fit calme ; le vent retint son souffle, le bambou inclina sa tête doucement et puis il murmura :**

- Ma tre, puisque tu ne peux m'utiliser sans me couper je suis prêt, arrache-moi.

- Mon cher bambou, il me faudra t'enlever toutes les branches et toutes les feuilles.

- Ah ! non, pas cela, détruis ma beauté, mais laisse-moi mes rameaux de feuilles.

- Si je ne te les enlève pas, je ne peux pas t'utiliser.

**Le soleil se cacha, un papillon s'envola et le bambou, tremblant à l'idée de ce qui allait lui arriver, dit dans un souffle :**

- Ma tre, enlève les rameaux et les feuilles.

- Bambou, dit encore le Maître, il faudra te faire couper. Je te couperai par le milieu et je t'enlèverai le cœur. Je ne le fais pas, tu ne sers rien.

- Oui, Maître : arrache mon cœur et découpe.

**Alors le Maître du jardin arracha le bambou, coupa ses rameaux et toutes ses feuilles, le tailla en deux sur toute sa longueur et lui enleva le cœur.**

**Puis, il le transporta près d'une source d'eau fraîche et scintillante au milieu des champs desséchés. Il déposa le bambou soigneusement sur le sol ; il posa l'une des extrémités du tronc sous la source tandis que l'autre atteignait le sillon**

d'arrosage dans le champ.

La source chanta sa joie, l'eau claire bondit à travers le corps déchiqueté du bambou jusque dans le canal et se mit aussitôt à abreuver les champs assoiffés. Puis on repiqua le riz et les jours s'écoulèrent. Les pousses grandirent et ce fut bientôt le temps de la moisson. C'est ainsi que le bambou, autrefois si majestueux, devint dans son humble état de débris, une grande bénédiction.

Quand il était encore grand et beau, il ne poussait que pour lui-même et se réjouissait de sa beauté. Mais dans son brisement, il était devenu un canal dont le Maître se servait pour faire fructifier son Royaume.

\* Les trois filtres

Un jour, quelqu'un vint voir Socrate et lui dit :

- coute, Socrate, il faut que je te raconte comment  
s'est conduit ...

- Arrête ~~l'homme~~ **interrompt l'homme sage**. As-tu passé ce que tu  
as me dire travers les trois filtres ?

- Trois filtres ~~dit l'autre~~, **rempli d'étonnement**.

- Oui, mon bon ami : trois filtres. Examinons si  
me dire peut passer par les trois filtres.

Le premier est celui ~~de la~~ **parole**. As-tu contrôlé si tout ce  
tu veux me raconter est vrai ?

- Non, je l'ai entendu raconter et...

- Bien, bien. Mais assurément tu l'as fait passer  
deuxième filtre.

C'est celui ~~de la~~ **bonne**. Ce que tu veux me raconter, si  
n'est pas tout fait vrai, est-ce au moins quelque  
bon ?

**Hésitant, l'autre répondit** : Non, ce n'est pas quelque chose

de bon, au contraire...

- Hum ! dit le Sage, essayons de nous servir du troi  
filtre, et voyons si je m'estraconter ce que tu as envi  
de me dire...

- Utile ? Pas précisément...

- Eh bien dit Socrate en souriant, si ce que tu as me dire  
n'est ni vrai, ni bon, ni utile, je préfère ne pas  
quant toi, je te conseille de l'oublier...

Petite histoire vraie

\* Un Jeûne de Gandhi

Calcutta est au bord de l'insurrection. Des émeutes san  
glantes se sont produites durant le mois d'août 1947 dans  
tout le Bengale proche (l'actuel Bangladesh).

Bapu (qui veut dire "père" en parlant de Gandhi) semblait sé  
rieux et très affligé. Nous apprîmes que de nouvelles  
émeutes s'étaient déclenchées en ville. D'habitude, Bapu pre  
nait un jus d'orange ou quelques fruits à deux heures. Mais  
quand il apprit ces terribles nouvelles, il refusa quoi que ce  
soit. Un camion fut préparé pour ramener les musulmans chez  
eux. Une bombe fut jetée sur le camion et deux personnes  
furent blessées. Bapu décida d'aller voir ces blessés.

Naturellement, Bapu était très inquiet.

Abha fut sauvée par miracle. Des pierres avait été jetées  
contre sa voiture. Elle nous décrit l'état de la ville.

Au retour, je demandai à Bapu ce qu'il mangera.

Il répondit : C'est impossible pour moi de manger quoi qu  
ce soit dans ces conditions. Même le repas de ce ma  
une erreur. Il n'y a pas de fin la folie-humaine.  
quoi l'homme doit souffrir.

**Vers minuit, Bapu nous dit :** Vous ne devez préparer aucune nourriture pour moi partir. **Nous ne comprimés pas immédiatement ce qu'il voulait dire. Il ajouta :** Je commence mon jeûne demain.

**Abha demanda :** Pour combien de jours. **Il répondit :** Il n'y a pas de limite fixe. Le jeûne durera tant que l'obscurité n'est pas rétablie. Je ne prendrai que de l'eau, -avec du sucre ou du citron si nécessaire. Je réussirai ou mourrai. Je ne peux que mourir si la paix ne vient pas.

**Calcutta, 2/09/1947**

**Tout ce que Bapu écrivit aujourd'hui peut être résumé en quelques mots :** Des émeutes se sont produites nulle part ici après quinze jours de paix. Comment puis-je qu'arrivera Calcutta maintenant ? J'ai réfléchi sur mon devoir. Je me rend compte que je n'ai pas d'autres moyens que de jeûner. Ce moment est venu. Ainsi j'ai commencé mon jeûne hier matin. Je ne peux pas dire combien de temps il durera. Dieu me sauvera s'Il veut utiliser mon corps pour le monde. Il ne peut autrement y avoir un sens pour moi. Personne ne doit se précipiter vers moi.

**Calcutta, 4/09/1947**

A midi un groupe de 35 bandits est venu. Les 35 hommes ont confessé qu'ils avaient commis des meurtres, ont demandé à être pardonnés et ont prié Bapu d'arrêter son jeûne.

**Bapu dit :** Cela seul n'est pas suffisant pour que j'arrête mon jeûne. Vous devez tous aller chez les musulmans et offrir vos services. Comme les musulmans sont une minorité ici, ils doivent être protégés. Je n'arrêterai mon jeûne que lorsque je saurai que vous les protégez, et qu'un

nable est établie.

A deux heures, un leader des meurtriers qui avait organisé des émeutes dans Barabazar (quartier musulman) est venu voir Bapu. Dans la soirée, les leaders des différentes communautés ont signé une déclaration promettant de préserver la paix à Calcutta, d'en prendre la responsabilité si quelque événement survenait. Ils étaient prêts à mourir pour cela. Nous, soussignés, promettons à Gandhi que la paix et le calme ont été rétablis à Calcutta. Nous ne permettrons aucun conflit intercommunautaire dans la ville. Et nous mourrons jusqu'à la mort pour les prévenir. Après une prière, Bapu arrêta son jeûne en buvant un verre de jus d'orange à 9 h 15.

A dix heures du soir, de nombreuses personnes sont venues déposer leurs armes devant Bapu : fusils, munitions, bombes, etc... la paix était revenue.

Extrait du journal de Manu Gandhi, orpheline élevée auprès de Gandhi.

### Exercice

\* Guérir de la honte

- 1) Bien identifier une situation où l'on a ressenti de la honte et se demander quelle loi on a transgressée. Cette loi est-elle valable ? Est-ce celle de Dieu ou celle des hommes ?
- 2) Entrer en contact avec le ressenti de cette expérience de transgression.
- 3) Se placer sous le regard de Dieu. Ancrer l'expérience du pardon total par un geste que vous maintiendrez durant le reste de l'exercice. (une main posée sur une partie de votre corps, par exemple)

4) Revenir à l'expérience initiale en transférant tout ce que vous avez ressenti sous le regard de celui qui ne nous fait jamais honte. Comparez les deux expériences et comment la seconde a transformé la première.

5) Décidez qu'à l'avenir, en essayant de ne pas transgresser ses lois, vous demeurerez sous le regard de Dieu, que sa seule loi est son amour miséricordieux et qu'en Lui vous ne pouvez être confondu.

(extrait "Des mystères pour guérir" par Ephraïm - Ed. des Béatitudes.)

Bonne Résolution

### **Un travail sur les cinq sens.**

- Aujourd'hui, ne dis que de bonnes paroles qui élèvent, qui édifient. Evite aussi le vain bavardage.

- Ne rends pas tes oreilles complaisantes ou participantes à des jugements, des critiques mais essaie de rentrer dans une écoute intérieure de Dieu et de sa Parole.

- Regarde comme la Vierge Marie. Regarde avec bonté, douceur et amour en rendant grâce à Dieu en toutes choses.

- Je donne au Seigneur tous mes mauvais gestes, mes mauvaises habitudes et mes déviations. Tout ce que j'ai touché, goûté qui a sali mon corps, mon esprit, et mon âme. Je laisse Jésus purifier mon sens du toucher et j'ajusterai mes gestes et mes attitudes.

Prière

Seigneur, dans le rouge écarlate du sang qui coule sur ton divin corps flagellé, je plonge mon corps et ma honte.

Permetts-moi de découvrir la joie de vivre nu en ta présence, pleinement offert à ton regard, comme un enfant libre et confiant. Je te donne mon corps afin que tu en fasses le lieu

de la célébration de ton amour. Visite et guéris tous mes sens et tous ces sentiments et gestes destructeurs à l'encontre de mon corps et apprends-moi à te découvrir dans celui de mes frères et sœurs.

Je te bénis pour la merveille que je suis en m'unissant au Magnificat de la Vierge Marie. Merci de m'avoir donné ton corps afin que mon corps connaisse la résurrection et l'allégresse de te louer dans l'éternité que tu m'as préparée. Jésus visite-moi, libère-moi, touche-moi. Amen.

Prière de Sainte Faustine

Seigneur, je désire me transformer toute entière en ta miséricorde et être ainsi un vivant reflet de toi, ô Seigneur.

Aide-moi, Seigneur, pour que mes yeux soient miséricordieux, pour que je ne soupçonne et ne juge jamais d'après les apparences extérieures, mais que je discerne la beauté dans l'âme de mon prochain et lui vienne en aide.

Aide-moi, Seigneur, pour que mon oreille soit miséricordieuse, afin que je me penche sur les besoins de mon prochain et ne reste pas indifférente à ses douleurs ni à ses plaintes.

Aide-moi, Seigneur, pour que ma langue soit miséricordieuse, afin que je ne dise jamais de mal de mon prochain, mais que j'aie pour chacun une parole de consolation et de pardon.

Aide-moi, Seigneur, pour que mes mains soient miséricordieuses et remplies de bonnes actions, afin que je sache faire du bien à mon prochain et prendre sur moi les tâches les plus lourdes et les plus déplaisantes.

Aide-moi, Seigneur, pour que mes pieds soient miséricordieux, pour me hâter au secours de mon prochain, en dominant ma propre fatigue et ma lassitude. Mon véritable repos est dans le service rendu à mon prochain.

Aide-moi, Seigneur, pour que mon cœur soit miséricordieux, afin que je ressente moi-même les souffrances de mon prochain. Je ne refuserai mon cœur à personne. Je fréquenterai sincèrement même ceux qui, je le sais, vont abuser de ma bonté, et moi, je m'enfermerai dans le Cœur très miséricordieux de Jésus.

Que ta miséricorde repose en moi, ô mon Seigneur

O mon Jésus, transforme-moi en toi, car tu peux tout.

Sainte Faustine - L'apôtre de la Miséricorde Divine

Bénédiction (si possible haute voix)

Quant à vous, heureux vos yeux parce qu'ils voient et vos oreilles parce qu'elles entendent. En vérité, vous le dis, beaucoup de prophètes et de justes ont voulu voir ce que vous voyez et ne l'ont pas vu, entendre ce que vous entendez et ne l'ont pas entendu !

(Mat 13, 16)

En complément sur ce sujet vous trouverez en annexe :

- Une prière de guérison d'une maladie - page 249
- Guérir d'une dépendance - page 239
- Les langages de l'amour - page 241
- Positivons ! - page 234



Photo : Joe Mixan

Je serai guéri !

## ETAPE 8

# PURIFICATION de la mémoire et du psychisme

### Introduction

La mémoire est un thème récurrent dans la Bible. Passons sur l'ancien testament pour nous souvenir des paroles du Christ lors de l'institution de l'Eucharistie : faites cela en mémoire de moi 22,19. Nous savons que ce mystère est celui de la Présence Réelle de Jésus à chaque messe et que cette mémoire s'actualise et se répète.

Mémoire, "Zikrown" en hébreu peut se traduire par "enregistrement". Créés à l'image de Dieu, nous disposons de cette capacité qu'est la mémoire. Nous pourrions dire que nous possédons tous une bande d'enregistrement qui s'actualise à chaque instant de notre vie, dans nos pensées, nos comportements et nos sentiments. Dans la tradition hébraïque, nous apprenons que nous sommes porteurs d'une mémoire qui remonte à la création des temps, puisque nous étions de tout temps dans la pensée du Père !

Nous parlerons ici de la purification de cette mémoire depuis nos aïeux en passant par notre propre histoire : conception, gestation... jusqu'à notre vie adulte.

La Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

**Lorsque l'heure fut venue, il se mit à table, et les apôtres avec lui. Et il leur dit : J'ai ardemment désiré manger cette p qu avec vous avant de souffrir ; car je vous le dis, ja je ne la mangerai jusqu' ce qu'elle s'accomplisse c Royaume de Dieu.**

**Puis, ayant reçu une coupe, il rendit grâce et dit : Prenez ceci et buvez-en tous ; car, je vous le dis, je ne boira sormais du produit de la vigne jusqu' ce que le Ro de Dieu soit venu.**

**Puis, prenant du pain, il rendit grâces, le rompit et le leur donna, en disant : Ceci est mon corps, donnø pour vous ; faites cela en mømoire.de moi**

(Luc 22,15)

Approfondissement

Les møcanismes de døfense, les croyances de base.

Pour survivre, nous allons prendre des armes pour nous défendre : des défenses (voir annexe). Par exemple : maman ne s'occupait guère de moi enfant. Par contre lorsque j'étais malade, son amour et sa tendresse semblaient se réveiller. Dans ma petite tête d'enfant je me suis dit qu'il était bien profitable d'être malade puisque cela me valait tant d'amour. J'ai mis alors en place cette croyance inconsciente: « quand je suis malade, je suis, ma défense sera donc la somatisation.

Il en est de même pour les paroles que nous avons reçues. Par exemple, si mon père ou ma mère n'ont cessé de me

répéter tu es nu je vais dans ma vie, de manière inconsciente, tout mettre en place pour vérifier qu'effectivement je suis nu je vais trouver des solutions pour me mettre en échec, je vérifie ma croyance en écho à l'injonction de mes parents. Nous pourrions dire : comment réussir à échouer ! Nous vérifions ces mécanismes tous les jours dans les accompagnements.

Vous trouverez une liste non exhaustive de mécanismes de défense à la fin du livre à la page 230.

Essayez de trouver votre mécanisme de défense principal, vos croyances, afin de les remettre au Seigneur et de rentrer dans une démarche de lâcher prise et de libération.

Lorsque nous disons dans la prière de l'Angélus et le Verbe s'est fait, ces paroles se vérifient.

Toute parole cherche son incarnation. Qu'est-ce que cela veut dire ? La nature a horreur du vide. Comme le petit enfant est obligé de boire et de manger, il est en pleine dépendance de la parole de l'adulte. C'est l'adulte qui lui dit ce qu'il est. Il se découvre dans la parole, dans le verbe de l'adulte. Il se reçoit de lui. S'il ne le fait pas, il lui semble mourir.

Les angoisses de mort sont souvent le résultat d'angoisses de séparation dues au fait qu'il y avait absence de parole sur l'événement ; sur ce sujet nous vous conseillons le livre Maman ne me quitte de Bernadette Lemoine.

Nous mettons donc en place des mécanismes de défense dont l'intention était positive au départ ; ils visaient à nous protéger. Pourtant adulte, nous n'avons plus besoin de cette arme, mais elle est profondément ancrée en nous et nous pouvons ainsi passer notre vie à vérifier continuellement que nous avons bien raison de croire que, par exemple : les

hommes sont pourvus de mauvaises intentions, que je suis une victime, qu'il est dangereux de s'engager... Il nous faut, pour sortir de là, admettre enfin que la guerre est terminée et déposer nos armes.

Ce travail demande beaucoup d'humilité (par exemple accepter de se voir tel que l'on est), et de patience aussi avec soi-même, car il nous est souvent difficile de nous défaire de nos armures. Mais souvenons-nous de ce que nous dit le Christ : courage, j'ai vaincu le monde

Cette victoire est aussi celle sur notre monde intérieur qu'il a visité pleinement dans son incarnation. Je peux remettre mes défenses dans le sacrement de réconciliation, dans la prière... sûr qu'en un instant le Dieu de la Paix peut me délivrer.

Si vous désirez approfondir ce travail, il y a aujourd'hui de plus en plus d'accompagnateurs formés à la fois sur le plan thérapeutique et spirituel pour vous aider.

(Il y a quelques adresses en annexe à la page 246)

#### Nettoyer mon environnement

Nous pouvons avoir dans nos maisons des objets ou des liens qui nous coupent de la grâce divine. De la même façon que nous avons vu que nous devenons ce que nous contemplons «qui regarde vers Lui resplendira sans ombre trouble au visage» (Ps 34) nous devons purifier notre environnement.

C'est une attitude courageuse de conversion. Nous ne voulons plus être tiède !

Avez-vous en votre possession des objets occultes ou maléfiques : grigri, masque, statuette, bouddha, divinité orientale, pendules, livre ou musique ésotérique, new-âge ou satanique... ?

Avez-vous en votre possession des objets qui incitent à la violence, la haine, le racisme, la peur, la pornographie ou l'impureté : livre, vidéo, CD, site internet... ?

Il faut faire le ménage et jeter ou mieux brûler tout ça.

Sans parler des liens invisibles, ce sont de mauvaises "ancres" dans nos maisons. Une fois que nous nous sommes débarrassés de ces objets, un grand sentiment de liberté vient nous envahir.

Merci Seigneur tu nous rends libres !

Guérison de son arbre généalogique (voir page 256)

Témoignage

Margaret commença brusquement à avoir des "crises". De violents accès de colère, une agressivité gratuite envers sa soeur cadette avec laquelle elle habitait, des séances au cours desquelles elle fracassait des objets sans dessein conscient, autant de manifestations tout à fait étrangères à son tempérament.

Leur mère, décédée quatre ans auparavant à l'âge de quatre-vingt-seize ans, avait eu un comportement identique. Après chaque crise, Margaret se confondait en excuses et débordait sincèrement de remords, sans pouvoir, cependant, fournir la moindre explication. Lorsque sa sœur Nellie me demanda de l'aide, nous sommes tombés d'accord pour qu'à la crise suivante, elle ordonne à Satan de quitter Margaret au Nom de Jésus. Cependant, quand elle essaya de passer à l'acte, Margaret la gifla avec force en hurlant : C'est la grand-tante Agnès ! C'est la grand-tante Agnès !

Nous avons donc établi leur arbre généalogique, avec le plus de détails possibles, et il en émergea un schéma singulier.

Sur les six générations précédentes, chaque fille aînée de la famille avait montré des signes semblables de déséquilibre du comportement. Cette particularité remontait aux environs de l'année 1750, où un meurtre avait été commis dans la famille. La fille aînée, Elisabeth, était devenue alcoolique et avait dilapidé une bonne partie du patrimoine familial avant que l'alcool ne la tue à l'âge de quarante ans. Par la suite, à la moindre provocation, chaque aînée de la famille piquait de violentes colères, et ce jusqu'à ma patiente.

La nièce de Margaret, Rhonda, fille aînée de sa sœur cadette, était née en 1941, elle avait trente-deux ans. Il y avait plusieurs mois qu'elle suivait un traitement psychique lorsque le cas de Margaret me fut soumis. Rhonda n'avait fini par accepter ce traitement que parce qu'un soir, son mari, à son retour chez eux, ayant trouvé les meubles endommagés, les fenêtres cassées et tout sens dessus-dessous, avait menacé de la quitter et d'entamer une procédure de divorce en demandant la garde des enfants. Elle avait pris conscience qu'elle avait besoin d'aide et avait accepté d'aller consulter un psychiatre. Rhonda et son mari avaient trois enfants, que des garçons, et sans doute, dans leur cas, cet héritage familial provoquant une tendance au déséquilibre chez les filles aînées, avait-il pris fin.

Nous avons décidé, néanmoins, de célébrer une Eucharistie pour Rhonda et les filles aînées des six générations précédentes. Deux hommes d'Eglise, un médecin, deux infirmières, Nellie et moi-même avons participé à une messe à l'intention des ancêtres de la famille qui avaient apparemment contribué à cette chaîne de violence explosive. Bien que cette eucharistie ait été célébrée en privé et à l'insu de ma patiente, Margaret, et de sa nièce Rhonda, toutes deux

n'eurent plus jamais de crise. Le comportement de Rhonda redevint parfaitement normal et son mari mit fin à ses menaces de divorce. Leur ménage put reprendre son cours normal. Margaret redevint une sœur aînée affectueuse et Nellie vit la fin de ses ennuis.

Les liens peuvent être coupés et l'autorité transférée à Jésus-Christ simultanément, et cela aussi bien chez des non-chrétiens que chez des chrétiens.

Extrait de "Généalogie et Eucharistie" du  
Dr Kenneth McAll aux Editions Bénédictines

MØtaphore

\* Le palais

Un roi vivait dans un palais sublime fait de matériaux plus rares que l'or et le platine, orné de pierres plus précieuses que le diamant, l'onix et le rubis. Les salles bruissaient de chants aux harmonies si pures que quiconque les entendait était ravi en une extase plus exquise que des siècles de bonheur. La cour était peuplée des plus aimables des créatures aux proportions parfaites, aux visages nobles d'une prodigieuse beauté.

Qui aurait voulu quitter un tel palais ? Certainement pas les courtisans. Mais le roi était las de tant de perfection et son cœur désirait visiter l'autre royaume où régnait la disgrâce à cause de son souverain rebelle.

Un jour, il se déguisa en mendiant et s'enfuit par une porte dérobée. Passées les portes de l'autre monde, il n'entendit que gémissements, cris de souffrance et de haine. Il parcourut les rues de la capitale et dut soigneusement cacher ses larmes car partout il voyait des enfants perdus, des femmes qui aspiraient à l'amour et des hommes mal-

aimés. Ses pas le conduisirent vers la vallée des larmes qui était le lieu le plus sordide où l'on reléguait les enchaînés, les plus laids parmi les laids. Il fut pris d'une indicible compassion et se dit que son propre royaume n'avait pas de sens si un autre royaume était voué à une telle abjection.

Il s'approcha d'une vieille prostituée au corps flétri et crasseux ; son regard pénétra son âme jusque dans un lieu secret où une parcelle de beauté demeurait intact. Aussitôt la femme se jeta dans les bras du roi mendiant et ne voulut plus le quitter. Elle lui jura un amour éternel et un dévouement total. Ensemble, ils invitèrent d'autres exclus car l'amour dont ils s'aimaient ne pouvait se contenter de deux cœurs.

C'est ainsi que le roi revint à son palais avec une horde de gueux déguenillés et puants, brûlant d'une telle flamme que les courtisans s'effrayèrent. Certains criaient que l'enfer s'était déversé parmi eux. Ils s'indignaient en disant : Le roi est devenu fou, il a délaissé nos chants, nos danses et de nos visages qui reflétaient sa gloire pour se livrer à des créatures imparfaites et mauvaises

**Alors le roi réunit toute sa cour et déclara :** Vous serez toujours avec moi, vous aurez toujours les mêmes privilèges mais ceux que j'ai ramenés de la vallée des larmes auront de plus grands. Comment puis-je aimer ce qui est fait, ce qui n'a besoin de rien d'autre, ce qui ne se situe dans l'ordre de l'amour ? Je me languissais depuis l'enfance de ces êtres qui avaient besoin de mon amour car leur manque m'appelait et m'aspirait irrésistiblement. Leur présence provoque mon extase

**N'est-ce pas l'histoire de Jésus ?**

Frère Ephraïm

## Petite histoire vraie

Georgina avait vingt-trois ans lorsqu'on me l'amena. Elle avait fait des études pour être enseignante, mais on l'avait déclarée bonne à interner à plusieurs reprises. Pour les médecins, elle était schizophrène mais on lui avait collé bien d'autres étiquettes. Des médicaments thérapeutiques, des électrochocs et seize psychiatres n'avaient pas réussi à lui apporter une guérison définitive. Georgina m'expliqua que le véritable problème c'était les "absences" dont elle souffrait.

Elles survenaient sans prévenir et duraient trois à quatre jours. Pendant ces périodes, elle avait un comportement bizarre dont elle ne gardait ensuite aucun souvenir. Une fois, alors qu'on lui avait confié l'argent de l'école à porter à la banque, elle s'était retrouvée dans la rue, chargée de cadeaux inutiles qu'elle ne se souvenait pas avoir achetés.

Comme elle allait partir, à la fin de notre premier entretien, elle déclara soudain : Pour une raison que j'ignore, je n'ai pas vous menté. Elle me raconta alors que, pendant des années, elle avait eu une relation homosexuelle avec une infirmière, morte depuis. Pendant des jours ou même des semaines d'affilée, elle rêvait qu'elle entrait en contact avec son amie morte et qu'elles discutaient ensemble. Pendant ces périodes, elle restait allongée sur son lit, complètement inconsciente de ce qui se passait autour d'elle. Avec Georgina, nous sommes allés trouver un prêtre qui, s'agenouillant au pied de l'autel, coupa tout simplement le lien en ordonnant à l'esprit possesseur d'aller au Nom de JØsus-Christ rejoindre la place qui lui Øtait assignØe.

A cet instant, la jeune fille poussa un cri, puis ce fut la paix. Par la suite, elle expliqua qu'elle avait eu l'impression d'avoir un trou dans sa tête qui lui semblait maintenant nettoyée.

Ses "absences" bizarres cessèrent et on l'incita à adopter une nouvelle discipline spirituelle. Aujourd'hui, mariée, elle est heureuse en ménage et déclare que ses expériences lui ont permis d'aider d'autres personnes dans des circonstances similaires.

Témoignages rapportés par le docteur Kenneth Mc All



Floris

### Exercice

Prendre un temps pour repérer mon mécanisme de défense privilégié (vous trouverez quelques exemples en annexe).  
Devant le Saint-Sacrement, un tabernacle, ou dans un cœur à cœur avec Dieu, prendre un temps pour faire mémoire : quelle parole, quel événement de mon enfance, quel geste, ou attitude a suscité ce mécanisme ?

Retrouvez dans votre histoire un événement où vous avez utilisé ce mécanisme de défense. Placez, en fermant les yeux, cette scène devant vous. Je me vois à l'âge de la scène, je vois la pièce, les circonstances, les bruits...

Demandez maintenant à ce petit garçon, à cette petite fille

de quoi il (elle) aurait eu besoin pour vivre cela différemment. Considérez alors que vous êtes comme un magicien avec une baguette et que vous pouvez tout donner à cet enfant. Vous pouvez l'entourer aussi de l'aide du Ciel, de la présence de Jésus, Marie... tout est permis pour aider l'enfant jusqu'à ce qu'il ait tout ce dont il a besoin pour être réconcilié avec lui, les autres et l'Amour.

Maintenant il peut grandir sans peur...

Prenez finalement un temps pour accueillir ce travail.

Bonnes RØsolutions

- Aujourd'hui, fais un bilan de ta vie passée pour l'abandonner encore plus radicalement dans les bras de Dieu le Père.

- Faire célébrer une ou des messes pour mon arbre généalogique. (voir page 256)

Prière

(Si possible haute voix)

Mon Père, je m'abandonne à toi

Mon Père,

Je m'abandonne à toi,

fais de moi ce qu'il te plaira.

Quoi que tu fasses de moi,

je te remercie.

Je suis prêt à tout,

j'accepte tout.

Pourvu que ta volonté se fasse en moi,

en toutes tes créatures,

je ne désire rien d'autre, mon Dieu.

Je remets mon âme entre tes mains.

Je te la donne, mon Dieu,

avec tout l'amour de mon cœur,  
parce que je t'aime,  
et que ce m'est un besoin d'amour  
de me donner,  
de me remettre entre tes mains sans mesure,  
avec une infinie confiance  
car tu es mon Père.

Frère Charles de Jésus

Libération par la bénédiction

(Si possible haute voix)

Seigneur Jésus Fils du Dieu vivant, viens me recouvrir de ton Précieux Sang ; viens recouvrir ces lieux et toutes les personnes présentes ici et dans mon cœur.

Au nom de Jésus-Christ, j'interdis à tout esprit maléfique d'attaquer qui que ce soit et quoi que ce soit.

Au nom de Jésus de Nazareth et par la puissance de son Esprit, je détruis et j'annule l'effet de toute parole qu'on aurait pu prononcer contre moi et je détruis et j'annule l'effet de tout geste et de toute cérémonie pouvant susciter une méchanceté en moi, une angoisse, une peur, un trouble, une oppression, une maladie et une malédiction quelconque.

Au nom de Jésus, je coupe tous les liens négatifs qui existent entre moi et tous mes ennemis, entre moi et tous mes ancêtres.

Au nom de Jésus de Nazareth, je retourne en Bénédiction et en Miséricorde tout le mal qu'on a pu me faire.

Esprit de Bénédiction, par le Précieux Sang de Jésus Viens en mon intelligence, mon imagination, dans ma mémoire, mon cerveau et détruis toutes les causes de troubles.

Esprit de Bénédiction, par le nom de Jésus, Viens en ma volonté et détruis toutes les causes de blocages. Viens dans mon cœur et guéris toutes blessures et fais disparaître tous les sentiments qui ne viennent pas de toi.

Esprit de Bénédiction, Viens dans mon corps, dans mes organes internes, mon système nerveux, circulatoire, respiratoire, glandulaire, hormonal, musculaire et osseux.

Vierge Marie, retire de moi tout ce qui ne vient pas de ton Fils Jésus, afin qu'il me purifie totalement.

Enveloppe-moi, Marie, de ton manteau maternel et protège-moi ainsi que tous ceux qui sont dans mon cœur.

Dépose de manière définitive l'esprit de Bénédiction en moi, sur ma famille et sur le monde.

Amen.

Par Thierry Fourchaud inspiré d'une prière de Sœur Claire Gagne

Bønødiction

(Si possible haute voix)

Moi je ne t'oublierai pas. Voici que j'ai gravé tes mains, dit le Seigneur.

Isaie 49,16

En complément sur ce sujet vous trouverez en annexe :  
Guérir par la puissance de ~~à la page 270.~~



Photo : Edouard Boubat

Je serai guéri !

## ETAPE 9

# PURIFICATION de l'âme

### Introduction

Dieu a créé l'eau pour purifier le corps,  
et le désert pour purifier l'âme.

**Dans la genèse, Dieu crée l'homme le sixième jour. Le pape Jean Paul II souligne que** Le Créateur semble faire une pause avant d'appeler l'homme à l'existence ; comme s'Il en lui-même pour prendre une décision : " Faisons notre image, selon notre ressemblance..

Même si cette ressemblance va par la suite se trouver défigurée, puis restaurée par l'icône du Père qu'est le Christ, nous ne pouvons parler de l'âme humaine sans établir avant tout le reflet qu'elle manifeste. Jean Paul II dira même :

L'homme ressemble plus Dieu qu' la nature. C'est sens que le psaume dit "Vous Êtes des Dieux".

Plus tard dans la Genèse, Dieu dit : il n'est pas bon que l'homme soit seul... il faut que je lui fasse une aide assortie (Gn 2, 18). Lorsqu'il voit Eve, l'homme pousse un cri d'émerveillement, puis nomme la femme "isha" (en hébreu), puis se nomme "ish". Il se reconnaît donc dans la relation, sans compter que la femme est tirée de l'intimité même d'Adam, de son côté. Nous voyons que déjà l'homme est en relation charnelle et affective avec la femme.

Le père Joseph Verlinde (dans son livre : Parcours de guérison intérieure ) souligne que : les exégètes ont remarqué que les lettres hébraïques qui différencient les deux propres ish et isha (le yod et he) - composent un mot divin : "yah". Non seulement l'homme est la ressemblance de Dieu, mais ce qui habite l'origine son Être de Dieu, c'est Dieu Lui-même.

Voilà, nous savons qui nous a créés, de qui nous venons, à qui nous allons. Dieu est en chacun de nous, il habite notre âme. Ce paradis perdu, après lequel pleure en nous un petit enfant blessé, n'est pas aussi loin que nous le pensons. Ce paradis est en nous, caché tout au fond de nos cœurs, et surtout engoncé, recouvert, étouffé. Parfois quelques rayons viennent transpercer ces épais nuages comme la lueur d'espoir du paradis retrouvé.

Comme nous venons de le dire, l'homme est un être dont la plénitude identitaire s'exprime dans son corps, son affectivité et sa dimension spirituelle. La purification se fait aussi à tous ces niveaux.

Nous l'avons déjà développé plus haut, le tout petit, dès le sein maternel, fait l'expérience de l'âpreté de la vie. Si les enfants "viennent du paradis", ils s'aperçoivent rapidement qu'il en est tout autrement ici-bas. C'est ainsi que nous mettons en place toutes ces armes dont nous avons parlé, pour nous protéger. Ces armes sont à double tranchant, car non seulement elles vont continuer de gêner notre vie à l'âge adulte alors que, comme nous l'avons dit, la guerre est finie. Mais elles vont aussi nous séparer de la plénitude de notre relation avec Dieu. Dans la Génèse, qu'est-ce qui sépare l'homme de Dieu ? Le doute, la mise en déroute de la confiance. La confiance est le lit de ce paradis perdu et l'objectif de guérison de notre âme. C'est dans la confiance que notre âme se laisse bercer dans les bras du Seigneur comme un petit enfant sur le sein de Jésus, dit à sœur Faustine ; il n'y a rien sur la terre qui me fasse plus confiance qu'une mère qui me fasse confiance.

Comment retrouver cette confiance, source de paix et de joie ? Notre guérison se trouve dans la louange. Nous avons, à l'origine, été créés pour la louange et nous passerons notre éternité à louer ! Alors autant s'entraîner tout de suite... L'enthousiasme, étymologiquement veut dire : habité par Dieu.

Comment louer ?

Chacun trouvera sa forme de louange favorite : l'un ira se promener dans la nature pour contempler la beauté de la création, l'autre chantera, un autre encore lira les psaumes... L'essentiel étant la décision et le désir de "sortir" de soi (exulter), pour aller vers Dieu. Un autre moyen, pour "offrir" notre âme à la purification divine est la contemplation de Dieu dans l'Adoration.

La Parole de Dieu

(Si possible haute voix)

Alors Jésus parvient avec eux à un domaine appelé Gethsémani, et il dit aux disciples: Restez ici, tandis que je m'en irai prier le Père. Et prenant avec lui Pierre et les deux fils de Zébédée, il commença à ressentir tristesse et angoisse. Alors il leur dit: Mon cœur me est triste en mourir, demeurez ici et veillez avec. Etant allé un peu plus loin, il tomba face contre terre en faisant cette prière: Mon Père, s'il est possible, que cette coupe passe loin de moi ! Cependant pas comme je veux, mais comme tu veux.

Il vient vers les disciples et les trouve en train de dormir ; et il dit à Pierre : Ainsi, vous n'avez pas eu la force de veiller une heure avec moi ! Veillez et priez pour ne pas être tentation : l'esprit est ardent, mais la chair est faible.

A nouveau, pour la deuxième fois, il s'en alla prier: Mon Père, dit-il, si cette coupe ne peut passer sans que je la boive, ta volonté soit faite. Puis il vint et les trouva à nouveau en train de dormir; car leurs yeux étaient appesantis. Il les laissa et s'en alla de nouveau prier une troisième fois, répétant les mêmes paroles.

Alors il revient vers les disciples et leur dit : Désormais vous pouvez dormir et vous reposer: Voici toute proche l'heure. Le Fils de l'homme va être livré aux mains des pécheurs. Levez-vous ! Allons ! Voici tout proche celui qui me trahira.

(Mt 26, 36-46)

Approfondissement

Purification de ma relation avec Dieu

Prenons une comparaison. Voici le rayon de soleil qui donne sur une vitre ; or si la vitre a quelques taches ou quelques

nuages, il ne peut l'éclairer ni la faire briller aussi complètement que si elle était purifiée de toutes taches et bien limpide. Ce ne sera pas la faute du rayon, mais celle de la vitre. Si la vitre, en effet, était tout entière pure et limpide, le rayon l'éclairerait et la pénétrerait si bien qu'elle lui serait semblable et donnerait la même clarté. Sans doute la vitre, tout en ressemblant au rayon, conserve toujours sa propre nature, bien distincte du rayon, cependant nous pouvons dire qu'elle est rayon ou lumière par participation.

Ainsi en est-il de l'âme. Elle est toujours, au point de vue naturel, investie de la lumière divine de l'être infini. Cette lumière même demeure en elle. Or si l'âme se met dans les dispositions voulues, c'est-à-dire si elle se purifie de toutes les taches ou souillures formées par les créatures, si par conséquent elle met sa volonté en accord parfait avec celle de Dieu, l'âme devient immédiatement toute illuminée et transformée en Dieu.

Dieu lui communique si bien son être surnaturel qu'elle semble Dieu lui-même ; elle possède ce que Dieu possède et l'union provenant de cette souveraine faveur est telle que toutes les choses de l'âme ne font qu'un avec les choses de Dieu ; l'âme paraît être Dieu plutôt qu'âme : elle est Dieu par participation. Cependant, elle conserve son être naturel, aussi distinct de Dieu qu'auparavant malgré sa transformation, comme la vitre est distincte du rayon tout en étant éclairée par lui.

De là, il découle clairement que le moyen pour l'âme de parvenir à l'union divine, ne consiste pas dans ses pensées, dans ses goûts, dans ses sentiments, ou son imagination, mais il consiste dans la pureté et l'amour, c'est-à-dire dans le dépouillement et l'abnégation de tout en vue de Dieu seul.

Mais comme il ne peut y avoir de transformation parfaite s'il n'y a pas une pureté parfaite, l'illumination et l'union de l'âme avec Dieu seront plus ou moins grandes et en rapport avec sa pureté. Or, cette union ne sera pas absolument parfaite, tant que l'âme ne sera pas complètement purifiée et limpide.

(St Jean de la Croix - extrait de la montée du Carmel)

Ce texte de saint Jean de la Croix nous montre que tout ce qui nous sépare de ce "toucher" de Dieu a besoin d'être visité, comme nous l'avons dit, et en premier, toutes ces blessures à l'enfant qui vit en nous.

Renoncer aux t0nŁbres

Il y a eu aussi de tout temps des pratiques spirituelles ésotériques : voyance, divination, astrologie, spiritisme, vaudou, guérisseur, magie blanche...

L'homme s'étant sensiblement coupé de Dieu est attiré par le surnaturel. Ces pratiques, notamment par le biais du New-Âge, se sont comme démocratisées, banalisées, mais elles peuvent abîmer sensiblement notre âme et troubler notre cœur. Depuis tant d'années que nous organisons des retraites de guérison intérieure, nous n'avons pas le souvenir d'une seule retraite où il n'a pas fallu l'intervention de prières spécifiques de délivrance. Soyons clair !

Il est donc primordial de renoncer définitivement à ce genre de pratiques de divination et autres incantations ou objets et de faire le clair dans notre vie pour laisser entrer le soleil du Cœur de Jésus !

Vous pouvez sur ce sujet lire le livre de Jean Pliya : Des t0nŁbres la lumiŁre.  
Voir aussi prière de libération, conversion et guérison page 252

Chellappa récitait fidèlement ses mantras tous les matins. C'était dans les traditions de la famille. Son grand-père était gourou et sa famille appartenait à l'ordre des prêtres ou "Brahmin", la caste la plus élevée en Inde. La nourriture était rare, le jeune Chellappa travaillait donc au temple en échange d'un repas et d'un enseignement.

Il essayait de suivre les règles du temple aussi parfaitement que possible mais souvent, lorsqu'il avait un moment de tranquillité pour réfléchir, une question le tracassait : *Ø ira mon me quand je mourrai ?*

- Swami, lorsque je meurs, *Ø va* ~~mon~~ **demande-t-il** un jour en classe.

Agacé par cette curiosité importune, le professeur de Chellappa lui dit d'aller lire le "Rig Veda", le texte Sanscrit le plus ancien, considéré comme le livre Hindou le plus sacré.

Il lut un jour : *Tous ceux qui adorent des dieux et leurs iront dans un lieu* ~~Chellappa~~ **Chellappa** en eut l'esprit profondément troublé. Si cela est vrai, pensa-t-il, ne devrions-nous pas plutôt fermer le temple ? Insatisfait, il chercha dans les livres, aussi bien que dans l'Agames (lois) et Arinikas (philosophies). Un jour, il tomba sur le Dieu "Prajapati", connu aussi comme "Dieu du peuple" ou "Purusha" "le grand homme".

Chellappa lut que l'offrande à "Prajapati" enlevait la culpabilité de toute la race humaine. Il ne connaissait pas ce Dieu mais l'écriture expliquait que quand "Prajapati" rendra visite au monde sous forme de "Purusha", il aura dix caractéristiques distinctes : il sera un homme sans péché ; séparé de sa famille ; sa propre nation le rejettera ; une plante à épines lui sera placée sur la tête ; il sera lié à un arbre qui ressemble

à une lance à trois pointes ; du sang lui coulera du corps ; il mourra, mais ses os ne seront pas brisés ; il reviendra à la vie ; il offrira sa chair aux fils du dieu et toutes les formes de l'humanité feront partie de son corps.

Chellappa ne connaissait aucun dieu dans le temple qui correspondait à cette description.

A partir de ce moment, les prêtres lassés des questions de Chellappa, exclurent ce jeune de 22 ans du temple.

Déçu et désabusé, bientôt il se laissa aller. Il commença à jouer, ses dettes augmentèrent et finalement il se retrouva devant la justice. De plus, on diagnostiqua chez lui une tuberculose. Comme Chellappa n'avait pas d'argent pour les soins, la mort n'était qu'une question de temps.

Un jour, lors de son retour chez lui après son travail, dans une gare ferroviaire, il pensa : Pourquoi attendre que la pauvreté et la maladie m'empêchent de sauter du train.

Il alla jusqu'à la portière du wagon, se tint sur le marchepied et regarda dehors. Il ne lui restait qu'un petit pas à franchir lorsqu'il entendit : Quiconque garde ses faits secrets n'a aucune réussite ; quiconque reconnaît ses fautes et avoue, trouve la misericorde de Dieu.

Il n'y avait personne ! Pourtant les paroles étaient fortes et claires et elles résonnèrent dans son cœur. Pendant toutes ses années d'études, il n'avait jamais entendu des propos pareils. La curiosité l'emporta. Impatient d'en découvrir davantage, il descendit du train à la gare suivante et retourna à pied là où il avait entendu ces paroles pour la première fois. Il ne pouvait pas résister au sentiment qu'il y avait forcément quelque chose de plus grand que le hasard qui l'avait empêché de faire ce dernier pas.

Une grande foule était assemblée sur le lieu. C'étaient des

chrétiens, un groupe de gens avec qui les "Brahmins" n'avaient aucun rapport. Chellappa se tenait sous un arbre à distance, en écoutant la voix qui retentissait du haut-parleur. C'était la même voix qu'il avait entendue dans le train. L'homme racontait l'histoire d'un Dieu qui avait tout créé mais qui n'était pas resté comme Dieu. Il était devenu homme et avait vécu une vie simple. Bien qu'il ne fît aucune iniquité et aidât beaucoup de gens, son propre peuple le rejeta. Il a été arrêté et traîné devant un tribunal et les juges ne connaissaient aucun pardon. Le Dieu fut fouetté, ridiculisé et on lui cracha dessus. Mais il ne se plaignit pas. Une couronne d'épines fut placée sur sa tête et il fut attaché sur une croix avec des clous plantés dans ses poignets et dans ses pieds. Il mourut après une longue agonie et fut placé dans un tombeau.

Chellappa était fasciné. Des souvenirs du dieu "Prajapati" revinrent. Était-ce possible que Jésus-Christ était la réponse ? Qu'il était "Prajapati"... "Perusha" ?

Lorsque l'orateur demanda enfin si quelqu'un voulait accepter Jésus, Chellappa courut à l'estrade.

Moi ! Moi ! cria-t-il, complètement paniqué. Il pensait qu'il y avait un seul Jésus à donner, et que, s'il n'y arrivait pas le premier, tout serait perdu.

Mais c'est la Vérité qui l'a sauvé. Chellappa avait enfin trouvé son "Prajapati". Il avait trouvé la puissance pour être changé.

La tuberculose de Chellappa guérit lentement mais sûrement et il est sorti de son endettement en travaillant.

Aujourd'hui encore, lorsqu'il partage sa foi en Jésus, Sadu Chellappa porte fièrement les couleurs orange-jaune de sa caste de "Brahmin".

MØtaphore

\* Le violon du virtuose

De passage dans une grande ville, un violoniste célèbre publia qu'il donnerait un concert avec un Stradivarius. Il fit salle comble. Beaucoup étaient venus pour voir le violon autant que l'instrumentiste.

Dès les premières notes, l'auditoire fut étonné par la virtuosité du violoniste. A la fin du deuxième morceau, cet homme, à la stupeur de tous, brisa l'instrument sur ses genoux et quitta la scène. Les auditeurs pensaient qu'il avait perdu la raison.

Alors le directeur du théâtre se présenta au public et s'efforça de calmer les esprits :

Mesdames, Mesdemoiselles, Messieurs, ne soyez pas inquiets, car le violoniste pas encore servi du stradivarius. Le crinclin qu'il ser ne valait que quelques francs.

Le virtuose réapparut, muni cette fois d'un reluisant Stradivarius. Après avoir exécuté une première oeuvre avec ce bijou, il s'arrêta et demanda qui, dans la salle, avait remarqué la différence entre les deux instruments.

Seules quelques mains se levèrent.

Il déclara alors à la foule : Je voulais dØmontrer que ce n'est pas tellement l'instrument qui fait la musique, mais l'instrumentiste.

Application : Remettons nos vies entre les mains du divin Maître. Il sait faire les symphonies les plus merveilleuses !

Publié avec l'aimable autorisation de [www.chretien dureveil.net](http://www.chretien dureveil.net)

Petite histoire vraie

\* La conversion de Saint Augustin

Ô mon Dieu, cette indignation me venait de ce que je n'acceptais pas encore l'alliance que tu voulais me voir décider avec toi ! Au-dedans de moi, je me disais : Voici le moment d'en finir, le moment de ~~J'étais au bord de dire oui,~~ mais je n'y arrivais pas.

Et à nouveau, je faisais une tentative, je touchais au but, je le tenais. Mais non, je n'y étais pas, je n'y touchais pas. J'hésitais à mourir à la mort, à vivre à la vie. Plus l'instant approchait, plus cela me frappait d'épouvante. Mon ami Alypius s'en est aperçu : je ne sais pas ce que j'avais pu dire à haute voix...

Et c'est alors que je me suis levé. Alypius, lui, est demeuré assis : il était au comble de la stupeur. Pour moi, je suis allé m'étendre sous un figuier et je me suis mis à pleurer. Mon Dieu, encore combien de temps ? Combien de temps ? Pourquoi pas tout de suite ? Pourquoi pas en finir tout de suite avec ma honte ?

C'est ce que je me disais. Et je pleurais doucement. Mon cœur était comme broyé. J'ai entendu alors une voix venant de la maison voisine, comme d'un garçonnet ou d'une fillette, qui fredonnait à la manière d'une ritournelle : Prends, lis, prends et ~~En~~hâte, je suis revenu à l'endroit où Alypius était assis. J'avais posé là les épîtres de l'apôtre saint Paul... Je saisis le livre, je l'ouvris et je lus en silence le premier chapitre qui me soit tombé sous les yeux: Comportez-vous donc honnêtement, comme en plein jour; fuyez donc une toutes les coucheries, l'ivrognerie, les dØbauche les orgies ! Gardez-vous aussi des querelles et d

sies. RevÊtez-vous donc enfin de Notre-Seigneur JØs Christ et ne vous prØccupez pas du sexe et de la c y satisfaire vos plaisirs dØrØglØs.

Je n'ai pas voulu en lire davantage. Je n'en avais pas besoin. J'ai senti dans mon cœur une lumière apaisante. Et toutes les ténèbres de mon doute ont disparu.

Extrait de " confessions " de St Augustin.

En recevant enfin le baptême à 33 ans, Augustin décide de se donner au Christ. Il a en effet choisi de devenir un saint. C'est saint Ambroise, évêque de Milan, qui le baptise dans la nuit de Pâques de l'an 487. Après son "oui", Augustin deviendra l'homme entier, le grand saint que nous connaissons, en laissant Dieu purifier son âme.

Exercice

\* La voie royale

Connaissez-vous l'histoire de la reine qui reçoit du pauvre paysan une pomme toute pourrie ?

Ce dernier n'a que cela à offrir au roi en signe d'allégeance. La reine va garnir la vieille pomme de beaux drapés, la placer sur un beau coussin, si bien que cette dernière va éclater de mille couleurs, tant et si bien que jamais aucune pomme n'avait tant brillé aux yeux du roi.

La reine, vous l'avez compris, c'est la Vierge Marie, et la pomme, c'est nous, recouverts de tous nos oripeaux. Marie veut nous offrir au Père et nous parer pour cela.

Vous pouvez prendre un temps de prière pendant lequel vous allez laisser "monter" en vous l'image de quelque chose qui, pour vous, symboliserait le mieux tout ce qui vous sépare



de Dieu. Vous allez regarder cette image, en apprécier les couleurs, contours, lumière, enfin tout ce qu'elle dégage... Maintenant Marie est là ; elle attend ce présent pour l'apporter au Roi. Vous pouvez la voir comme vous l'imaginez et lui donner ce cadeau dans la confiance. Peut-être va-t-elle tant couvrir ce présent de baisers qu'il étincellera de tout son amour devant le roi, peut-être le soignera-t-elle, chacun pourra accueillir cela à sa façon...

Goûtez toute cette tendresse maternelle. Une mère ne s'écarte pas des couches sales de son petit ; c'est son petit, voilà tout, elle l'aime. Elle lave son enfant, lui met ses plus beaux habits et le place sur son cœur et sur le cœur du père. Chacun continuera l'exercice à sa manière.

Exercice dont on peut user et abuser, car comme le père de l'enfant prodigue, qui n'attend que cela, Dieu désire ardemment que nous nous jetions, tels nous sommes, dans ses bras de Père.

Voilà la vraie source de toute guérison !

## Bonne RØsolution

Aujourd'hui je prends la ferme résolution de m'installer dans la confiance sachant que j'appartiens à Dieu et que rien ne pourra me séparer de l'amour du Christ.

Je décide aussi de vivre une consécration à Dieu par Marie.

Voir livres de consécration de la Communion Marie Reine de la Paix

à la page 281

## Prières de délivrances

(Si possible haute voix)

### PRIÈRE A SAINT MICHEL ARCHANGE

Très glorieux Prince des armées célestes, Saint Michel Archange, défendez-nous dans le combat contre les principautés et les puissances, contre les souverains de ce monde de ténèbres, contre les esprits de malice répandus dans les airs. (Eph. 6. 10.12). Venez en aide aux hommes que Dieu a faits à son image et à sa ressemblance, et rachetés à si haut prix de la tyrannie du démon.

C'est vous, saint Michel, que la Sainte Eglise vénère comme son Gardien et son Protecteur, vous à qui le Seigneur a confié les âmes rachetées pour les introduire dans la céleste Félicité.

Conjurez le Dieu de paix d'écraser Satan sous nos pieds, afin qu'il ne puisse plus retenir les hommes dans ses chaînes, et nuire à l'Eglise.

Présentez au Très-Haut nos prières, afin que, bien vite, descendent sur nous les miséricordes du Seigneur.

Et que vous saisissiez vous-même le dragon, l'antique ser-

pent qui n'est autre que le "Diable ou Satan" (Apoc. 20, 3). Pour le précipiter enchaîné dans l'abîme, "en sorte qu'il ne puisse plus jamais séduire les nations" (Apoc. 20, 3).

Saint Michel Archange, venez à notre secours avec tous vos Saints Anges !

Apprenez-nous à garder la Foi en ces temps de ténèbres !

Apprenez-nous à combattre avec votre humilité !

Apprenez-nous à vaincre dans le silence et l'obéissance à Dieu !

Apprenez-nous à aimer et à être fidèle comme Marie !

Amen.

#### AUGUSTE REINE

Auguste Reine des cieux, souveraine maîtresse des Anges, vous qui, dès le commencement, avez reçu de Dieu le pouvoir et la mission d'écraser la tête de Satan, nous vous le demandons humblement, envoyez vos légions célestes pour que, sous vos ordres, et par votre puissance, elles poursuivent les démons, les combattent partout, répriment leur audace, et les refoulent dans l'abîme.

QUI EST COMME DIEU ?

O bonne et tendre mère, vous serez toujours notre Amour et notre espérance.

O Divine Mère, envoyez les Saints Anges pour nous défendre, et repousser loin de nous le cruel ennemi.

Saints Anges et Archanges, défendez-nous, gardez-nous.

Texte authentique de la prière dictée par Notre-Dame  
au Père Cestac, le 13 janvier 1864.

Pour la délivrance, vous pouvez aussi prier le chapelet ou des litanies.

Si la personnes pour qui l'on prie est "secouée" il est impératif d'arrêter tout de suite et d'aller voir un prêtre ou de nous contacter.

Bønødiction

(Si possible haute voix)

Heureuse l' me qui craint le Seigneur :

sur qui s'appuie-t-elle et qui est son soutien ?

Les regards du Seigneur sont fixøs sur ceux qui l'a

puissante protection, soutien plein de force,

abri contre le vent du døsert, ombrage contre l'ard

protection contre les obstacles, assurance contre l

Il ølève l' me, il illumine les yeux,

il donne santø, vie et bønødiction

(Sirac 34, 16)



Photo : Edouard Boubat

Je serai guéri !

## ETAPE 10

# GUØRISON ET UNION Se laisser guØrir

### Introduction

L'abandon est le fruit délicieux ~~écrit la petite~~  
Thérèse. Oui, l'abandon est un délice pour lequel nous avons  
bien des réticences. Comme il est bon de prendre  
conscience humblement de notre misère. Laissez-vous gué-  
rir, abandonnez-vous sur le Cœur de Dieu.

Un jour, un prêtre demandait à Marthe Robin : que faut-il faire  
quand on n arrive pas s abandonner ?

Marthe répondit :  
eh bien mon père, abandonnez-vous quand même !

Oui, l'appétit vient en mangeant. L'ennemi de l'abandon c'est  
la peur. Oui, nous avons peur de l'amour car sur cette terre,  
l'amour humain nous a fait mal, il nous a déjà trahi....

Prenons maintenant la route vers ce Tout -Autre  
amour, cet amour toujours, cet amour sans détour.

Dieu ne nous présente pas un pot de confiture fermé à double  
tour en nous disant goûte comme elle est bonne ma confi

ture, à nous, qui n'avons pas de force pour l'ouvrir. Non, c'est Lui qui nous ouvre la porte, il nous dit : Cherchez, et vous trouverez, frappez et la porte vous sera ouverte.

La lettre aux Ephésiens

Dans la Bible, dans la lettre aux Ephésiens, Saint Paul nous donne tout le programme de l'union à Dieu :

- Le plan Divin de Salut Universel
- La réconciliation des païens et des Juifs en Jésus-Christ
- La vie nouvelle
- L'unité des chrétiens
- Dépouiller le vieil homme et revêtir l'homme nouveau
- Renoncer aux anciens vices
- Conseils pour la vie familiale
- Le combat spirituel et l'armure du chrétien
- Recommandations finales

C'est pourquoi nous vous encourageons à lire dans votre Bible et à méditer ce passage de la lettre aux Ephésiens.

Autre passage biblique

(Si possible haute voix)

**Voilà pourquoi je vous dis :** Ne vous inquiétez pas pour votre vie de ce que vous mangerez, ni pour votre corps de ce que vous le vêtirez. La vie n'est-elle pas plus que la nourriture et le corps plus que le vêtement ?

Regardez les oiseaux du ciel : ils ne sèment ni ne moissonnent ni ne recueillent en des greniers, et votre Père les nourrit ! Ne valez-vous pas plus qu'eux ? Qui donc d'ailleurs peut, en s'en inquiétant, ajouter une semelle à la longueur de sa vie ?

Et du vêtement, pourquoi vous inquiéter ? Observez !

des champs, comme ils poussent: ils ne peinent ni  
 Or je vous dis que Salomon lui-même, dans toute sa  
 n'a pas été vêtu comme l'un d'eux. Si Dieu habille  
 l'herbe des champs, qui est aujourd'hui et demain  
 au feu, ne fera-t-il pas bien plus pour vous, gen  
 foi ! Ne vous inquiétez donc pas en disant : Qu'a  
 manger ? Qu'allons-nous boire ? De quoi allons-no  
 vêtir ? Ce sont là toutes choses dont les paens  
 quete. Or votre Père céleste sait que vous avez b  
 tout cela.

Cherchez d'abord son Royaume et sa justice, et to  
 vous sera donné par surcroît. Ne vous inquiétez d  
 du lendemain : demain s'inquiétera de lui-même.  
 A chaque jour suffit sa peine.

(Matthieu 6, 26)

Approfondissement

Les chercheurs, dans les temps si tumultueux que nous vi  
 vons, font sur le cerveau des recherches remarquables.

Ainsi l'hormone de la confiance ne peut être isolée et la science  
 prévoit même de la donner sous forme de spray aux per  
 sonnes souffrant de phobies.

Ces études ont montré aussi, de manière chimique, comment  
 l'hormone libérée par le sentiment de peur empêchait la libé  
 ration de l'hormone dite de l'attachement (cf le livre : Petits ar  
 rangements avec l'amour par Lucy Vincent aux Ed. Odile Jacob).

Par ailleurs, le cerveau est programmé pour un amour "pas  
 sion" (de ces amours qui nous aveuglent et nous font tout  
 accepter de l'autre) pour trois ans. Après, le cerveau devra  
 se remettre en route pour une nouvelle forme d'attachement.  
 Mais, pour continuer dans le sens de la fidélité, il devra tou  
 jours trouver plus d'avantages à la relation que d'inconvé-

nients. La fidélité semble nécessiter un marché toujours gagnant. Si la tendance s'inverse le processus d'attachement ne se fait plus. Comme il est passionnant de découvrir cette alchimie qui régit notre cerveau !

Une autre expérience sur des couples, a montré que les personnes qui passaient le plus de temps à faire mémoire des aspects positifs de leur partenaire, favorisaient la libération de hormone de "l'amour" dans son cerveau et donnait ainsi plus de chance à la relation de durer.

Eh bien, si nous voulons que cette union ne cesse de grandir dans l'attachement et la durée, mettons-nous au travail, comme le fait notre cerveau.

- Dans un premier temps en repérant toutes nos peurs de l'amour : peurs de quoi, peurs pourquoi...

Les pages précédentes nous auront aidés dans ce sens.

- Puis, dans un deuxième temps, (toujours comme notre cerveau) prenons du temps pour dresser la liste de tous les bienfaits de Dieu pour nous, les bienfaits de notre entourage....

Louons et adorons !

Nous en sommes sûrs, le marché est gagnant. Ceci est la louange, la plus haute forme de la prière. La parole de Dieu

nous dit : Dieu entend les prières de supplication, mais

Dieu habite la louange des hommes. C'est à dire que

Dieu écoute nos demandes, mais qu'il est là en nous, dans

notre cœur pendant notre louange et action de grâce !

Cessons de regarder en nous et autour de nous, fixons

maintenant définitivement notre regard dans l'action

grâce vers Celui qui est Amour !

Il rétablit l'autel du Seigneur et offrit des sacrifices

munions et de louange. (Ps 33,16)

Voilà la voie de la guérison et de l'union : louer et rendre grâce. La louange fait descendre Dieu dans notre vie, dans notre corps et dans notre psychisme !

Cela peut surprendre d'entendre parler du cerveau dans un tel livre, mais Dieu n'a pas décidé de venir sur la terre dans sa majesté, dans sa gloire, non ; il a pris le chemin de l'homme pour que l'homme puisse retrouver le chemin de Dieu et cela jusque dans notre corps, dans notre chimie. Ainsi, faisant corps avec le corps du Christ nous sommes conformés à la ressemblance divine.

Cette démarche fait aussi appel à notre volonté, à une décision. Derrière cet acte de volonté se cache notre vraie conversion, une conversion de nos profondeurs, une volonté de mettre tous les "oui mal" au pied de la Croix du Christ et peut-être de façon plus particulière dans les bras de notre maman du Ciel. Nous laissant ainsi consoler comme un enfant, nous nous élancerons plus vite dans les flammes de ce brasier ardent qui brûle sans nous consumer.

LE BRASIER PURIFICATEUR par St Jean de la Croix

Il faut savoir qu'avant que ce feu d'amour s'introduise en la substance de l'âme et s'unisse à elle par une entière et parfaite pureté, cette flamme, qui est le Saint-Esprit, va battant l'âme, consumant et anéantissant les imperfections de ses mauvaises habitudes. Telle est l'opération du Saint-Esprit par laquelle il la dispose à l'union divine et à la transformation d'amour en Dieu. Car il faut dire que le même feu d'amour qui, dans la suite, vient à s'unir à l'âme pour la glorifier, est celui même qui auparavant l'assaille pour la purifier.

C'est de la même façon que le feu qui pénètre le bois, le desséchant et le dénuant de ses accidents disgracieux, jusqu'à ce que, par l'action de sa chaleur, il l'ait disposé de telle sorte qu'il puisse le pénétrer et le transformer en feu. Et c'est ce que les personnes spirituelles appellent la voie purgative... Et parce que cette flamme est extrêmement amoureuse et tendre de sa nature et qu'elle attaque par ailleurs la volonté d'une façon amoureuse, de là vient qu'à mesure que cette flamme amoureuse et tendre assaille la volonté, la volonté reconnaît sa propre dureté et sa sécheresse à l'égard de Dieu, sans s'apercevoir ni de l'amour ni de la tendresse de la flamme... jusqu'à ce que celle-ci les ayant chassés, l'amour et la tendresse de Dieu viennent à régner en la volonté.

St Jean de la Croix

Commentaire l'enseignement de saint Jean de la Croix est fondamental pour comprendre ce qui se passe en nous-même durant ce temps de la purification.

De plus, saint Louis Marie Grignon de Monfort nous explique qu'en passant par Marie, la voie est plus rapide et beaucoup plus douce... Alors, avec Marie et la petite Thérèse prenons la petite voie de l'union à Dieu.

Guérir de la tristesse

- Sais-tu frère Léon, ce qu'est la demande d'un curé François ?

- C'est de ne pas avoir de faute, répondit Léon sans hésiter.

- Alors, je comprends ta demande François. Car on a tous les jours quelque chose se reprocher.

- Oui dit Léon, et cela précisément me fait désespérer d

river un jour la pureté du cœur.

- Ah ! frère Léon, **répartit François**, ne te préoccupe pas tant de la pureté de ton regard vers Dieu. Admire-le. Rêjouis-toi de ce qu'Il est, de sa sainteté. Rends-Lui grâces cause de Lui-même. C'est cela même petit frère, avoir un cœur pur. Et quand tu es ainsi tourné vers Dieu, ne fais pas de retour sur toi-même. Ne te demande pas où tu en es devant Dieu. La tristesse de ne pas être parfait et de se sentir pêcheur, est encore un sentiment trop humain. Il faut tourner ton regard plus haut, beaucoup plus haut. Il y a l'immensité de Dieu et son inaltérable Splendeur. Le cœur pur est celui qui ne cesse d'adorer le Seigneur et vrai.

- Dieu, cependant, loue nos efforts et nous fait servir Léon. **fit le**

- Oui, sans doute **répondit François**. Mais la sainteté n'est pas un accomplissement de soi, ni une plénitude que l'on donne. Elle est d'abord un vide que l'on se découvre l'on accepte et que Dieu vient remplir sans la mesure de son œuvre. Sa plénitude. Notre néant, vois-tu, si l'on devient l'espace libre où Dieu peut encore créer.

- Comment faire **demandait Léon**.

- Il faut simplement ne rien garder en soi-même. Accepter d'être pauvre. Renoncer à ce qui est pesant, le poids de nos fautes. Ne plus voir que la Gloire de Dieu et s'en laisser irradier. Dieu est, cela suffit ! Le cœur devient alors léger, abandonné tout souci, toute inquiétude. Son désir de perfection se est simple et pur vouloir de Dieu...

Extrait de «sagesse d'un pauvre» Eloi Leclerc

## TØmoignage

Un soir, je rentrais chez moi transportant deux sacs remplis d'articles achetés à l'épicerie. Je fis un certain mouvement avec mon bras gauche, mouvement qui me causa une vive douleur à l'aisselle gauche. Cette douleur me parut curieuse mais elle s'en alla assez rapidement. Le lendemain matin, en me réveillant, j'avais mal en dessous du bras.

J'ai alors tâté mon aisselle avec ma main droite et j'y ai découvert une bosse. J'ai pensé que c'était à cause du mouvement de la veille : m'étant blessée, quelque chose avait maintenant enflé et partirait tout seul. J'ai attendu quelques jours mais la bosse était toujours là. Alors, j'ai consulté un médecin. Il m'a fait passer des tests médicaux dont une biopsie. Une semaine plus tard, j'ai reçu un appel téléphonique à mon travail. C'était le médecin. Il m'annonçait que j'avais un cancer du sein avec des métastases aux ganglions lymphatiques sous mon bras et que je devais être opérée le plus tôt possible. Après, en arrêt de travail, j'aurais des traitements de chimiothérapie et de radiothérapie à suivre durant plusieurs mois...

Je n'oublierai jamais ce moment-là. Je me suis effondrée en pleurs. Je vivais seule. J'avais mon appartement à payer, mon prêt étudiant à rembourser, etc... Je devrai arrêter de travailler pendant plusieurs mois et ne recevrai que 56% de mon maigre salaire pour vivre. Je ne savais pas comment j'allais y arriver financièrement. J'avais l'impression que tout s'écroulait autour de moi. Mais... grâce à Dieu ! Ce moment de détresse ne dura pas longtemps.

J'ai ressenti la merveilleuse présence du Seigneur. Il a calmé mon cœur, me promettant de m'aider à passer victorieusement à travers cette épreuve. Pendant tout le temps où j'ai

été en arrêt de travail, je n'ai manqué de rien. J'ai ressenti la présence du Seigneur d'une façon si merveilleuse.

Ma relation avec Dieu s'est approfondie. Il n'y a que Lui qui peut transformer une épreuve en bénédiction. L'ennemi de mon âme voulait me détruire mais il n'a pas réussi. Dieu m'a entourée de Sa grâce comme d'une forteresse.

Au commencement de l'épreuve, Il m'avait donné un passage biblique comme promesse et je m'y suis accrochée de toutes mes forces comme à une bouée de sauvetage. C'était

Isaïe 41,10 : Ne crains rien car je suis avec toi  
promène pas des regards inquiets car je suis ton  
te fortifie, je viens ton secours, je te soutie  
triomphante

Le Seigneur a été fidèle en accomplissant sa promesse.

Je suis maintenant en période de rémission et je vais très bien. Le Seigneur m'a appris l'abandon total dans ses bras.

Je désire que mon témoignage puisse être un puissant encouragement pour chaque personne qui passe par des moments difficiles et tout spécialement pour celles qui luttent contre le cancer.

Le Seigneur est tout-puissant pour vous donner la victoire.

Courage !

Diane

Métaphore

\* Conversation du Ciel

Un jour Satan vint visiter Jésus dans le Jardin d'Eden. Satan arriva tout content en se vantant.

- Oui, Seigneur, présent j'ai captivé tout le monde  
tiquement tout le monde l en bas. J'ai placé des  
utilisé les app ts de la tentation, je sais bien

d'eux ne peut résister. Je les ai presque tous attr

- Que vas-tu faire avec eux ? demanda Jésus. Et il pria Dieu le Père.

**Satan répondit :**

- Oh, je vais un peu m'amuser avec eux ! Je les ferai se détester. Je détruirai ainsi le cœur de la terre et la base de l'humanité : la famille ! Je les ferai se haïr les uns les autres et abuser les uns des autres. Je les rendrai dépendants de l'alcool et des drogues, ils perdent ainsi la vie. Je leur apprendrai à faire des armes et des explosifs pour qu'ils s'entretuent. Je vais vraiment m'amuser avec eux.

- Et quand tu seras fatigué de jouer avec eux, que vas-tu faire ? demanda Jésus qui priait toujours.

- Oh, je les tuerai tous et leurs vies seront mienne. Seigneur, avec tout mon respect, c'est leur destin.

- Combien veux-tu pour eux ? demanda Jésus.

**- Satan répondit :**

- Oh, tu ne peux pas vouloir ces gens. Ils ne sont pas à vendre. Pourquoi les veux-tu ? Ils ne te suivent ni ne t'aiment. Il y en a beaucoup qui te haïssent ! J'ai même vu beaucoup d'entre eux cracher sur toi, te maudire et même te renier. Mais moi, ton coreligionnaire, certains m'honorent ! Tu ne veux pas de ces gens ?

- Combien veux-tu ? demanda Jésus à nouveau.

**Satan le regarda en grimaçant.**

- Toutes tes larmes Jésus et tout ton sang jusqu'à la dernière goutte.

**- Jésus dit : d'accord. Et il paya le prix. (2 Cor 5, 21)**

Petite histoire vraie

Je suis né en 1949 dans le Nord de la France et j'ai été ordonné prêtre diocésain le 24 Avril 1976. Depuis l'âge de 7

ans, je voulais devenir prêtre. Depuis toujours je me suis senti par la prêtrise, et cette attirance a grandi avec moi !

J'ai découvert, dans les années 1966-67, la Présence de Jésus Ressuscité, vivant aujourd'hui au cœur de nos vies. Cette découverte fut pour moi une Bonne Nouvelle qui me donnait vie, et donnait un sens à ma vie.

En 1971, je reçus une autre grande grâce. En lisant un petit livre de Hans Urs von Balthasar : "L'Amour seul est digne de foi", je reçus une grande lumière. L'Esprit-Saint me donna la grâce de découvrir la beauté de l'amour divin, trinitaire, qui brille de toute sa splendeur sur le visage de Jésus crucifié. Je commençais à découvrir la profondeur de la Miséricorde divine, l'Amour infini de Dieu.

Dans les années 74-76, j'ai commencé à rencontrer des moines au Mont des Cats et à Tamié. Je les voyais parfois plongés dans un profond recueillement. Je percevais qu'il devait se passer en eux quelque chose de beau et de nourrissant pour consacrer ainsi toute leur vie à la prière. Je me sentais attiré par leur expérience de prière silencieuse, par leur vie de relation profonde avec Dieu présent en eux.

Trouver ma voie ne fut pas facile. En 1982-83, j'aspirais à une vie spirituelle très profonde, mais j'aimais aussi les études et je m'étais construit un projet ambitieux. Le Seigneur en décida autrement !!! En 1984, j'étais dans la nuit la plus complète. Je me demandais à quoi le Seigneur pouvait bien m'appeler ! Je connaissais bien une sœur enseignante qui avait une certaine expérience de l'oraison. Celle-ci me conseilla de prier une heure chaque jour !

Jusqu'à cette date, j'avais parfois prié seul pendant une heure,

mais une heure tous les jours ! Je lui ai fait confiance...

Après six mois de persévérance sur ce chemin, dans un épais brouillard, le Seigneur, un jour, sans que je m'y attende, fit irruption dans ma vie et me fit sentir sa présence au fond de mon cœur. C'était le 20 Février 1985, je venais de recevoir une très grande grâce qui orienta ma vie dans une autre direction !

Je me suis mis à lire la vie des saints. Le témoignage de Saint Jean de la Croix me parlait beaucoup. Puis j'ai entrepris la lecture des écrits de la petite Thérèse et des commentaires. Cette lecture fut vraiment pour moi une Bonne Nouvelle ! Thérèse me fit découvrir sa petite voie. Grâce à elle, je percevais que dans sa Miséricorde, Dieu cherchait les "petits" pour les combler de son Amour. Il me suffisait de suivre le chemin tracé par Thérèse, de faire confiance au Seigneur, de me livrer à lui ! C'est lui qui me conduira.

Un grand désir commençait à naître dans mon cœur : celui d'aimer Jésus comme Thérèse l'aimait, et de le faire beaucoup aimer comme Thérèse. J'expérimentais moi-même, de plus en plus, cette Bonne Nouvelle qui était vraiment une Bonne Nouvelle pour les "petits", pour les pauvres, que Dieu aime d'un amour de prédilection ! Je me suis donc engagé sur ce chemin en faisant confiance au Seigneur.

La petite voie de Thérèse est un chemin d'amour, qui conduit à l'amour ; c'est un chemin de confiance et d'abandon, mais c'est aussi un chemin de pauvreté et d'humilité profonde ! Depuis treize ans, je me laisse ainsi guider par Thérèse et conduire par le Seigneur. Je découvre aujourd'hui que Dieu dépasse toujours notre attente et que sa Miséricorde pour nous, pauvres pécheurs, est inépuisable. Nous n'aurons jamais trop de confiance en elle. Ce qui pla t au Bon Dieu dans ma petite ~~disait~~ Thérèse, c'est de me voir aimer ma pe

titesse et ma pauvreté, c'est l'espérance aveugle  
sa Miséricorde !

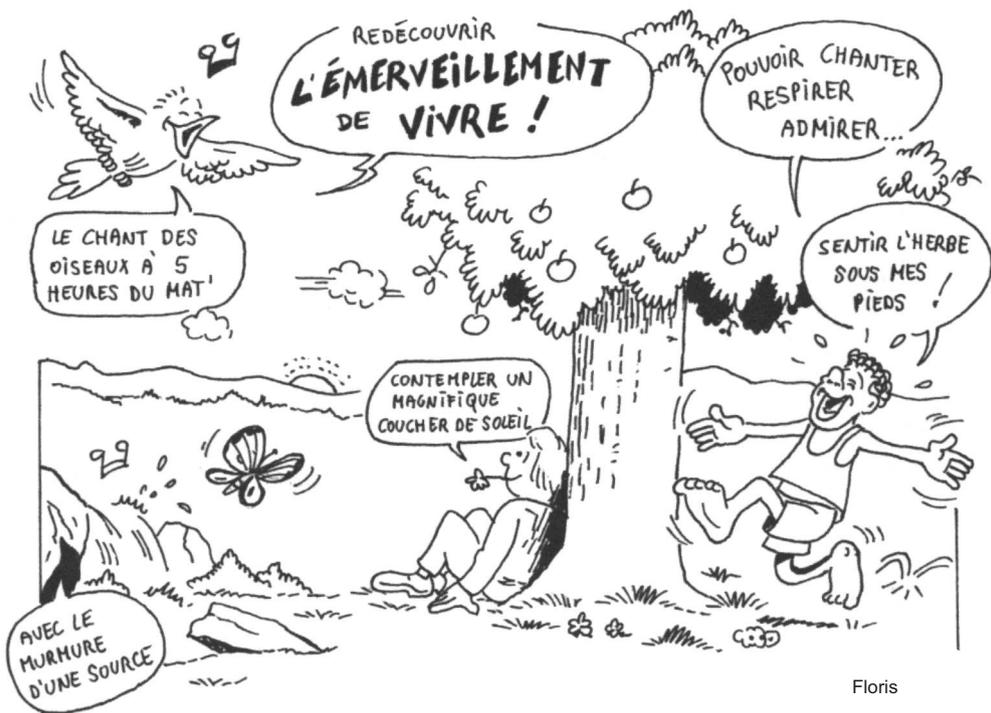
Au cours d'une retraite dans un Carmel d'Espagne, j'ai reçu encore une grande grâce. Depuis celle de 1985, près de quatorze ans se sont écoulés. Quatorze années de purification lente mais réelle. Ici le Seigneur a comme enlevé de mon cœur le gros obstacle qui m'empêchait jusqu'à présent de boire à la source d'eau vive dont parle Sainte Thérèse d'Avila, de m'oublier et de "sortir" vraiment de moi-même pour aimer vraiment Jésus et mes frères. Après bien des hauts et des bas dans ma vie de prière, c'est donc, pour moi aujourd'hui, comme un nouveau départ sur le chemin de l'oraison, de cette oraison qui permet à Dieu de nous pénétrer, de nous envahir, de nous transformer en Lui-même par le feu de son Esprit, afin que nous devenions de plus en plus conformes à son Fils Jésus, et que nous devenions des signes de sa tendresse et de sa miséricorde pour les pauvres, les petits, les malades, les pécheurs. Le but de l'oraison ne consiste-t-il pas en effet à nous laisser progressivement envahir par la Miséricorde divine ?

Jean Marie

### Exercice

Vers minuit, Paul et Silas, en prière, chantaient de Dieu ; les prisonniers les écoutaient. Tout produisit un si violent tremblement de terre que les murs de la prison en furent ébranlés. A l'instant les portes s'ouvrirent, et les liens de tous les prisonniers se rompirent. (Actes 16, 26)

Choisir un temps et un lieu dans la journée où vous pouvez être seul. Prendre un temps (vous pouvez commencer par cinq minutes) pour louer à voix haute. Soyez libre, quittez



Floriss

les regards extérieurs et tournez-vous (juste pour ce petit moment) exclusivement vers Dieu. Beaucoup se demandent pourquoi louer ? Hé bien, le louer pour le louer, pour son amour, sa gloire sa beauté, sa victoire... La louange nous libère et ouvre les portes de notre cœur !

Demandez à l'Esprit-Saint de prendre le relais.

Choisissez un psaume dans votre Bible ou prenez le Magnificat 1, 46. Commencez à le lire ou à le psalmodier à haute voix. Ouvrez la bouche, bougez vos lèvres. Considérez la louange comme un sport pour lequel il faut s'entraîner, au début les muscles sont peu vigoureux, mais plus le temps passe plus l'effort est facile. Ensuite (avec l'habitude) vous pourrez "quitter" le texte pour chanter vous-même votre propre louange.

Certains témoignent qu'après avoir loué à voix haute, ils se

mettent même à danser pour Dieu.

Voici l'exercice de votre guérison ; vous verrez que petit à petit votre relation à Dieu, aux autres, avec vous-même vont changer, car Dieu habite la louange de l'homme, et quand Dieu est là rien n'est impossible.

Voir aussi l'exercice guérir par la Parole page 269.

#### Bonnes Résolutions

- Aujourd'hui, prends dans un temps de méditation la ferme résolution de réaliser le projet que Dieu a pour toi : devenir saint(e) à Ses Yeux.

- Surtout pas par tes propres forces, mais par ta capacité à laisser Jésus vivre en toi, par toi, avec toi et pour toi. Alors, demande la grâce de l'abandon de toutes tes résistances pour accueillir la grâce de Sa totale volonté d'amour pour toi.

- Je prends la décision de lire la Bible chaque jour. Pour commencer nous vous conseillons les évangiles ou les textes de saint Paul.

#### Prière

Acte d'offrande et d'abandon d'une maman

Père très saint, tu m'as appelée, me voici...

Tu m'as donné la vie par amour,

Par mon baptême, plongée dans la mort

et la résurrection de ton Fils Jésus,

mon Seigneur et mon Dieu,

tu as fait de moi ton enfant

Et tu m'as remplie de ton Esprit Saint

pour me sanctifier et me conduire à toi...

Loué sois-tu Père.

Tout ce que j'ai, tout ce que je suis,  
vient de Toi de ton amour pour moi  
Je voudrais te rendre amour pour amour  
et combler ton cœur de Père.

Je n'ai que moi à t'offrir,  
rien que ces biens reçus de Toi...  
prends-les Seigneur, prends-les tous  
car tous t'appartiennent.

Je m'offre à toi sans retour,  
je m'abandonne toute entière à toi.  
Je te livre mon intelligence, ma volonté,  
mon affectivité, mon corps et mon âme.  
Je te livre ma mémoire et mes espérances.  
Que ma volonté se fonde entièrement dans la tienne;  
que ta Volonté soit "fête" pour moi chaque jour,  
que je n'aie d'autres désirs que les tiens.

Je veux te ressembler chaque jour davantage,  
ô Jésus, mon bien-aimé.

Je veux Seigneur, par ta grâce,  
faire mienne cette parole de Saint Paul aux Galates :

Ce n'est plus moi qui vis  
c'est le Christ qui vit en moi.  
Ma vie dans la chair,  
je la vis dans la foi  
au Fils de Dieu qui m'a aimé  
et s'est livré pour moi

(Ga 2,20)

Cependant, Seigneur,  
je connais ma faiblesse, ma misère,  
mes incapacités et mon inconstance,  
aussi je ne m'appuie pas sur ma fidélité  
mais sur la tienne.  
Puisque tu es venu sauver ce qui était perdu,  
je m'appuie sur ta promesse.  
Et pour que, malgré mon péché,  
je te laisse toute liberté d'agir avec moi  
selon ton bon plaisir,  
je me confie à la tendresse de Marie,  
ma Reine et ma Maman,  
à la protection de mon ange gardien  
et à l'intercession des anges  
et de tous les saints.

Amen

Une maman après le suicide de son fils

Bn̄diction

(Si possible haute voix)

Beaucoup disent: "Qui nous fera voir le bonheur?"  
Fais lever sur nous la lumière de ta face.  
Seigneur, tu as mis en mon cœur plus de joie  
qu'aux jours où leur froment, leur vin nouveau d'œ.  
En paix, tout aussitôt, je me couche et je dors:  
c'est toi, Seigneur, qui m'as établi part, en sbr

(Psaume 4, 8)



Photo : Joe Mixan

Je serai guéri

## ETAPE 11

# GUERISON ET UNION Une vie d'union avec Dieu

### Introduction

Maintenant que nous sommes convertis, que nous avons pardonnés et que nous sommes purifiés par le Seigneur, il nous faut rentrer davantage dans l'adoration pour nous remplir en surabondance de la grâce de Dieu, pour l'union avec Celui qui est Amour.

Mais c'est au Moyen Âge que s'impose véritablement la mystique de l'union à Dieu par amour, avec la grâce du Christ. Saint Bernard de Clairvaux au XII<sup>ème</sup> siècle, puis saint François d'Assise et sainte Catherine de Sienne au XIV<sup>ème</sup> siècle ne cesseront de crier les exigences de l'amour de Dieu. Les grands mystiques espagnols de l'ordre du Carmel dominent le XVI<sup>ème</sup> siècle : sainte Thérèse d'Avila conçoit sa vocation religieuse comme un mariage spirituel, et sa thématique de l'itinéraire ascétique, toujours inachevé vers

Dieu, sera également au centre de la mystique de Jean de la Croix. Le XVII<sup>ème</sup> siècle connut un affrontement d'écoles, les unes privilégiant l'ascèse, les autres - le quiétiste - l'abandon à Dieu. Le but de la vie est de retrouver la présence de Dieu en son cœur et de connaître ainsi une paix intérieure fondée sur la certitude de son amour.

Dès la première phrase du prologue de *La Montøe du Carmel*, Jean de la Croix propose à l'âme d'arriver à la divine lumière de l'union parfaite avec Dieu par amour, autant qu'elle est possible en cette vie. Jean rappelle souvent ce but, sans manquer de préciser que le passage par la Nuit est incontournable. Les premiers pas sont donc orientés vers cette contemplation obscure ; elle implique une sortie et une entrée, une traversée... mais l'on marche pour arriver...

Laissons le Christ s'exprimer à travers nous : Tel un instrument, tiens-toi tout prêt pour la main de l'artiste : pas les cordes se détendre et s'amollir sous l'effort ; si tu ne tiens pas, ne deviens pas une cythare inutilisable. Sers-tu bien, tends-les pour le chant. Rends-toi digne des mains qui se serviront de toi !..

Si le Christ se met à jouer sur ton instrument, alors le Saint-Esprit viendra sûrement et le miracle, qui dépasse tous les autres, se manifestera : la charité !

(Saint Jean Chrysostome, Homélie 8.7)

Quand il y a union d'amour, il est vrai de dire que l'aimé vit en l'amant, et l'amant en l'aimé. Et l'amour opère une telle ressemblance en la transformation des amants, qu'on peut dire que chacun est l'autre, et que tous deux sont un, parce qu'en l'union et la transformation d'amour, l'un se donne et

s'échange pour l'autre. Chacun se laisse, se donne, et s'échange pour l'autre, et ainsi chacun vit en l'autre, et l'un est l'autre, et les deux sont un par transformation d'amour.

C'est cela que saint Paul a voulu donner à entendre quand il a dit : Ce n'est plus moi qui vis, mais le Christ qui vit en moi. (Gal 2,20).

Ceci se fera parfaitement au Ciel en vie divine en tous ceux qui mériteront de se voir en Dieu ; parce qu'étant transformés en Dieu, ils vivront une vie de Dieu et non pas leur vie, bien qu'aussi ils vivront leur vie, puisque la vie de Dieu sera leur vie. Et alors ils diront en vérité : Nous vivons, mais non pas nous autres, c'est Dieu qui vit en nous. Cet état céleste peut toutefois s'ébaucher ici-bas. Et Dieu trouve alors sa joie en l'âme accueillante à sa volonté ; le bonheur de l'époux et celui de l'épouse ne font qu'un.

La Parole de Dieu (en possible haute voix)

\* Les béatitudes (Mt 5, 3-10)

Heureux ceux qui ont une me de pauvre, car le Royaume des Cieux est leur.

Heureux les doux, car ils posséderont la terre.

Heureux les affligés, car ils seront consolés.

Heureux les affamés et assoiffés de la justice, car ils seront rassasiés.

Heureux les miséricordieux, car ils obtiendront miséricorde.

Heureux les purs de cœur, car ils verront Dieu.

Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés à la paix.

Heureux les persécutés pour la justice, car le Royaume des Cieux est leur.

\* Depuis le jour où nous avons entendu parler de vous dans le Christ, nous ne cessons pas de prier pour vous et demandons Dieu de vous combler de la vraie connaissance de sa volonté, en toute sagesse et intelligence spirituelle. Ainsi votre conduite sera digne du Seigneur, et capable de toujours lui plaire ; par tout ce que vous ferez de bon, vous porterez du fruit et vous progresserez dans la vraie sagesse de Dieu.

Vous serez puissamment fortifiés par la puissance de la gloire, qui vous donnera la persévérance et la patience. Avec joie, vous rendrez grâce à Dieu le Père, qui vous a rendus capables d'avoir part, dans la lumière, à l'honneur de son peuple saint.

(Colos. 1,9-14)

Approfondissement

«Moi, si j'avais commis tous les crimes possibles, j'ai toujours eu la même confiance, car je sais bien que cette multitude de fautes n'est qu'une goutte d'eau dans un brasier ardent», nous dit la petite Thérèse. Voilà la voie royale de l'union à Dieu ! La voie des petits comme Thérèse, la voie de tous ceux qui se trouvent pauvres et démunis devant la lourdeur de notre humanité. Saint Jean de la Croix, qui se trouvait une fois emprisonné tout en haut d'une tour, aperçut par ses barreaux un galant venu chanter la sérénade sous la fenêtre de sa douce. Il lui chantait : je meurs d'amour pour toi et elle, ouvrant ses volets de répondre - h0 bien meurs ! Jésus est venu sur la terre pour nous annoncer son amour infini, et nous lui avons répondu : h0 bien meurs ! Dieu nous dit que même la mort ne peut être un obstacle à son amour.

Il entend le cri de l'homme qui dit : je n'ai rien demandé, pour  
quoi ne m'as-tu pas laissé ~~Ces cris sont~~ parfois  
profondément enfouis en nous-même.

A cette voix désespérée, à cette voix de l'homme en détresse,  
Dieu répond : je brûlais de te faire partager les dons  
mon amour, je brûlais de t'aimer, de pouvoir t'en  
rir, te bénir...

Accueillir cette parole de Dieu, c'est comme faire sept fois  
le tour des murailles pour qu'elles s'effondrent, c'est comme  
faire descendre le Ciel sur notre terre, c'est l'homme qui se  
réconcilie avec son père. C'est le chemin de l'union retrouvée.  
Le fils prodigue a dû être bien étonné à son retour, de voir  
que son père lui réservait les meilleurs plats, les plus beaux  
bijoux. S'il l'avait découvert avant, peut-être ne serait-il ja-  
mais parti, peut-être n'aurait-il jamais désiré partager la nour-  
riture des cochons...

Nous avons coutume de dire que Dieu écrit droit avec des  
lignes courbes. ~~Le~~ chemin tortueux qu'a emprunté le fils pro-  
digue a transformé son cœur, renouvelé son amour, l'a in-  
vité à se découvrir aimé au-delà de ses espérances.

Dieu nous désire comme le fiancé et la fiancée du cantique  
des cantiques. Mais parfois la voix du fils aîné s'élève en  
nous-même : comment, et moi tu ne me fais pas la fête  
moi qui suis resté fidèlement près de toi..  
Et Dieu de nous répondre encore : mais toi, tu es toujours  
avec moi, et tout ce qui est moi est toi...

L'union commence lorsque ces deux chemins en nous se  
trouvent réconciliés. Mettons-nous à l'écoute de chacune  
d'elles, afin qu'arrivant au terme de ce petit chemin de gué-  
rison, nous ne laissons rien derrière nous.

Ainsi, notre union à Dieu portera en nous et par nous, les fruits du Saint-Esprit, et nous pourrons avec sainte Thérèse d'Avila, chanter : Dieu seul suffit.

L'union est un don mutuel où chacun est là pour l'autre, dans un commerce d'amour gratuit, un lieu où toutes les voix se taisent pour laisser place au *fia* il y a alors une telle connivence entre l'homme et Dieu, qu'un seul regard suffit pour tout se dire... Dans nos communautés nous trouvons souvent cette petite phrase près de nos chapelles l'amour du silence même au silence de l'amour

Lorsque le Seigneur dit : la moisson est abondante et les ouvriers sont peu nombreux, nous pouvons aussi l'attribuer à notre vie d'union. En effet, celle-ci embellit la moisson et harmonise la récolte. Alors, soyons des ouvriers de l'union à Dieu, sûrs que nous porterons ainsi de nombreux fruits, bien plus que par nos œuvres. Que celles-ci découlent de notre intimité avec le Seigneur, alors nous verrons des miracles dans nos vies et autour de nous.

Rappelons-nous que nous n'avons qu'une seule vie !

Aimer c'est tout donner et se donner, chante avec moi Thérèse de l'Enfant-Jésus.

Donnons-nous totalement à l'Amour dès maintenant.

Prenez, Seigneur, et recevez toute ma liberté, ma mémoire, mon intelligence et toute ma volonté ; tout ce que je possède. Vous me l'avez donné ; Vous, Seigneur, je le rends. Tout est votre, disposez-en selon votre volonté. Donnez-moi votre amour et votre grâce et cela vous suffit.

Saint Ignace de Loyola, Exercices spirituels, Contemplation

## TØmoignage

Parler de ma vie d'oraison, c'est parler à la fois de la bonté de Dieu à mon égard et de l'importance de mes frères chrétiens dans ma vie spirituelle. Il y a quinze ans, peu satisfaite de la vie que je menais, je suis allée me confesser. Pénitence : dix minutes de prière par jour. L'horreur, je m'en souviendrai toute ma vie ! Pendant un an, j'ai ramé pour trouver dix minutes dans la journée, cesser toute activité, essayer de penser à Dieu.

J'ai bien cru ne jamais pouvoir y arriver !

Et pourtant à force d'encouragements et d'efforts, à la fin de l'année, j'avais réussi à être fidèle à ce temps pour Dieu. L'aide de ce frère, prêtre en l'occurrence, a été capitale. Sans lui je n'aurais jamais persévéré ni même entrepris une pareille aventure.

Car c'est bien d'une aventure dont il s'agit et qui ne finit jamais de surprendre. Le Seigneur attend, en effet, que nous nous taisions quelques instants dans la journée et restions en paix devant Lui pour pouvoir nous parler dans le silence et nous instruire peu à peu. J'aime bien cette phrase de Michel Boujenat : On parle souvent du silence de Dieu mais jamais de la surditØ des hommes

Dix minutes par jour : ce qui me semblait être un point d'arrivée n'était, en fait, qu'un point de départ ! Alors que je considérais encore tous les efforts que j'avais faits, le Seigneur se révélait à moi comme le Dieu d'Abraham, d'Isaac et de Jacob, mon Dieu. Pendant la deuxième année, combien le Seigneur ne me combla-t-il pas de sa joie, de sa ten-

dresse jusqu'à ce qu'insensiblement, je veuille prolonger ce temps avec lui et le placer en début de journée. C'était mon rendez-vous d'amour avec le Seigneur : ce temps me paraissait si important qu'il ne pouvait qu'être placé avant toute autre activité.

Au bout de la deuxième année, je priais chaque matin une demi-heure et cela régulièrement pendant huit ans.

Quand le prêtre avec qui je faisais le point régulièrement quitta la paroisse, je cherchais de l'aide auprès d'une carmélite, sachant qu'au Carmel se trouvaient des maîtres de prière, tels Ste Thérèse d'Avila, St Jean de la Croix, etc...

J'écoutais les conseils avec avidité, notais tout sur un petit carnet et m'en servais dans la prière avec beaucoup de confiance. La prière à ce moment-là, quels qu'aient pu être mes états d'âme, commençait à être la grande affaire de ma vie, le cœur à cœur avec mon Dieu et mon Père, avec Jésus mon Sauveur dans la force et la joie de l'Esprit; premier moment de la journée, car on ne fait pas attendre le Seigneur. Je me rendais bien compte aussi que la prière irriguait peu à peu tout le reste de ma journée et me transformait peu à peu. Au bout de ces huit années, je me suis aperçue que je ne priais plus une demi-heure mais 3/4 d'heure. Je n'y étais pour rien ; ce n'était pas le fruit d'une résolution que j'aurais prise mais seulement l'effet de la tendresse du Seigneur qui voulait me garder un peu plus longtemps avec lui. J'en ai été si touchée, si heureuse que je lui ai donné aussitôt le quart d'heure supplémentaire !

Je n'ai pas parlé du contenu de ma prière. Je pense que c'est personnel comme toute relation d'amour. Et puis, il y aura, il me semble, autant de prières différentes que de personnes différentes. Bien sûr il y a des moments d'aridité, de sé-

cheresse, de doute ; c'est pourquoi je suis convaincue du rôle indispensable d'un frère ou d'une sœur pour aider, conseiller, guider...

Je dirai , en conclusion, qu'il me semble que c'est mal poser le problème que de le poser à partir de soi : je n'ai pas le temps, je ne sais pas quoi dire, etc...

Il est à poser à partir de Dieu. Notre Dieu et Père, qui nous donne la vie, Jésus notre Sauveur désirent s'entretenir avec nous, nous dire leurs secrets d'amour, nous combler de leur tendresse et de leur lumière. Comment oserions-nous les ignorer et leur dire non ?

Christine - mariée - 4 enfants

## MØtaphore

\* Pourquoi bønir ceux qui nous agresse

Le "sage" rapportait à un groupe d'élèves que la bonne action la plus profitable consistait à prier pour ses ennemis, et qu'en les maudissant, on se faisait beaucoup plus de mal à soi qu'en les bénissant. Un des élèves avoua ne pas comprendre, puisqu'une malédiction bien visée pouvait détruire un ennemi.

Alors Tierno utilisa la parabole des oiseaux blancs et noirs : « Imaginez, dit-il, deux murs face à face, chaque mur étant percé d'une multitude de petits trous où nichent des oiseaux noirs et blancs. Les premiers sont nos mauvaises pensées ou paroles, les deuxièmes nos bonnes pensées ou paroles. Les oiseaux, comme les trous, ont des formes légèrement différentes : les noirs ne peuvent entrer que dans les trous noirs, les blancs

ne nicher que dans les trous blancs. »

Puis Tierno imagine deux hommes qui se considèrent comme ennemis, Ali et Youssouf. Un jour, persuadé qu'Ali fomenté du mal contre lui, Youssouf lui décoche une mauvaise pensée. Par cet acte, il lâche un oiseau noir, qui libère du même coup un trou de la même couleur. La pensée-oiseau noire de Youssouf s'envole vers le mur d'Ali, à la recherche d'une niche noire inoccupée adaptée à sa forme. Imaginons maintenant qu'Ali n'a pas répliqué en envoyant une mauvaise pensée (oiseau noir). Donc aucune niche noire ne sera libre. Ne trouvant d'endroit où nicher, l'oiseau noir de Youssouf reviendra vers son trou d'origine, ramenant le mal dont il était chargé.

N'ayant pas réussi à faire de mal à Ali, il en fera à Youssouf, car le mal ne reste jamais inactif, même (et surtout) à l'égard de celui qui lui donne naissance.

Si par contre, Ali rentre dans le jeu de son adversaire présumé (car tout ceci se déroule au niveau subjectif, dans l'imagination des deux hommes), et émet lui aussi une mauvaise pensée, il libère du même coup un trou noir dans lequel l'oiseau noir de Youssouf pourra se loger et déposer une partie de la charge de mal dont il est porteur. Dans le même temps, la pensée agressive d'Ali se sera envolée vers le mur de Youssouf et aura déposé sa charge de haine dans le trou libéré par l'oiseau noir de Youssouf. Ainsi les deux oiseaux noirs auront atteint leur but et contribué à détruire la personne à laquelle ils étaient destinés.

Mais, ajouta Tierno, une fois leur tâche accomplie, ils reviendront chacun à leur nid d'origine, car il est dit : « toute chose retourne à sa source ». Le mal dont ils étaient chargés n'étant pas épuisé, ce mal se retournera contre leurs auteurs.

L'auteur d'une mauvaise pensée, d'un mauvais souhait ou d'une malédiction est donc atteint à la fois par l'oiseau noir de son ennemi et par son propre oiseau noir.

La même chose se passe bien sûr avec les oiseaux blancs. Si quelles que soient les circonstances, nous n'envoyons que de bonnes pensées, des bénédictions, alors même que notre ennemi nous envoie juste le contraire, ses oiseaux noirs ne trouveront pas où se loger, et nos oiseaux blancs reviendront à nous, renforcés et stimulés par l'exercice qu'ils auront eu en volant dans les cieux souvent agités de la pensée humaine. Mais les oiseaux noirs de notre opposant retourneront au plus vite chez leur expéditeur.

« Ainsi, conclut Tierno Bokar, si nous n'émettons que de bonnes pensées, aucun mal, aucune malédiction ne pourront jamais nous atteindre dans notre être.

C'est pourquoi il faut toujours bénir ses amis et ses ennemis. Non seulement la bénédiction va vers son objectif pour y accomplir sa mission d'apaisement mais encore elle revient vers nous, un jour ou l'autre, avec tout le bien dont elle était chargée ».

C'est pour cela qu'aimer inconditionnellement est l'activité la plus importante dans tout l'univers, la plus apte à

produire le bonheur le plus profond! Si le fond de notre être est amour, alors aimer est simplement l'expression la plus authentique, la plus naturelle de notre identité profonde. Et ce faisant, nous découvrons que c'est aussi un merveilleux chemin vers le bonheur, la santé et la plénitude totale.

Parole d'un sage africain contemporain nommé Tierno Bokar.

Petite histoire sainte

\* Marthe Rob **(1902 - 1981)**

C'est à l'âge de vingt ans que Marthe Robin se sent appelée, à l'instar de tous les grands mystiques, à offrir sa vie pour la conversion des pøcheurs et la sanctification des Elle rédige un acte stipulant son abandon total à Dieu.

Comme pour tous les grands martyrs, il nous faut aborder la notion de sacrifice non comme le fruit d'une volonté divine, mais comme un don d'Amour librement choisi par le mystique, une offrande de tout son être pour prendre sur lui la négativité du monde. Aussi, lors d'une vision, Marthe reçoit les stigmates du Christ qui lui confirment, en quelque sorte, sa vocation. Chaque vendredi, elle revit la passion de Jésus-Christ et connaît alors la plus grande des souffrances qui est l'abandon suprême résultant du manque d'Amour de l'humanité. C'est pour cela qu'elle disait : La souffrance est l'øcole incomparable du vøritable Amour.

Malgré sa paralysie qui ne cesse de progresser, Marthe

Robin rédige ses réflexions, entretient des correspondances, reçoit des visiteurs toujours plus nombreux, auxquels elle donne le goût de l'effort et de la résurrection permanente. Toujours pleine d'humour et de bon sens, elle fortifie chacun de ses visiteurs. En 1936, elle invite de "la part de Dieu" le Père Finet à fonder un "foyer de charité, de lumière et d'amour" pour accueillir des retraites spirituelles.

Il sera le premier de la soixantaine d'autres foyers qui, depuis, ont vu le jour à travers le monde. Aujourd'hui, ces communautés accueillent et regroupent des hommes et des femmes qui, à l'exemple des premiers chrétiens, mettent en commun leurs biens matériels, intellectuels et spirituels.

Outre ses souffrances qui ne cessent d'augmenter, Marthe connaît aussi les persécutions démoniaques à la suite desquelles on la retrouve blessée et versant des larmes de sang ; le démon cherchait, disait-elle, à lui faire croire que sa souffrance ne servait à rien...

Mais revivifiée par l'Amour inconditionnel qui l'anime, et encouragée par les apparitions régulières de Jésus et de la Vierge Marie, elle ne renonce jamais. Elle restera, pendant plus de cinquante ans, alitée, sans dormir, sans boire et ne se nourrissant que de l'Eucharistie et prodiguant à tous l'amour du Christ qui vit totalement en elle.

Je veux, en m'oubliant, faire aimer Dieu aux hommes et aux femmes, sans compter, donner toujours, disait Marthe Robin, sans doute une des plus grandes mystiques de notre temps.

## Exercice

Dans une position confortable, prendre un temps pour localiser en nous le sentiment de manque.

Où est-ce que je le sens dans mon corps ?

Puis se demander : si ce sentiment était un objet, une image, un paysage que serait-il ?

Déposer cette image (en faisant semblant, comme dans un jeu d'enfant) dans votre main gauche.

Faites le même exercice pour le sentiment de confiance, ce sentiment que vous connaissez en une partie de vous...

Placez-le dans votre main droite. Ça y est ?

Vous avez vos deux images ?

Bien.

Vous allez faire dialoguer les deux images, chacune demandant à l'autre de quoi elle aurait besoin pour se rapprocher de l'autre. Vous savez que le Ciel est là, vous pouvez donner à l'une et à l'autre tout ce dont elle a besoin, la présence de Marie, de saint Joseph... Ce dialogue va durer jusqu'à ce que les deux parties se touchent paisiblement.

A ce moment-là, réunissez vos deux mains l'une dans l'autre, et remontez-les jusque sur votre poitrine. Laissez monter tout ce qui vient en accueillant ce moment.

La confiance vient alors remplir en vous tout l'espace de vide et de manque.

## Bonne Résolution

Aujourd'hui, prends la décision de donner un peu de temps personnel chaque jour pour un cœur à cœur avec le Seigneur. Ne cherche pas à donner trop de temps, mais de l'intensité et de la fidélité à cette prière.

Prière - chant

Aimer c'est tout donner

Paroles : Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus / Saint Paul

Musique : Frère Ephraïm

Aimer c'est tout donner  
Et se donner soi-même !

1 - Quand je parlerais les langues des hommes et des anges  
Si je n'ai pas l'amour, je suis comme l'airain qui sonne  
Ou la cymbale qui retentit.

2 - Si je prophétisais et connaissais tous les mystères  
Si j'avais la foi à transporter les montagnes  
Sans l'amour je ne suis rien.

3 - Quand je distribuerais ce que je possède en aumônes  
Et si je livrais mon corps à brûler dans les flammes  
Cela ne me sert de rien.

Bénédiction

(Si possible haute voix)

Le Seigneur ouvrira pour toi les Cieux, son trésor  
pour donner en son temps la pluie ton pays, et  
toutes tes œuvres.

Deutéronome 28,13

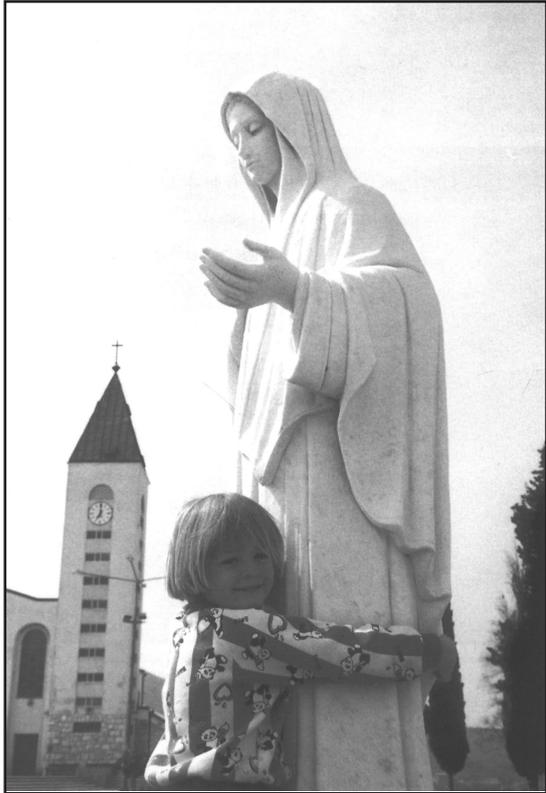


Photo : Joe Mixan

Je serai guéri !

## ETAPE 12

# GUÉRISON ET UNION L'acquisition du Saint-Esprit

### Introduction

Dieu est Amour : celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu et Dieu demeure en lui (1 Jean 4)

Au terme de ce chemin de guérison, comme saint Jean, nous pouvons placer, en esprit et en vérité, notre tête sur le Cœur de Dieu. Sur le Cœur du Fils ou du Père Lui-même où nous pouvons dire jour après jour « tout est accompli, je veux demeurer en Toi, pour goûter Ton Amour, m'abreuver jour après jour à la source de Ta grâce afin de la transmettre à moi. Faire Ta volonté pour recevoir et Te donner. Dans l'union à Dieu, nous vivons sur le Cœur du Père. Nous allons nous tourner à chaque instant vers Lui, nuit et jour nous blottir sur Son Cœur pour l'écouter, Lui parler ou simplement rester là paisible dans son Amour. "Je tiens mon âme en paix et silence, comme un petit enfant contemplant son Père." (1 Jean 1)

La dépendance

Nous allons laisser St Séraphim de Sarov nous développer un peu plus loin l'acquisition du Saint-Esprit, mais d'ores et déjà nous comprenons que le but de notre vie est d'entrer dans cette "dépendance" de Dieu. Quitter les béquilles et les dépendances de ce monde pour vivre la vraie vie, la vie d'enfant de Dieu. Nous l'avons dit au début de ce livre, le but n'est pas de nous « en sortir » tout seul avec nos petits bras, mais bien de laisser Dieu mener et conduire ma vie. « Père, non pas ma volonté mais Ta volonté » (Lc 22, 42) Nous allons maintenant demander, à Dieu, à chaque instant, la grâce de vivre avec Lui, par Lui, en Lui et pour Lui.

Ainsi nous aimons à rentrer dans ce cri du psalmiste : Ne me retire pas ton Esprit-Saint ! (Ps 51,13)

Accepterez-vous de rentrer dans cette folie ? Comme le drogué a besoin de sa dose, comme l'enfant a besoin de sa mère, comme nous avons besoin de l'air pour respirer, nous allons avoir un besoin vital de Dieu à chaque seconde.

Vivre dans une dépendance amoureuse et totale : l'union à Dieu !

Par cette dépendance Dieu va nous donner la vraie liberté ; car entrer dans Sa volonté n'est pas une régression ou un rétrécissement de notre vie, mais au contraire c'est l'ouverture qui nous rend notre pureté et notre coeur d'enfant : Il appela à lui un petit enfant, le plaça au milieu d'eux et dit : "En vérité je vous le dis, si vous ne retournez l'øta vous n'entrerez pas dans le Royaume des Cieux. Qui se fera petit comme ce petit enfant-l , celui-l es grand dans le Royaume des Cieux. (Matthieu 18, 3)

Ainsi le chemin vers Dieu n'est pas une montée mais bien une descente en nous-même où nous allons rencontrer Celui qui Est, qui était et qui vient !

La charité active

Petits enfants, n'aimons ni de mots ni de langue, actes et en vérité. (1Jean 3)

Comprenons bien. Nous ne sommes pas plus grands que Jésus notre bon maître et notre guide. Si Dieu nous a créés, s'Il nous donne de vivre cette vie sur la terre, c'est pour être nous-même Bonne Nouvelle, c'est à dire porteurs de l'évangile, qui est la magnifique lettre d'amour du Père à ses enfants. Donc l'union à Dieu ne consiste pas à vivre dans une sorte de passivité-méditative, mais bien, comme Jésus, de mettre en acte la Parole de Dieu.

Alors le Roi dira ceux de droite : Venez, les béatitudes, recevez en héritage le Royaume qui vous a été promis depuis la fondation du monde. Car j'ai eu faim et vous m'avez donné à manger, j'ai eu soif et vous m'avez donné à boire, j'étais un étranger et vous m'avez accueilli, j'étais nu et vous m'avez couvert, j'étais malade et vous m'avez visité, j'étais en prison et vous êtes venus me voir. Alors les justes lui répondront : Seigneur, quand nous est-il arrivé de te voir affamé et de te donner à manger, soif et de te donner à boire, étranger et de te accueillir, malade ou prisonnier et de venir te visiter, nous ne t'avons rien fait. Alors leur fera cette réponse : En vérité je vous le dis, tout ce que vous m'avez fait pour moi, c'est moi que vous l'avez fait. (Matthieu 25, 35)

**Le vrai but de notre vie chrétienne consiste dans l'acquisition de l'Esprit-Saint. Mais qu'est-ce que c'est ?**

## L acquisition de l'Esprit (petite histoire sainte)

C'était un jeudi, écrit Motovilov.

Le jour était gris. La neige recouvrait la terre de plus de quinze centimètres ; il en tombait toujours une épaisse poudre blanche, quand le Père Séraphim (de Sarov) commença l'entretien avec moi sur la proche clairière, à côté de ce même "petit ermitage", en face de la rivière Sarowka, là où la montagne descend près de ses rives.

Il me plaça sur un tronc d'arbre qu'il venait d'abattre et s'accroupit en face de moi.

- Le Seigneur m'a ordonné, dit le grand Staretz, que depuis votre enfance, vous vouliez savoir quel était le but de la vie chrétienne et que vous aviez maintes fois interrogé dessus plusieurs personnages haut placés dans la hiérarchie de l'église.

- Je dois dire que, depuis l'âge de douze ans, cette question m'a continuellement inquiété et, qu'en effet, j'ai posé beaucoup de questions à des personnes de grande personnalité ecclésiastique sans que leurs réponses m'apportassent une satisfaction.

Le Staretz ignorait cela.

- Mais personne ne continua Père Séraphim, ne vous en a donné aucune définition. On vous disait : "Va vers Dieu, agis selon les commandements, fais le bien. Voilà le but de la vie chrétienne". Et certains, même, trouvaient placée votre curiosité et vous répondaient : "Ne cherchez pas au-dessus de ce qu'il t'est donné de comprendre". Parce que ce n'est pas ainsi qu'il aurait fallu vous répondre l'humble Séraphim, vous expliquerai maintenant en quoi consiste véritablement ce but.

La prière, le jeûne, les veilles et autres bonnes  
tiennes, aussi excellentes qu'elles soient en elle  
sont insuffisantes en tant que but, quoiqu'elles  
dispensables pour l'atteindre.

Le vrai but de notre vie chrétienne dans l'acqui  
sition de l'Esprit-Saint de Dieu.

Le jeûne, la prière, la charité et toute bonne ac  
plie au nom du Christ, ne sont que des moyens pour  
acquisition du Saint-Esprit divin.

Remarquez-le bien, petite PÈre, seule une bonne ac  
au nom du Christ apporte les fruits du Saint-Espr  
cela que le Seigneur JÈsus-Christ a dit: " -Celui  
masse pas avec Moi, disperse ! "

Mais pour cela il faut, dès ici-bas, commencer pa  
ritable en Notre Seigneur JÈsus-Christ, Fils de D  
dans le monde sauver les pÈcheurs, et par l'acqui  
l'Esprit-Saint qui introduit dans notre c ur le r  
Dieu et creuse le chemin pour l'obtention de la b  
la vie du siècle venir.

C'est ainsi dans l'acquisition de cet Esprit de D  
side le vrai but de notre vie chrétienne.





## Approfondissement

Les dons du saint-Esprit.

Combien y a-t-il de dons du Saint-Esprit et quels sont-ils ?

Il y a sept dons du Saint-Esprit :

- 1 le don de Sagesse ;
- 2 d'Intelligence ;
- 3 de Conseil ;
- 4 de Force ;
- 5 de Science ;
- 6 de Piété ;
- 7 de Crainte de Dieu.

A quoi servent les dons du Saint-Esprit ?

Les dons du Saint-Esprit servent à nous confirmer dans la Foi, l'Espérance et la Charité ; et à nous rendre prompts aux actes de vertu nécessaires pour acquérir la vie chrétienne.

Qu'est-ce que la Sagesse ?

La Sagesse est un don par lequel, élevant notre esprit au-dessus des choses terrestres et fragiles, nous contemplons les choses éternelles, c'est-à-dire la Vérité qui est Dieu, en qui nous nous complaisons et que nous aimons comme notre souverain Bien.

Qu'est-ce que l'Intelligence ?

L'Intelligence est un don par lequel nous est facilitée, autant que c'est possible pour un homme mortel, l'intelligence de la Foi et des divins mystères que nous ne pouvons connaître par les lumières naturelles de notre esprit.

Qu'est-ce que le Conseil ?

Le Conseil est un don par lequel, dans les doutes et les incertitudes de la vie humaine, nous connaissons ce qui contribue le plus à la gloire de Dieu, à notre salut et à celui du prochain.

Qu'est-ce que la Force ?

La Force est un don qui nous inspire de l'énergie et du courage pour observer fidèlement la sainte loi de Dieu et de l'Eglise, en surmontant tous les obstacles et toutes les attaques de nos ennemis.

Qu'est-ce que la Science ?

La Science est un don par lequel nous apprécions sainement les choses créées, et nous connaissons la manière d'en bien user et de les diriger vers leur fin dernière qui est Dieu.

Qu'est-ce que la Piété ?

La Piété est un don par lequel nous vénérons et nous aimons Dieu et les Saints, et nous avons des sentiments de miséricorde et de bienveillance envers le prochain pour l'amour de Dieu.

Qu'est-ce que la Crainte de Dieu ?

La Crainte de Dieu est un don qui nous fait respecter Dieu et craindre d'offenser sa divine Majesté, et qui nous détourne du mal en nous portant au bien.

Catéchisme de l'Eglise Catholique Chapitre 2  
Accueillons aussi les fruits de l'Esprit-Saint (voir prière page 252)

Petite histoire vraie

\* La transfiguration de Saint S raphim de Sarov.  
(suite et fin de l'entretien avec Motovilov)

- Quand même répondis-je, je ne comprends pas encore comment puis-je être vraiment sûr d'être dans l'Esprit  
ment puis-je en moi-même, reconnaître sa véritable  
?

**Petit Père S raphim répondit :** J'ai d j dit, votre Th ophilie, que c'était fort simple et vous ai raconté d'un  
taill e comment les hommes peuvent être en la plénitude  
l'Esprit-Saint et comment il faut reconnaître son ap  
en nous. Alors, petit père, que voulez-vous de plus

- Il me faut pouvoir le comprendre mieux encore !

**Alors Père S raphim me serra fortement les épaules et dit :**

- Nous sommes tous les deux en la plénitude de l'Esprit  
Saint ! Pourquoi ne me regardes-tu pas ?

- Je ne le puis, car des foudres jaillissent de vos  
face est devenue plus lumineuse que le soleil et mes  
sont broyés de douleur !

- N'ayez pas peur, dit saint S raphim. Vous êtes devenu aussi  
lumineux que moi ; vous êtes aussi, présent, dans  
nitude de l'Esprit-Saint. Autrement, vous n'auriez pu  
ainsi.

**Et inclinant la tête vers moi, il me dit doucement à  
l'oreille :** Remerciez le Seigneur de nous avoir donné Sa  
Gr  ce ineffable. Vous avez vu que je n'ai même pas  
signe de croix ; seulement, dans mon cur, en pensé  
prié le Seigneur Dieu et j'ai dit : "Seigneur, rend  
voir clairement, avec ses yeux de chair, la descente

prit-Saint, comme tu l'as fait voir Tes serviteurs  
 tu daignes apparaître dans la magnificence de ta  
 Et voilà, petit père, Dieu exauça immédiatement la  
 prière de l'humble Sôraphim ! Comment pourrions-nous  
 pas Le remercier pour ce don inexprimable accordé  
 deux ? Réalisez, petit père, que ce n'est pas tous  
 grands ermites que Dieu manifeste ainsi Sa Grâce.  
 mère compatissante, cette Grâce de Dieu a daigné  
 votre cœur douloureux par l'intercession de la Mère  
 elle-même.

Alors, pourquoi ne me regardez-vous pas dans les yeux ?  
 Osez me regarder simplement et sans crainte !  
 DIEU EST AVEC NOUS !

Après ces mots, je regardai sa face et une peur surnaturelle  
 encore plus grande m'envahit. Représentez-vous la face d'un  
 homme qui vous parle au milieu d'un soleil de midi. Vous  
 voyez les mouvements de ses lèvres, l'expression chan-  
 geante de ses yeux, vous entendez sa voix, vous sentez que  
 quelqu'un vous serre les épaules de ses mains, mais vous  
 n'apercevez ni ses mains, ni son corps, ni le vôtre, mais seu-  
 lement cette éclatante lumière qui se propage à plusieurs  
 mètres de distance tout autour, éclairant la surface de neige  
 recouvrant la prairie, et la neige qui continue à nous sau-  
 poudrer, le grand Staretz et moi-même. Qui pourrait imagi-  
 ner mon état d'alors !

- Que sentez-vous ?
- Je me sens extraordinairement bien !
- Mais... comment cela, "bien" ? En quoi consiste-t-il ?
- Je ressens en moi un silence, une paix, telle que je ne puis l'exprimer par des paroles...

- C'est là, votre ~~Thème~~ **Dieu petit Père Séraphim**, cette paix même que le Seigneur désignait Ses disciples qu'Il leur disait: "Je vous donne Ma paix, non comme le monde la donne. C'est Moi Qui vous la donne. Si vous aimez ce monde, le monde aurait aimé les siens. Je vous aimez et le monde vous hait. Prenez courage, car J'ai vaincu le monde !" C'est ces hommes, que le monde hait, Ô Dieu, que le Seigneur donne la paix que vous ressentent présent - "cette paix", dit l'Apôtre, "qui dépasse tout entendement". L'Apôtre désigne ainsi cette paix parce qu'il ne peut exprimer par aucune parole le bien-être que ressentent les cœurs de ces hommes dans le cœur desquels le Seigneur a pris racine. Le Christ Sauveur l'appelle "Sa paix", Sa propre gloire et non de ce monde, parce que l'heureux bonheur terrestre provisoire ne peut donner cette paix. Elle est donnée d'En-Haut par le Seigneur Dieu Lui-même. C'est pourquoi elle se nomme: " LA PAIX DU SEIGNEUR

- Mais que ressentez-vous en plus de la paix ?  
**demanda saint Séraphim.**

- ....une douceur extraordinaire...

- C'est cette douceur dont parlent les Saintes Écritures: "Ils boiront le breuvage de Ta maison et Tu les désalteras par le torrent de Ta douceur". C'est cette douceur qui coule dans nos cœurs et s'écoule dans toutes nos veines et nous rend inexprimable de joie. On dirait qu'elle fait fondre nos cœurs dans les embrassants d'une telle bonté qu'aucune parole ne pourrait la décrire. Et que sentez-vous encore ?

- Tout mon cœur déborde d'une joie indicible.

- Quand le Saint-Esprit **continua saint Séraphim**, descend vers l'homme et le couvre de la plénitude de Ses dons

de l'homme se remplit d'une inexprimable joie, par le Saint-Esprit recrée en joie tout ce qu'Il a effleuré. C'est de cette même joie dont parle le Seigneur dans l'Évangile: Quand la femme enfante, elle est dans la douleur, car son heure est arrivée. Mais, ayant mis au monde un enfant, elle ne se souvient plus de la douleur. tant que l'enfant est grande.. Vous aurez de la douleur dans le monde, mais quand Je vous visiterai, vos cœurs se réjouiront et votre joie ne vous sera point ravie .

Pour autant qu'elle soit consolation, cette joie est présente dans votre cœur, votre Théophile, en comparaison de celle dont le Seigneur lui-même parle dans la voix de Son Apôtre : "La joie que Dieu réserve pour ceux qui l'aiment ne peut être vue, ni entendue, ni ressentie par le cœur de l'homme dans ce monde". Ce ne sont que des "acomptes" de cette joie qui nous sont présentés et si déjà nous ressentons en nos cœurs douceur, paix et bien-être, que dire alors de cette autre joie réservée dans le Ciel nous qui pleurons ici-bas. Ainsi, vous aussi avez assez pleuré dans votre vie sur cette terre, et voyez par quelle joie vous console dès maintenant le Seigneur. Maintenant, petit peuple, c'est nous d'aujourd'hui, nous cumulants les efforts, croissant de force en force pour atteindre la mesure de l'âge (maturité) dans l'accomplissement de l'œuvre du Christ et pour que les paroles du Seigneur s'accomplissent en nous: "Ceux qui patient dans le nom du Seigneur changeront de force, obtiendront puissance, ils seront tels des aigles, s'épancheront sans fatigue, ils ne connaîtront jamais la faim, croissant de force en force". Dieu des dieux leur apparaîtra dans la Sion de sa gloire et de visions célestes".

C'est alors que notre joie actuelle, trop petite et nous sera donnée en sa plénitude sans que personne nous la ravir et elle nous remplira de jouissances inexprimables.

- Que sentez-vous en plus de cela, votre Thophilie ?  
- Une chaleur extraordinaire. ~~répondis-je.~~  
- Comment cela, une chaleur ? Ne sommes-nous pas en pleine forêt, l'hiver, la neige sous nos pieds, qui d'une couche épaisse et continue nous saupoudrer ?  
Quelle chaleur pouvez-vous ressentir ici ?  
- Mais une chaleur comparable à celle d'un bain de vapeur à l'instant où son tourbillon vous enveloppe.

- Et l'odeur que vous sentez, est-elle aussi comme dans les bains ?

- Oh ! que ~~dis-je.~~ Rien sur la terre ne peut se comparer à cet aromate. Quand autrefois j'aimais danser, danser et aux bals, feu ma petite mère me parfumait parfois avec des parfums qu'elle achetait dans les magasins de Kazan. Mais ces parfums ne sont rien en comparaison de ces "aromates".

**Petit Père Séraphim sourit alors agréablement en disant :**

- Je sais, en vérité, que c'est bien ainsi et c'est pourquoi je vous questionne sur ce que vous ressentez ! C'est vrai, votre Thophilie, rien ne peut se comparer au parfum que nous humons actuellement, car c'est l'aromate de l'Esprit-Saint qui nous enveloppe.

Quelle chose terrestre peut lui être comparée ?

Notez bien, votre Thophilie, que vous m'avez dit tout

l'heure, qu'il faisait chaud comme aux bains. Pour garder, la neige qui nous recouvre ne fond point, que celle qui est sous nos pieds : cette chaleur n'est pas dans l'air, mais dans l'intérieur de nous-mêmes. Cette chaleur que l'Esprit-Saint nous fait demander dans la prière, quand nous clamons vers Dieu: "Que Ton Saint-Esprit me réchauffe !"

Réchauffés par cette chaleur, les ermites ne craignent pas le froid de l'hiver, habillés comme par des pelisses dans un vêtement tissé par la Grâce de l'Esprit-Saint.

Et c'est ainsi que les choses doivent être en nous. La Grâce divine doit habiter au plus profond de notre cœur, comme l'a dit le Seigneur: " LE ROYAUME DES CIEUX EST EN VOUS ".

Et, par le " Royaume des Cieux ", le Seigneur entend la Grâce de l'Esprit-Saint. C'est ce "Royaume des Cieux" qui se trouve présent en nous, et la Grâce de l'Esprit-Saint nous réchauffe aussi de l'extérieur et nous environne de divers parfums et réjouit nos sens délicats, désaltérant nos cœurs d'une inexprimable douceur. Notre État actuel est celui-là même dont l'Apôtre dit: " le Royaume de Dieu n'est point nourriture ou breuvage, mais la vérité et la joie en l'Esprit-Saint ".

Notre foi consiste non pas dans "des paroles de la terre terrestre mais dans la manifestation de la Force de l'Esprit". Nous sommes actuellement avec vous dans ce "Royaume des Cieux". C'est de cet État précis que le Seigneur Dieu dit: "Ici présents ne goûteront point la mort avant d'arriver au Royaume des Cieux venir en "Force".

Voilà, votre Théoophilie, quelle joie incomparable ! Dieu nous accorde ! Voilà ce que signifie "Être dans la plénitude de l'Esprit-Saint", et c'est cela qu'entendait le pharaon d'Égypte quand il écrivait : "Je fus moi-même dans la plénitude de l'Esprit-Saint".

Maintenant le Seigneur nous a, nous aussi, humbles et nous sommes, remplis de cette plénitude de son Saint Esprit. Eh bien, votre Théoophilie, il me semble que pour vous n'allez plus m'interroger sur la façon dont se manifeste dans les hommes, la présence de la grâce de l'Esprit

Témoignages (2 textes)

**\* Voici un extrait du témoignage de Christine :**

L'Épreuve

Lorsque le médecin m'a annoncé le diagnostic, ça a été le choc. Terrible ! Cancer. Le mot que je redoutais le plus. Il m'a alors encouragée à démarrer rapidement le traitement à base de médicaments et de chimiothérapie, ce que j'ai fait aussitôt. Rentrant chez moi, j'ai crié vers le Ciel... C'est alors que j'ai eu l'idée de vous demander le livre *Je serai guéri afin de faire*, parallèlement au traitement médical, un travail de guérison intérieure sur moi-même.

Les semaines, puis les mois ont passé entre l'hôpital et ma maison. Là, dans un petit coin aménagé, j'ai remis toute ma vie au Seigneur, faisant un vrai chemin de

conversion. J'ai pris du temps pour écrire et me réconcilier avec moi-même, avec mon entourage et avec Dieu. Dépouillée, je voulais Le laisser me purifier pour mieux m'unir à Lui. Dans cette nuit noire, je désirais à la fois tout donner et tout accueillir de mon Créateur, car Lui seul pouvait me donner la guérison de l'âme. Durant ce cheminement, durant cette épreuve, je sentais progressivement la grâce divine envahir tout mon être. Le 2 février dernier, lors de ma nouvelle visite dans le bureau du médecin, il m'a annoncé la bonne nouvelle tant espérée : je suis guérie !

#### Le cadeau

Il est étonné lui-même de la rapidité de la guérison et de l'efficacité des médicaments !

Je ne lui ai rien dit, mais je sais que tout le travail sur moi-même, tout cet accueil de la grâce a été déterminant dans l'efficacité de la chimiothérapie. Allez-vous me croire ? Maintenant après un temps de recul, j'en suis rendue à rendre grâce à Dieu pour cette épreuve ! Oui, car ma vie était un peu comme de l'eau sale, mon histoire s'écoulait jour après jour, mais tout était gris et terne sans m'en rendre compte...

Depuis, j'ai reçu l'eau vive du baptême, ma vie s'écoule maintenant comme une source de montagne, l'eau est purifiée, et chaque respiration de mon corps a une saveur nouvelle. Je me regarde, je regarde ma famille, mes amis, et surtout le Seigneur avec un regard nouveau, car Il m'a transfigurée !

Je n'ai plus qu'un seul désir : adorer le Seigneur de tout mon cœur, de toute ma force, et de toute mon âme pour le laisser aimer en moi.

\* Une petite décision

Au début du mois de janvier 1983, des amis nous ont invités à dîner, ma femme et moi. Ils nous disent : Savez-vous ce que nous avons fait entre Noël et le jour de l'an ? prié pendant cinq jours, et nous sommes revenus pleins de joie !

Pour moi qui ne savais pas ce qu'était la prière, imaginer que des laïcs puissent prier pendant cinq jours était vraiment très étonnant, mais ce qui m'a surtout interpellé, c'est de voir que quelque chose avait changé en eux : auparavant, ils étaient gais et dynamiques, mais ce soir-là, il émanait d'eux une sorte de sérénité que je ne connaissais pas.

Je pris donc une "petite" décision dont je ne me doutais pas qu'elle allait changer ma vie : essayer de prier chaque jour, ce qui me paraissait presque impossible à réaliser !

Le lendemain matin, j'avais décidé de partir plus tôt au travail pour commencer à prier en m'arrêtant dans une église proche. Mais à sept heures du matin, l'église était évidemment fermée... Alors, j'ai prié dans mon bureau.

Le soir, j'ai pu entrer dans cette église, et c'est là que le Seigneur m'attendait. En un instant, j'ai su au plus profond de moi-même qu'il était vraiment vivant, qu'il m'aimait infiniment comme j'étais et il a éclairé d'un jour nouveau toute ma vie (famille, travail, relations...).

En même temps, il me guérissait sans que je m'en rende compte et sans que je le lui aie demandé, de l'excès de bruit que je vivais (musique, télévision...), me donnant ainsi le silence intérieur nécessaire à la prière et une plus grande disponibilité pour ma famille. Par la suite, j'ai compris que j'avais vécu une véritable effusion de l'Esprit-Saint...

J'ai décidé de chercher à suivre Jésus-Christ et au bout de

14 ans, je peux dire, malgré les difficultés et les souffrances de la vie, qu'Il ne m'a jamais déçu et que demeure en moi la joie d'être aimé infiniment.

Jean

Tiré du n°139 de la revue Il est Vivant !

## Exercice

**Priez le Veni Creator (mis à la première personne) à haute voix en vous l'appropriant :**

Viens Esprit-Saint ,  
Visite mon âme, (se nommer)  
Emplis-là de la grâce d'en Haut  
Toi qui l'as créée.  
Toi qu'on nomme le Conseiller,  
Don du Dieu très-haut,  
Source vive, feu, charité,  
Invisible consécration.  
Tu es l'Esprit aux sept dons,  
Le doigt de la main du Père,  
L'Esprit de vérité promis par le Père,  
C'est toi qui inspires mes paroles.  
Allume en moi ta lumière,  
Emplis d'amour mon cœur,  
Affermis toujours de ta force  
La faiblesse de mon corps.  
Repousse l'ennemi loin de moi,  
Donne-moi ta paix sans retard,  
Pour que, sous ta conduite et ton conseil,  
J'évite tout mal et toute erreur.

Fais-moi connaître le Père,  
Révèle-moi le Fils,  
Et toi, le commun Esprit,  
Fais-moi toujours croire en toi.  
Gloire soit à Dieu le Père,  
Au Fils ressuscité des morts,  
A l'Esprit-Saint Consolateur,  
Maintenant et dans les siècles des siècles.  
Amen !

(Veni Creator)

\* Priez maintenant le Viens, Consolateur souverain (mis à la première personne) à haute voix en se l'appropriant :

Viens, Consolateur souverain, très doux de mon  
âme, adoucissante fraîcheur. Dans le labeur, le repos ;  
dans la fièvre, la fraîcheur ; dans les pleurs, le réconfort.  
Ô lumière bienheureuse, viens remplir jusqu'à l'intime mon  
cœur de fidèle. Lave en moi ce qui est souillé, baigne ce  
qui est aride, guéris en moi ce qui est blessé.  
Assouplis ce qui est raide, réchauffe en moi ce qui est  
froid, rends droit ce qui est faussé.  
A tous ceux qui ont la foi et qui en toi se confient, donne  
tes sept dons sacrés. Donne-moi mérite et vertu, donne-  
moi le salut final, donne-moi la joie éternelle.

Amen !

(Séquence de la Pentecôte, extrait)

## Bonne RØsolution

Aujourd'hui, prends dans un temps de méditation, la ferme résolution de réaliser le projet que Dieu a pour toi : devenir un(e) grand(e) saint(e) à Ses Yeux.

Alors, abandonne toutes tes résistances pour accueillir la grâce de la totale volonté d'amour de l'Esprit-Saint pour toi.

### Prières

(Si possible haute voix)

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen !

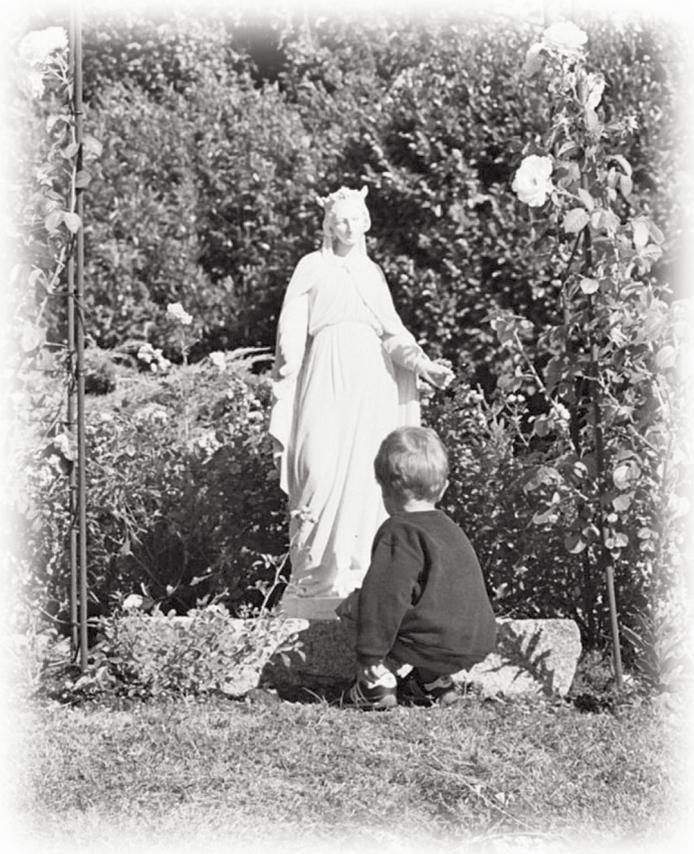
Esprit-Saint consolateur, Esprit de vérité, toi qui es partout présent et qui remplis tout, donateur de vie, viens et demeure en moi. Purifie-moi et sauve-moi !

Esprit-Saint, toi qui es Amour éternel, viens vivifier mon corps, mon esprit et mon âme. Viens renouveler en moi tes 7 dons sacrés pour que je porte chaque jour les fruits de ton amour.

Ô Esprit-Saint, donne-moi de te rencontrer personnellement pour vivre quotidiennement avec Toi, pour me laisser conduire et guider par Toi. Pour grandir dans l'union à Dieu, dans cette communion qui me donne de voir Jésus dans chaque personne humaine.

Viens, Esprit-Saint en moi et sur ma famille pour guérir ce qui est blessé, réchauffer ce qui est froid et assouplir ce qui est rigide. Viens en mon histoire pour transfigurer ma vie, mes gestes, mes paroles, mon identité profonde afin que je vive de Ta vie et de Ton Amour en moi.

Extrait du livre "Un cri vers le Ciel"  
Information au 02.43.64.27.03



Je serai guéri !

## Prière finale

Saint Louis Marie Grignon de Monfort nous dit : lorsque l'Esprit-Saint trouve Marie dans une me il s y p Marie est l'épouse de l'Esprit-Saint qui la couvrit de son ombre à l'Annonciation. Consacrons-nous donc par Marie pour être totalement à Dieu et laisser à Dieu la possibilité de vivre totalement et librement en nous.

(Si possible genoux et haute voix)

Consécration la Sainte Trinité par Marie

En ce jour de gr ce, en présence de l'Eglise CØle je renouvelle solennellement ma consécration et c du monde Dieu, Père, Fils et Saint-Esprit par l Immaculé de Marie ma mère.

Je renouvelle les v ux de mon baptême.

Je renonce définitivement Satan, et toute formal. Je me donne tout entier et pour toujours l visible Trinité Sainte.

Quoiqu'il arrive, je décide aujourd'hui (date : \_\_\_\_\_) avec la gr ce de Dieu, de m abandonner totalement l heure de ma mort dans le C ur de JØsus-Christ mon Sauveur.

Je me place aujourd'hui, ainsi que toute ma famille sous la protection de Dieu.

Votre signature :

(Vous pouvez aussi réécrire vous-même cet acte de consécration, le signer et le placer, par exemple, dans votre Bible)

(extrait du livre de consécration de la Communion Marie Reine de la Paix)

## Conclusion

Vous venez de terminer ce livre. Peut-être avez vous besoin d'approfondir certains points ? Pour cela, vous pouvez contacter Myriam Fourchaud au : 05.56.61.73.45

(lundi, mardi, jeudi et vendredi matin de 9h à 11h45)

Nous l'avons vu dans ce livre, le but de notre vie est l'acquisition du Saint-Esprit, c'est-à-dire, d'accueillir davantage l'Amour de Dieu **pour pouvoir en vivre et dire avec saint Paul** : ce n'est plus moi qui vis, mais Christ qui vit en moi.

Il est important de ne pas confondre les moyens et

Pour cela, nous vous rappelons quelques moyens :

Moyens spirituels

Vivez (selon vos possibilités) la messe, la confession, la lecture de la Bible, la prière, la consécration à Dieu par Marie, le jeûne, l'oraison, l'adoration, la louange, une retraite spirituelle, la contemplation, la méditation....

Moyens psychologiques (relation d'aide)

Consultez (si vous le désirez) un thérapeute chrétien (voir par exemple page 246). La méthode Vittoz, la CNV\*, la Gestalt-thérapie, et d'autres outils peuvent être utilisés par ces thérapeutes chrétiens pour la relation d'aide.

\* La CNV (Communication Non Violente) nous aide à mieux nous exprimer en cas de conflit. Exprimer ce que l'on ressent, ce que l'on vit, sans jamais accuser l'autre. C'est une "clef" pour gérer plus paisiblement les petits conflits quotidiens. (cf : le livre les mots sont des fenêtres Marshall B. Rosenberg. Editions la Découverte)

Moyens physiques

Veillez à votre nourriture, à votre sommeil, privilégiez les promenades dans la nature, ayez une vie équilibrée...

Vous trouverez aussi en annexe un complément d'information pour aller toujours plus loin dans l'amour !

En conséquence, nous avons des décisions à prendre ou à donner à Dieu, qui entraîneront (parfois) des non-décisions à donner aux hommes. Car tout choix implique un renoncement. Le travail de guérison passe par des crises douloureuses, difficilement contournables, jusqu'au jour où nous proclamerons la blessure qui me vaut un tel Sauveur. Entrer dans la vraie liberté, c'est être responsable de sa vie et de ses choix en ne visant que l'unique but :

AIMER !

Entrons jour après jour sur ce chemin.

Que Dieu vous bénisse !

Bonne route !

Thierry et Myriam



Je serai guéri !

## PETITS OUTILS

Voici une liste de petits outils et conseils pratiques afin de mieux aimer et mieux nous laisser aimer.



## LES MECANISMES DE DEFENSE

Cette liste est non exhaustive, mais elle vous procurera déjà une bonne base de réflexion. Vous pourrez peut-être repérer le mécanisme de défense que vous utilisez le plus, étant bien entendu que ces mécanismes sont inconscients.

**Le déplacement** Le déplacement consiste à diriger ses émotions vers des personnes moins dangereuses que celles qui les ont suscitées. Par exemple, s'en prendre à son enfant parce qu'il y a eu une difficulté avec son conjoint.

**La projection** La projection consiste à envoyer et voir ailleurs la cause de ses problèmes, en attribuant à d'autres ses propres émotions et ses propres désirs. Vous remarquerez que ce que nous reprochons le plus nettement aux

autres est en général ce que nous craignons découvrir en nous. La projection répond à la peur de nous voir tels que nous sommes

**La rationalisation** Alors: qu'il est mieux d'exprimer ses propres besoins et de permettre à l'autre de le faire aussi, la rationalisation ne le permet pas. La rationalisation consiste à trouver une théorie, une idée, une pensée généralement acceptée pour justifier ses comportements. «Il faut que», «il est normal que»...

**L'introjection** L'introjection consiste à dire oui à tout afin d'éviter les conflits et de garder l'estime de l'autre. Alors, j'encaisse en moi-même des idées ou des décisions avec lesquelles je ne suis pas d'accord. Cela peut ressortir plus tard sous forme de colère.

**Le refoulement** Le refoulement consiste à sortir les idées pénibles du champ de sa conscience. On oublie ce qui nous fait souffrir. On met de côté quelque chose que l'on ne parvient pas à régler. Le refoulement s'exprime souvent par des actes manqués : accidents, retards répétés lors de situations précises. Ce qui est refoulé peut ressortir sous formes diverses : maladie, agressivité...

**La compensation** La compensation consiste à investir massivement son énergie dans un domaine où il existe des espérances de succès pour fuir les situations où des échecs ont été vécus. Il peut s'agir, par exemple, de donner tout son temps dans le travail pour oublier l'échec familial.

**La røtroflexion** La røtroflexion consiste à se blâmer soi-même et à se diminuer en s'exprimant. Ce mécanisme a l'avantage d'éviter de recevoir le blâme d'autrui.

**La spiritualisation** Tout mettre sur le compte de Dieu ou du démon, pour répondre à la peur secrète de se tromper, de devenir adulte et d'assumer ses actes. La spiritualisation nous permet d'éviter de nous tenir debout face à notre liberté qui nous scandalise.

**Le pharisaïsme** Une partie de moi ignore ce que fait l'autre. Ce mécanisme nous aide à toujours nous justifier selon une loi qui est la bonne. Repensons aux pharisiens qui lient de pesants fardeaux sur les épaules des autres.

**Le dõni** Ce mécanisme consiste à nier tout ou une partie de la réalité. La personne nie la vérité. Elle nie une évidence qui serait trop lourde à porter. Il nous arrive alors de considérer cette personne comme un menteur alors qu'il s'agit simplement de ce mécanisme de défense.

**L adaptation** Il peut y avoir une adaptation soumise ou rebelle. Le sujet se soumet aux désirs de l'autre ou les devance pour éviter les conflits possibles.

**L humour** Je choisis de trouver un côté plaisant même dans des situations dramatiques : c'est le rire du pendu ou le rire du clown triste.

**Victimisation** C'est le retournement contre moi-même des pulsions agressives. Le victime paye, répare, se sacrifie. Ces personnes sont toujours les victimes des autres, de la vie.

**La régression** La régression est le refuge dans des comportements passés pour ne pas faire face à une situation difficilement gérable. La femme enfant qui rejoue son enfance. L'homme adulte qui d'un coup sans crier gare plaque femme et enfants, rejouant son adolescence.

**La justification** Justifier, expliquer longuement pourquoi nous avons fait quelque chose par peur d'être rejeté. Ex: arriver en retard à un rendez-vous et expliquer pendant 15 minutes ce qui s'est passé; oublier une commission qui nous avait été demandée et donner le détail de nos activités chargées de la journée pendant une demi-heure.

**La transformation dans le contraire** Transformer une émotion désagréable par un masque d'émotion inverse. Ex: être jaloux d'un collègue d'étude ou de travail et dire à tous combien nous sommes heureux pour lui; être en colère face à un ami ou un membre de notre famille et afficher en même temps un grand sourire faux.

PO-Si-TI-VONS  
formulation positive a marche !

Pourquoi ça marche ? Comment ça marche ? Pensez formulation positive !

Aisée à comprendre, facile à utiliser, amusante, vous pourriez être surpris qu'une technique aussi simple puisse avoir un tel impact. Et pourtant, le résultat et la satisfaction en retour sont immédiats.

POURQUOI 'A MARCHÉ ?

Parce que le cerveau, aussi complexe soit-il, a un fonctionnement très simple. Des millénaires l'ont formé pour voir, entendre, ressentir, sentir. Il traite des données, des informations. Il ne perçoit pas les 'non-données', pas plus que les 'non-perceptions'. Il ne sait pas 'non-faire'.

EXEMPLES

Appliquez vous quelques secondes à faire cet exercice. Pensez à un éléphant qui n'est pas rayé. Visualisez-le ! Il n'a aucune rayure noire et rose, ni dans un sens, ni dans l'autre, ni en diagonale. Aucune rayure noire et rose. Voyez-le ! Imaginez qu'il n'a pas de rayures verticales. Pas de larges rayures verticales noires et roses, pas plus que de fines rayures verticales noires et roses. Il n'en a pas davantage qui soient horizontales. Et sa trompe ? Elle n'a pas de rayures non plus. Sa trompe n'est pas rayée. Pas de rayures horizontales qui lui feraient une série de cercle du haut en bas de la trompe. Un éléphant sans aucune rayure noire et rose.

## D CRYPTAGE

Pour que le cerveau perçoive 'pas rayé', il doit se référer à 'rayé'. 'Non-penser' à quelque chose n'est pas prévu dans le fonctionnement du cerveau.

La négation de quelque chose focalise sur ce quelque chose. Le cerveau doit donc faire un effort, avec plus ou moins de succès, pour rétablir la signification. Pour voir un éléphant non rayé, le cerveau surtravaille pour retrouver à quoi ressemble, et seulement ensuite, voir un éléphant normal. Mais d'une manière générale cela est d'autant plus difficile pour le cerveau que l'impulsion d'une direction lui est donnée. Sa tendance naturelle va donc être d'aller dans ce sens premier. Rayé.

Répétition, fatigue, stress, inattention, répétition: Le cerveau va d'autant plus opérer avec l'information sans la retravailler. Si la formulation est négative; dommage. Pire, souvent une double négation est utilisée. Dans le terme et dans la forme grammaticale. Quand vous dites 'n'oubliez pas', le cerveau reçoit d'abord 'oubliez'. Pas de problème veut dire avant tout 'problème'! Inquiétant non ?

Exemples de termes négatifs, ou à connotation négative: Oublier, rater, échouer, erreur, peur, problème, retard, grossir, aucun, défectueux, inadmissible, maladie, difficile, compliqué, tromper...

## ILLUSTRATION

- N'oubliez pas les photocopies dans le rapport !
  - Je ne veux aucun retard dans ce travail.
  - Ce n'est pas compliquØ, vous ne pouvez pas vous tr
- Etes-vous vraiment sûr que c'est ce que vous voulez ? Oubli, retard, échec...

Voici une autre illustration très parlante et malheureusement très fréquente. La maman à son enfant : N'aie pas peur, il n'est pas méchant le chien, il ne va pas te mordre ! Le message envoyé au cerveau est : peur, méchant, mordre. Rien d'étonnant à ce que plus la mère insiste, plus l'enfant soit terrorisé.

Alors que : Regarde, il est gentil le chien, il veut jouer, son poil est tout doux, viens le caresser ! ...

#### COMMENT FAIRE ? PO-SI-TI-VONS !

C'est facile, en un clin d'oeil vous aurez compris et vous saurez le faire naturellement.

C'est une petite gymnastique intellectuelle, un jeu d'enfant : utilisons la forme affirmative voire impérative ! Préférons des termes à la signification positive !

#### EXEMPLES

Je veux mincir et devenir plus légère, je voudrais perdre du poids et être moins molle.

Je me réjouis de vos progrès, je vous encourage comme au lieu de, je ne déplore plus d'erreur, j'espère plus être d'.

Trouvons comment dire la même chose positivement afin d'obtenir un meilleur résultat. ~~À nous tous.~~ nous débordons de talents, d'idées, de compétences, nous savons ce que nous voulons atteindre : Je suis sûr que d'ici la fin de la semaine nous aurons trouvé la meilleure solution.

Yesss !

## A SAVOIR

La formulation positive est beaucoup plus valorisante pour l'autre en terme de reconnaissance et de motivation. Vous êtes derrière et vous le poussez pour l'aider à avancer. La formulation positive crée une dynamique orientée dans le bon sens. En plus, elle est plus facile à gérer pour le cerveau de votre interlocuteur.

Que ce soit par le fonctionnement du cerveau ou par ses ressorts psychologiques, l'être humain réagit mieux en formulant positivement. C'est aussi un excellent jeu à pratiquer dans une équipe, ou pour travailler en réunion. Amusez-vous ! En groupe ou en tête à tête. Faites-vous plaisir ! Pratiquez ! Vous constaterez vous-même les effets positifs et parfois même surprenants que vous obtiendrez.

MØdicament ou psy ?

Maintenant au lieu d'opposer la prise de médicament et le travail de relation d'aide, on les a associés. L'accompagnement psychologique permet en effet de prolonger et d'élargir l'effet d'un traitement médicamenteux et d'en diminuer progressivement le dosage. A l'inverse, la prise de médicament permet de préparer une approche psychologique en apaisant l'angoisse. L'aspect spirituel étant essentiel pour "couronner" et finaliser le travail sur le corps et le psychisme.

Faites vous du bien : bønissez !

Mais voici que nous entrons dans une troisième phase. Nous prenons conscience maintenant que, finalement la relation d'aide et la prière sont des chimiothérapies qui s'ignorent. En effet, leurs actions entraînent des modifications neurophysio-

logiques et biochimiques, rapides et durables. Avec l'avantage majeur qu'elles sont strictement personnalisées et dosées spontanément et parfaitement par l'organisme. Rappelons à titre d'exemple, que le succès à un concours peut doubler instantanément le taux de testostérone dans le sang (hormone du désir et du succès), tandis qu'une union amoureuse multiplie par quatre le taux d'endorphines (neuromédiateurs de bien-être et d'auto-anesthésie). Ainsi deux prises de sang, espacées de 10 minutes de louange et de visualisation positive, permettent de constater une élévation moyenne de 53% du système immunitaire !

Bien sûr ceci étant une simple constatation physique, car en plus, l'action surnaturelle de Dieu peut multiplier les statistiques à l'infinie !

Inspiré d'un article de Laurent Caudron  
formateur en communication

Programme de Rétablissement  
FACE A UNE DÉPENDANCE

Le succès appréciable que rencontre le programme des AA (alcooliques anonymes) semble s'expliquer par le fait que l'alcoolique est renvoyé positivement à lui-même en lui proposant une aide et un programme universel.

Ce programme peut être adopté par chacun de nous quelle que soit notre dépendance (alcool, jeu, travail, TV, argent, drogue, tabac...)

C'est pourquoi nous vous le proposons ci-dessous.

Remplacez le mot alcool par votre propre dépendance.

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool, que nous avons perdu la maîtrise de nos vies.
2. Nous en sommes venus à croire qu'une puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.
3. Nous avons décidé de confier notre volonté et nos vies aux soins de Dieu tel que nous Le concevons.
4. Nous avons courageusement procédé à un inventaire moral, minutieux de nous-mêmes.
5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.
6. Nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère.
7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos déficiences.
8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et consenti à leur faire amende honorable.

9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes, partout où c'était possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous pouvions leur nuire ou faire tort à d'autres.

10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.

11. Nous avons cherché, par la prière et la méditation, à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevions, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.

12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

## LES LANGAGES DE L'AMOUR

Il est un principe universel : chacun possède un réservoir émotionnel et un langage d'amour qui lui est propre. Ainsi que vous soyez seul ou en couple, vous pouvez trouver votre propre langage d'amour en vous aidant de cet article. Cependant nous traiterons ici plus particulièrement de la relation de couple.

Comme si la tour de Babel ne suffisait pas, voilà que nous apprenons que l'amour aussi se décline en différentes langues. Faute de les parler, nous risquons de passer à côté de nos plus proches. Gary Chapman (animateur de séminaire pour le couple dans le monde entier) nous invite à découvrir ces langages.

Le besoin de se sentir aimé est un besoin affectif fondamental. Passé le coup de foudre de la rencontre et les 2 ou 3 années d'extase qui suivent, il nous faut dans nos couples réinventer l'amour, ou plutôt approfondir notre amour. Alors que dans un premier temps notre volonté se noyait dans nos sentiments, voilà qu'il va nous falloir mettre notre volonté au service de l'amour. Là, nous calons parfois, car, comme nous aimons à le dire : nous ne pouvons descendre du vølo pour nous regarder pødaler en . Dans cet amour là, il y a nécessité d'un progrès et d'un "travail" personnel.

### Le røservoir ømotionnel

Nous avons tous un réservoir émotionnel, et vous imaginez aisément que si ce réservoir émotionnel ne se remplit pas, s'il n'y a plus d'essence dans le moteur, la voiture risque de caler. Si nous remplissons notre réservoir d'essence alors qu'il marche au gas-oil, nous risquons d'assister à quelques départs de feu, voir de rester au point mort...

Si dans un couple l'époux parle un langage de l'amour et l'épouse un autre langage, les réservoirs émotionnels se retrouveront vite à sec. Or, nous avons tous un langage privilégié. A vous de voir lequel, pour vous et pour votre conjoint.

Parlons la même langue :  
les cinq langages de l'amour

#### 1) Le langage des paroles valorisantes

Un écrivain écrit un jour : "un bon compliment me permet de vivre deux mois". Une façon d'exprimer notre amour consiste à prononcer des paroles qui font du bien. Des compliments verbaux, des mots d'appréciation sont des puissants transmetteurs d'amour. Ce langage a un autre dialecte, celui des paroles d'encouragement. Nous avons tous des domaines dans lesquels nous nous sentons hésitants. Le potentiel qui sommeille dans votre conjoint n'attend peut-être qu'une parole d'encouragement de votre part pour s'éveiller.. Celui qui parle ce langage se sentira aimé en recevant des paroles valorisantes, et son réservoir émotionnel se remplira. De la même façon, cette même personne qui entendra une parole dévalorisante recevra cela comme un coup de poignard et cela aura des conséquences désastreuses sur son réservoir émotionnel. Vous trouverez dans le livre de Gary Chapman d'autres déclinaisons de ce langage d'amour.

#### 2) Les moments de qualité

Georges est un grand travailleur qui veille ce qu'une personne ne manque de rien. Mais quoi bon avoir une maison, une voiture pour sortir et tous les autres avantages si nous n'en jouissons pas ensemble. Il semble que le langage

préférée de cette épouse soit les moments de qualité. Ce langage n'est pas s'asseoir ensemble et regarder la télé, mais des moments où nous accordons une attention totale et sans partage. Promenades, sorties, partages...c'est un moyen puissant de communiquer de l'amour. Nous ne récupérerons jamais ce temps, nous donnons réellement une partie de notre vie. Un aspect central des moments de qualité réside dans le fait d'être ensemble dans une attention soutenue. Certains couples pensent qu'ils se consacrent du temps, alors qu'ils vivent simplement dans une proximité physique. Les moments de qualité impliquent aussi une écoute de qualité. Des études récentes ont montré que les individus écoutent en moyenne dix-sept secondes avant d'interrompre celui qui parle et d'exposer leurs propres idées.

### 3) Les cadeaux

Dites-le avec des fleurs. Les cadeaux sont des symboles visibles de l'amour et ont une portée émotionnelle. Tout le monde n'attache pas une attention égale à ces symboles visibles, mais pour certains, au delà de leur réalité matérielle, ils vont se traduire en "je suis aimé". Les cadeaux, achetés, confectionnés, inventés, trouvés comme cette fleur cueillie par le mari au hasard d'une balade ; laissons libre cours à notre imagination si le langage de notre conjoint est celui des cadeaux. Un des plus beaux cadeaux peut être simplement la présence. Le fait d'être là quand votre conjoint en a besoin est d'une valeur inestimable pour celui qui comprend le langage des cadeaux. Les cadeaux n'ont pas besoin d'être coûteux ; ils n'ont pas besoin non plus d'être hebdomadaires. Ils n'ont rien à voir avec la valeur marchande, et tout à voir avec l'amour.

#### 4) Les services rendus

Jésus a illustré ce principe de l'amour témoigné par le service rendu lorsqu'il a lavé les pieds de ses disciples. Paul résume "par amour, soyez serviteurs les uns des autres" (Gal 5, 13) Cuisiner, mettre la table, sortir la poubelle, passer l'aspirateur, faire une course...constituent des services rendus. Ils exigent du temps, de l'effort, de l'énergie. S'ils sont accomplis dans un esprit positif, ils sont d'authentiques expressions d'amour. Toutes ces petites choses peuvent paraître des gestes anodins, mais pour celui qui parle le langage des services rendus, ils touchent énormément.

L'amour résulte d'une décision libre, il ne saurait donc être contraint. Pour apprendre le langage d'amour des services rendus, nous aurons besoin de revoir et corriger les clichés sur les rôles spécifiques de la femme et de l'homme.

#### 5) Le toucher physique

Nous savons depuis longtemps que le toucher est un moyen puissant de communication des sentiments d'amour. L'étreinte des mains, les baisers, les enlacements, les relations sexuelles sont autant de façons de faire ressentir au conjoint qu'il est aimé.

Les personnes sensibles de façon privilégiée à ce langage se sentiront ainsi aimées, et leur réservoir émotionnel se remplissant, elles se sentiront en sécurité dans l'amour de leur conjoint ; sans ce contact, elles ne se sentent pas aimées. Imaginez les dégâts causés par un quelconque geste de violence sur une personne qui parle ce langage !

Dans la relation conjugale le toucher affectueux peut revêtir différentes formes. Dans ce domaine, votre conjoint sera votre meilleur guide ; en effet, c'est lui que vous cherchez à

aimer. Tout ce que je suis réside dans mon corps. Toucher mon corps, c'est me toucher dans tout mon être ; fuir mon corps, c'est s'éloigner de moi sur le plan des émotions. Voilà ce que vivra cette épouse ou cet époux.

### Conclusion

Bien sur, il n'est pas toujours facile de savoir quel est le langage privilégié de votre conjoint ; cela peut faire l'objet d'une discussion : "à quoi sais-tu que je t'aime ? A quoi concrètement et quand le sens-tu ?" Voilà de quoi passer un moment de qualité !

Si nous avons tous un langage dominant, rien n'interdit aussi d'être attentifs à toutes les déclinaisons de l'amour. Gary Chapman nous offre un outil précieux qui a aidé déjà de nombreux couples à sortir de passes délicates. Nous pouvons reprendre cette base de réflexion pour nos enfants, notre famille et nos amis et nous demander quel est leur langage dominant.

Sur ce sujet, nous vous conseillons le livre de Gary Chapman :  
Les langages de l'amour (disponible à Ephèse Diffusion au 02.43.64.27.03)

Quelques adresses en France...

\* Quelques thérapeutes chrétiens en relation d aide

- Roland et Francine Blanquart, France :.. 06.30.48.47.16
- Elizabeth Aubret, Paris et Nemours : ..... 01.64.29.29.89
- Thierry Grandjean, Paris 11<sup>e</sup> : ..... 06.07.35.28.21
- Valérie Guelot, Paris 8<sup>e</sup> : ..... 06.77.16.68.27
- Eliane Amosse, Pornichet (44) : ..... 02.40.15.13.69
- Muriel Dutene, bassin d'Arcachon : ..... 06.78.85.93.61
- Myriam Fourchaud, Aquitaine : ..... 05.56.61.73.45
- Sophie Le Sueur-Février (35) : ..... 06.28.42.54.36
- Anna-Maria R. (Thérapie familiale) ..... 06.72.54.61.68
- Fernand Dumont, Normandie ..... 06.77.06.47.94
- Jean-Claude Pestanat, Carcassonne ..... 04.68.26.41.02
- Christiane Morin, région Angers ..... 06.84.60.60.88
- Pascal et Marie-Laurence Parinet, sud est 04.94.88.14.97
- Raphaëlle de Rosambo, Bretagne ..... 06.63.14.57.28
- Nadine Granjean (Paris) : ..... 06.81.42.47.55
- Marie Madeleine Devillers (Paris) : ..... 06.07.84.98.89

Quelques centres spirituels de retraites de guérison

- Cité de l'Immaculée. 53170 Saint Denis du Maine.  
Tél : 02.43.26.88.55
- Communauté des Béatitudes. 81570 Cuq les Vielmur.  
Tél : 05.63.74.32.82
- Centre Kinor. Formation à la relation d'aide assurée par Ephraïm. 40420 Labrit - Tél : 05.58.51.03.57.
- Sessions Agapé avec Bernard Dubois Tél : 04.71.04.19.06

Si vous avez besoin d'autres adresses, contactez Myriam Fourchaud au 05.56.61.73.45 (le matin uniquement)



Adresse

# PRIÈRES



Je serai guéri

## Prière de guérison d'une maladie

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen  
Envoie ton Esprit Seigneur et tout sera crø.

Jøsus-Christ, toi qui as passø ton temps sur terre  
les malades Et des foules nombreuses s'approchèrent  
de Jøsus, ayant avec elles des boiteux, des estro,  
aveugles, des muets et bien d'autres encore, qu'i  
posèrent ses pieds; et il les guérit.

Toi qui viens nous purifier de Jøsus, il tomba s  
la face et le pria en disant : Seigneur, si tu le  
me purifier. Jøsus Øtendit la main et le toucha,  
le veux, sois purifiø. Et aussit t la cløre) le qu

Toi qui nous appelles døsirer la guérison :  
Jøsus, le voyant Øtendu et apprenant qu'il Øtait  
depuis longtemps døj , lui dit: Veux-tu guérir ?  
røpondit : Seigneur, je n'ai personne pour me jet  
piscine, quand l'eau vient Øtre agitøe ; et, le  
aille, un autre descend avant moi. Jøsus lui dit  
prends ton grabat et marche. Et aussit t l'homme  
il prit son grabat et il marcha.

Toi qui appelas Pierre prier en ton nom :  
Pierre trouva un homme du nom d'Enøe, qui gisait  
bat depuis huit ans ; c'Øtait un paralytiøe. Pie  
Jøsus-Christ te guérit. Lève-toi et fais toi-møme  
Et il se leva aussit, t2)

Seigneur toi qui nous appelles prier les uns pour  
:Jésus leur dit:Allez dans le monde entier, proclamez l'  
gile toute la création. Celui qui croira et sera  
sauvø ; celui qui ne croira pas, sera condamnø. Et  
signes qui accompagneront ceux qui auront cru : en  
ils chasseront les dømons, ils parleront en langues  
ils saisiront des serpents, et s'ils boivent quelque  
tel, il ne leur fera pas de mal; ils imposeront les  
firmes et ceux-ci seront sains. (Mc 16, 17)

Prions : Seigneur Jøsus, venons avec notre pauvretø  
et notre confiance filiale auprøls de toi.  
Nous te prøsentons : (dire le prønom du malade)  
Tu connais toute son histoire, ses joies et ses pei  
Viens agir avec force pour le (la) guørir.  
Nous voulons nous appuyer pour cela sur ta Parole,  
es le Verbe fait chair. Tu n as cessø de guørir dep  
ans car tu es amour et misøricorde.  
Continue aujourd'hui ton uvre de guørison travers  
(dire le prønom du malade) et manifeste  
ainsi ta Victoire, ta Gloire et ta Puissance.  
Merci Jøsus pour ce que tu vas accomplir.  
Nous avons confiance en toi.

Amen !

Terminer par un Notre Pøre et un Je vous Salue Mari

Nous nous engageons .. (dire votre promesse\*)  
lorsque (dire le prønom du malade) sera totalem  
guørit.  
Au nom du Pøre, du Fils et du Saint-Esprit. Amen !

Informations sur cette prière.

### 1) La ténacité

La prière est un acte de foi, et nous voyons dans les évangiles combien Jésus est touché par la foi, la confiance, parfois la ténacité des personnes qui demandent la guérison.

Jésus nous dit : Dieu ne ferait-il pas justice ses yeux crient vers lui jour et nuit ? Je vous le dis, il justifie les opprimés (Lc 18, 14)

Entrons, nous aussi, dans cette attitude.

Nous vous proposons de dire cette prière (si possible à plusieurs) chaque jour sur la personne malade jusqu'à l'obtention de la guérison complète ou de la manifestation de la volonté du Seigneur à travers cette maladie. Cela peut durer un jour, un an ou plus... mais s'installe dans la prière. Chaque jour prier uniquement un passage biblique + la prière finale.

### 2) La promesse

Le principe de cette prière est simple, c'est un cri du cœur :  
Jésus, exauce ma prière !

C'est un défi d'amour à notre Seigneur.

En échange, dans ce commerce amoureux nous acceptons "de jouer le jeu". Une des originalités de cette prière de guérison c'est la promesse. C'est le cadeau ou le sacrifice (sacrifice veut dire étymologiquement "rendre sacré") que vous faites. A l'exaucement de votre prière, nous vous proposons de faire une grande promesse à Dieu en réponse à votre prière.

Vous trouverez dans votre cœur quel cadeau lui offrir...

Prière pour la libération intérieure,  
La GUérison et la conversion  
**(prière à dire à voix haute, si possible psalmodiée)**

Seigneur JØsus Fils du Dieu vivant, viens me recouvrir  
Prøcieux Sang ; viens recouvrir ces lieux et toutes  
sonnes præsentes ici et dans mon c ur.

Abba, papa, mon PÈre CØleste.

Par le Nom de JØsus et par son Prøcieux Sang, vainq  
de toutes les forces du mal, par l'intercession de  
Marie victorieuse du Malin, par mon bapteme qui a f  
moi ton enfant bien-aimØ, viens maintenant me guØri  
dØlivrer de tout mal, de toute entrave l'Amour !

Mon PÈre, par le prøcieux sang de JØsus, guØris-moi  
mon intelligence, de toutes tønÈbres, de tous prØju  
prit raisonneur, du doute, de toute confusion menta  
PÈre trÈs bon, guØris-moi, dans ma mØmoire,- de tout  
nir douloureux, des traumatismes psychologiques remc

mon arbre gØnØalogique, au sein de ma mÈre et ch  
Øtape de ma vie : naissance, enfance, adolescence et  
adulte.

PÈre, guØris-moi, dans mon imagination, de tout idØ  
rÈveur, de la fuite du rØel, de toute fantaisie mal  
sion, de toute hallucination et tout dØlire.

PÈre, par le nom de JØsus guØris-moi, dans mon c ur  
toutes blessures, d apitoiement sur moi-mÈme, de to  
meture et duretØ, du refus de pardonner, du ressent  
et des soup ons malveillants et de la malØdiction.

PÈre du Ciel, guØris-moi, dans ma volontØ, de tout  
domination, de la tentation, de l'obsession, de l'o  
de la possession, de l'envoØtement, de l'hypnose, d

volontarisme orgueilleux ; de toute attitude intolérante, de toute faiblesse, indécision et déviation. Père bien-aimé, guéris-moi par ton Fils Jésus de tout déséquilibre, dans ma sensibilité, mon affectivité, ma sexualité, de tout sentiment de rejet, de vide, de culpabilité persistante, du complexe de la timidité, de toute anxiété, de l'inquiétude de l'insomnie, de la tristesse, du dégoût de la vie, des tentatives suicidaires, de tout asservissement à la drogue, au tabac et de toute attache quelconque.

Père Créateur, par le sang de Jésus guéris-moi, de toute déviation venant de l'hérédité, de l'éducation prématurée, des pressions exercées sur moi dans mon milieu familial, communautaire, social, ecclésial, de tout événement qui aurait brimé ma liberté intérieure et mon audace. Père Tout-Puissant, guéris-moi, de tout ce que moi-même a subi de négatif, de pénible, qui a été refoulé dans mon conscient ou mon subconscient.

Notre Père, dans l'Esprit-Saint et par la puissance autoritaire du nom de Jésus de Nazareth, je coupe tous les liens négatifs en moi-même et dans ma famille.

Je ferme maintenant de manière définitive toutes les portes qui auraient pu être ouvertes en moi-même et dans ma famille. Je lie toute puissance des ténèbres au bois de la croix du Christ jusqu'à la fin des temps.

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen  
(dire ce passage 3 fois)

Père du Ciel, lave-moi, purifie-moi, nettoie-moi, Comme un nouveau-né, fais-moi prendre un bain de

un bain de tendresse et de miséricorde. Fais couler  
l'eau de mon baptême, l'eau de l'Esprit-Saint, afin  
pur comme la Vierge Marie. Fais couler ta fontaine  
Maintenant Père, puisque tu as chassé toutes ténèbres  
mon corps, de mon me et de mon esprit, viens me cor  
bler en surabondance dans tous mes vides.

Par l'Esprit-Saint réveille en moi, Seigneur tes se  
cr s, ranime en moi le don de Sagesse, d'Intelligence  
Conseil, de Force, de Science, de Piété, et de la s  
Crainte de Dieu.

Remplis-moi Seigneur de tous les fruits du Saint-Esp  
surabondance :

- Tu as détruit la haine dans mon cœur Seigneur, don  
+ (plus) d'amour, oui beaucoup + d'amour, encore +  
Seigneur, +++ d'amour en moi et dans ma famille !

- Tu as détruit la tristesse dans mon cœur Seigneur  
moi + de joie Seigneur, oui encore + de joie Seign  
de joie en moi et dans ma famille !

- Tu as détruit les divisions dans mon cœur Seigneur  
moi + de paix Seigneur, oui beaucoup + de paix, ++  
en moi et dans ma famille. Donne un esprit de r cor  
tion dans mon cœur et dans ma famille !

- Tu as détruit la colère et le jugement dans mon c   
gneur, donne-moi + de patience et d'indulgence Sei  
oui beaucoup + de patience et d'indulgence, +++ de p  
et d'indulgence en moi et dans ma famille !

- Tu as détruit le doute et la violence dans mon c   
gneur, donne-moi + de bonté et de douceur Seigneur  
beaucoup + de bonté et de douceur, +++ de bonté et  
ceur en moi et dans ma famille !

- Tu as détruit l'orgueil et la malédiction dans mon

gneur, donne-moi + d humilité et de b n diction  
oui encore + d humilité et de b n diction, +++ d  
de b n diction en moi et dans ma famille. Que seu  
paroles bienveillantes sortent de ma bouche !

- Tu as détruit les dépendances et les blocages  
c ur Seigneur, donne-moi + de liberté en toi Sei  
+++ de liberté en toi Seigneur en moi et dans ma

- Tu as détruit l impureté et les fausses idoles  
c ur Seigneur, donne-moi + de pureté Seigneur et  
prit d Adoration et de louange , oui +++ de pureté  
et d esprit d Adoration et de louange en moi et d  
mille ! Que tu sois la première place dans ma v

Père de miséricorde, donne-moi de me réveiller et  
ter les vrais fruits d'une conversion véritable e  
ma vraie liberté faire Ta volonté.

Seigneur Jésus, Agneau de Dieu, exerce Ta Seigneurie  
Ta Royauté dans tous les domaines de ma personne.  
Recouvre-moi Jésus de ton Pr cieux Sang et protège  
de tout mal ainsi que tous ceux de mon c ur.

Inonde-moi Seigneur de tes fleuves de Gloire afin  
proclame sans cesse, jour après jour, ta louange.  
Esprit-Saint révèle-moi tous tes charismes, tes d  
cadeaux du Ciel pour la Gloire de Dieu.

Marie, Mère de Dieu et ma mère, apprends-moi to  
dire un OUI inconditionnel et total l Amour, co  
J appelle aussi l assistance de tous les anges et  
saints du Ciel jour après jour pour toujours dans  
Gloire au Père, au Fils et au Saint-Esprit !

AMEN !

Par Thierry Fourchaud inspiré d'une prière des S eurs du Christ-Roi.

## GUÉRISON DE MON ARBRE GÉNÉALOGIQUE OU DE MON HISTOIRE FAMILIALE

### La puissance insoupçonnée de la messe !

#### \* Le sang du Christ

*Ceci est mon Corps (...) ceci est mon sang (...) faites cela en mémoire de moi.* (Mc 14, 23-24) entendons-nous de la bouche de Jésus.

Nous commençons à peine ici à pressentir la profondeur du mystère de l'Incarnation. Prenons conscience qu'à chaque Eucharistie, c'est vraiment le corps et le sang divin de Jésus Ressuscité qui visitent et purifient notre corps, notre âme et notre esprit. Je vous demande de prier, exhortait le pape Benoît XVI le 5 juillet 2006, afin que l'humanité contemporaine fasse l'expérience de la force du sang du Christ, versé sur la Croix pour notre salut !

#### Extrait de la prière de la messe :

- Pour nos frères défunts, pour les hommes qui ont quitté ce monde et dont tu connais la droiture, nous te prions : reçois-les dans ton Royaume, où nous espérons être comblés de ta Gloire, tous ensemble et pour l'éternité, par le Christ, Jésus notre Seigneur, par qui tu donnes au monde toute grâce et tout bien.

Jésus veut nous libérer, dans la Parole de Dieu il dit : « *Père, je veux que là où je suis eux aussi soient AVEC MOI* » (Jn 17, 24) et au larron crucifié avec lui : « *Aujourd'hui, tu seras AVEC MOI dans le Paradis* » (Lc 23,43).

## **Pourquoi faire célébrer des messes pour nos ancêtres ?**

Ceci, pour libérer mes défunts et aussi pour moi, ma famille et ma descendance.

Offrir une messe, c'est avant tout pour suppléer, compenser, compléter au nom du défunt ce qu'il n'aurait pas fait de son vivant.

Il est écrit dans la Bible : *En ces jours-là, on ne dira plus : Les pères ont mangé des raisins verts, Et les dents des enfants en ont été agacées. Mais chacun mourra pour sa propre iniquité; Tout homme qui mangera des raisins verts, Ses dents en seront agacées. (Jérémie 31, 29-30)*

Cela signifie que les descendants ne supporteront pas les peines liées aux péchés de leurs ancêtres. Chacun doit en effet assumer les peines liées à ses propres péchés. Seul Jésus a payé à notre place.

Cependant, l'homme a besoin, et ce de façon universelle, de réparer le mal qu'il perçoit consciemment ou inconsciemment. Ainsi, dans l'ancienne alliance, on réparait la faute par un sacrifice, par le sang versé sur l'autel. Dans la nouvelle alliance, le Christ s'offre comme la victime parfaite qui enlève le péché du monde et répare tout mal, depuis la faute d'Adam et Eve jusqu'à la fin des temps. Il n'est point de limite à la puissance du sacrifice du Fils de Dieu.

Pourtant, l'histoire du mal continue, en nous, dans nos familles...

Un exemple concret illustre bien cela . Tout un chacun connaît l'affaire Guillaume Seznec, condamné au Bagne pour meurtre. Cet homme criera toutes sa vie son innocence. Puis

à son tour sa fille, puis son petit fils se missionneront pour innocenter la mémoire de cet aïeule, en portant la souffrance de cette histoire sur leurs épaules. Et l'histoire continue de nos jours... Pourquoi porter indéfiniment cette culpabilité de générations en générations. Nous voyons que la famille Seznec doit faire un gros travail de pardon et en particulier vis à vis de ceux qui ont condamné.

Cela est la partie visible de l'iceberg. Nous portons dans notre inconscient toute notre histoire familiale. Ce dernier va repérer tout ceux de la famille qui ont été lésés et va chercher à les réintégrer dans la famille en réparant, en se sacrifiant à travers la maladie (ces maux sur les mots), les comportements, les échecs, les répétitions de génération en génération de scénarios de vie... Il faut laisser Jésus nous guérir spirituellement et psychologiquement.

Mais, bonne nouvelle, ce sont toutes ces histoires que Jésus est venu laver.

### **Guérison et purification de notre arbre généalogique**

Nous sommes les miséricordés de l'amour. Jésus nous invite comme Barabbas à accueillir notre liberté et à Le laisser prendre notre place, car Il a pris sur Lui tous les péchés du monde. Nous avons vu ce qui empêche l'amour d'habiter tout l'espace de notre maison. Il arrive parfois qu'après un parcours de guérison, rien ne semble bouger. Quelque chose est bloqué. Recherchons alors comme nous l'avons vu aussi du côté de notre arbre généalogique.

**Nous ne sommes pas les victimes de nos générations passées.** Il nous faut nous convertir en profondeur et renoncer à réparer ce qui ne nous appartient pas, accueillant

le sacrifice de Jésus. C'est souvent l'histoire de toute une vie. La juste attitude sera de dire à ceux qui m'ont précédé : je vous reconnais, je vous honore et je vous aime, mais je vous laisse votre histoire et moi je prend on histoire.

C'est le profond chemin du pardon, de la réconciliation, source de toute guérison. Dans la Bible le Seigneur dit dans Deutéronome 30,20 : je te propose la vie ou la mort, la bénédiction ou la malédiction. Choisis donc la vie, pour que toi et ta postérité vous viviez, aimant Yahvé ton Dieu, écoutant sa voix.

Nous sommes responsables de nos choix. Choisir la vie que Dieu nous a donné, se recevoir de Lui, enfant parfaitement aimé, en quittant nos choix de mort, voici le chemin proposé.

### **Jésus nous libère !**

Quelques fois nous avons des blocages incompréhensibles, mais bonne nouvelle, Jésus-Christ vient nous libérer !

Comme nous l'avons indiqué, vous pouvez faire dire des messes pour vos aïeux : «Chaque messe est célébration de ce salut offert gratuitement pour les vivants et pour les morts de cette génération, comme ceux des générations passées, sur qui elle exerce sa puissance de purification et de guérison » (Mgr Marcel Agboton, Evêque de Porto Novo au Bénin).

A Medjugorje Marie nous dit : le plus grand privilège de l'homme sur la terre c'est la messe.

« En tant que sacrifice, l'Eucharistie est aussi offerte en réparation des péchés des vivants et des défunts pour obtenir de Dieu des bienfaits spirituels et temporels » (C.E.C N° 1414).

En effet, si de son vivant quelqu'un n'a pas eu souci de sa conversion, son sort dépend de la miséricorde de Dieu et de l'intercession du Corps Mystique du Christ, notamment de la prière des vivants. Il nous appartient donc de leur faire connaître Jésus-Christ dans l'Eucharistie pour qu'ils entrent dans sa lumière. Sont donc importantes les prières réparatrices pour solliciter du Seigneur l'absolution des âmes des défunts. (Jean Pliya. Eucharistie de guérison et de délivrance de l'arbre généalogique).

Vous pouvez avoir connaissance de pratiques de vos ancêtres ou d'événements responsables de séparations d'avec l'amour : pratique ésotérique, spiritisme, sorcellerie, franc-maçonnerie, magie... mais aussi d'avortements, de morts violentes, suicides, morts prématurées, maladies à répétition...

Vous avez bien compris que vous pouvez aller évangéliser votre arbre, informer ces personnes de l'Amour rédempteur, par la messe mais aussi par un travail de réconciliation.

**Première étape :** demander pardon à Dieu pour leurs fautes, mais aussi leur pardonner.

Par exemple, il n'est pas rare de trouver dans la généalogie des personnes stériles, des aïeux qui pratiquaient l'avortement. Ainsi dans ce cas il faudra aussi demander pardon aux bébés non-nés, car le plan de Dieu sur leur vie était autrement. Ces étapes de pardon sont essentielles afin que la grâce se déploie.

En confessant les péchés de nos ancêtres, nous coupons

tous les liens négatifs entre eux et nous. Nous faisons couler la Miséricorde sur eux. Nous portons souvent en nous des culpabilités ancestrales, et seules ces démarches peuvent en venir à bout. C'est la folie de la Miséricorde. Comme Barabbas, il nous faut admettre pouvoir se promener dans la rue, libre ! Jésus nous a définitivement libéré ; nous n'avons plus rien à payer. Alléluia !

**Les deuxième et troisième étapes sont des prières à réciter en communion avec les messes célébrées pour votre arbre généalogique** : une prière de guérison de l'arbre généalogique et une prière pour couper les liens, pour purifier et libérer. Nous vous transmettrons ces prières en vous envoyant le nom du prêtre et le lieu de la célébration de vos messes. Parallèlement, vous recevrez un appel à la conversion pour à mettre Dieu à la première place dans votre vie et dans votre famille

### **\* Deux démarches vous sont proposées**

1) Il existe aujourd'hui des centres chrétiens qui proposent un travail de guérison transgénérationnelle ou dans le cadre des retraites ou des journées que nous organisons (info : 02.43.64.23.25)

2) Nous vous proposons aussi de faire dire une messe pour votre arbre généalogique, une neuvaine de messe ou mieux une messe pour chaque personne de votre arbre généalogique sur quatre générations (2+4+8+16=30). Cela peut se faire dans le temps car cela représente 30 messes ! Nous pourrions appeler cela un trentain grégorien

généalogique (il n'est pas essentiel de connaître leur nom, vous pouvez dire, par exemple, pour mon arrière-arrière-grand-père maternel).

**Nous appellerons cette démarche "transplanter" notre arbre généalogique dans le Christ.**

**Attention ce n'est pas une démarche magique.**

Il ne suffit pas de "payer" une ou plusieurs messes. C'est une démarche spirituelle dans laquelle il est important de participer spirituellement par la prière et les gestes de réconciliations. Dans le domaine spirituel il n'y a plus ni temps, ni distance et même si je ne peux participer à la messe physiquement, il est important d'entrer vous-même spirituellement dans toute la démarche par la prière et la conversion ; alors nous voyons beaucoup de fruits. Nous voyons beaucoup de fruits étonnants de cette démarche toute simple : guérisons, réconciliations, conversion...

Faire célébrer des messes pour votre arbre généalogique et le plus beau cadeau que vous puissiez faire à vos ancêtres, à vous-même et à toute votre descendance. En effet, cet acte portera des fruits de bénédictions sur 1000 générations ! (Cf Exode 34, 7)

*\* Témoignage :*

*Depuis la célébration des messes de grands changements très positifs sont intervenus dans toute ma famille.*

*Merci Seigneur ! Françoise*

## Comment faire célébrer des messes ?

- Pour faire célébrer des messes pour votre arbre généalogique demandez à votre curé ou à un prêtre de votre connaissance.
- Vous pouvez aussi nous en demander à l'adresse ci-dessous.
- Pour cela merci de nous envoyer avec vos intentions de messes\* votre arbre généalogique ainsi que les événements difficiles et sombres de votre histoire familiale afin de tout remettre à Jésus. Vous recevrez en retour de votre courrier le nom du prêtre qui célébrera vos messes, le lieu, les dates ainsi que les prières de coupures de liens, de pardon et de réconciliation à prier de votre côté en union de coeur avec vos messes. Si vous êtes parents, nous vous conseillons de partir d'un de vos enfant afin de couvrir la branche paternelle et maternelle.

- Si vous souhaitez recevoir un arbre généalogique vierge à remplir, vous pouvez nous le demander à l'adresse ci-dessous (ou par téléphone).

- Si vous avez des questions pour approfondir ce thème par rapport à votre histoire personnelle, n'hésitez pas à contacter:

Myriam ou Thierry Fourchaud, 3 les Brijeaux

33190 Saint Michel de Lapujade (France)

Tel : 05.56.61.73.45. ou 05.56.61.75.26

- Prix indicatif pour votre offrande de Messe 12€, une neuvaine de messes 90€, et trentain grégorien de guérison de l'arbre généalogique 250€ . (chèques à l'ordre de La Bonne Nouvelle)

• Merci d'envoyer vos messes à : Cité de l'Immaculée – BP24 – 53170 Saint-Denis du Maine (France) Tel : 02.43.64.23.25.

• Pour aider les prêtres les plus démunis, et dans le cadre de la nouvelle évangélisation, nous envoyons ces intentions de messe en Afrique. Ces aides sont réservées dans le cadre de l'Eglise Catholique. Il est bien entendu que chacun donne ce qu'il peut, l'offrande étant considérée comme le sacrifice et la participation des fidèles au sacrifice eucharistique, car la bienveillance de Dieu nous est définitivement acquise en Jésus car le prix de son sacrifice est infini.

• Nous vous conseillons parallèlement de commander ce livre "je serai guéri !" car il complète parfaitement ce travail. Pour cela merci d'ajouter 10€.

Le livre « la mort, témoignages de vies ! » (5€) permet aussi de comprendre combien la vie continue après la mort.

Prière pour la réconciliation, la guérison et la libération de l'arbre généalogique.

Merci Seigneur, pour le don de la vie et pour tous dont Tu nous as comblés dans la famille que Tu as créée pour nous depuis le moment de notre conception, de naissance et de notre baptême. Tu connais Seigneur souffrances et les difficultés que nous rencontrons familles.

Seigneur Jésus-Christ, Tu es le serviteur qui as pris l'iniquité, les fautes et le châtiment de tous, tu fais la guérison et la libération. Tu es le Juste qui es proche des multitudes et intercesse pour les pécheurs.

Je viens devant Toi au nom de tous les membres de mille. Veuille m'accepter comme le représentant de nos ancêtres, de tous les membres décédés de toutes les générations, de toutes les générations qui ne sont pas encore dans ta Lumière et dans ton Amour. Veuille laisser couler de ton Sang Précieux : « Que les eaux de mon baptême refluent sur toutes les générations passées de l'arbre généalogique ». Toi, Jésus, Tu nous as reconnu, Dieu le Père des miséricordes et de toute consolation, nous as confié le ministère de la réconciliation. J'invoque le pardon de Ta Croix sur eux tous. Je plante la croix de Jésus dans toutes les générations passées. Je veux moi aussi pardonner, bénir tous nos ancêtres qui ont laissé des influences négatives à leur descendance (dire leurs noms et leurs influences sans avoir connaissance, en silence). Par Toi, -Christ Précieux, nous, leurs descendants (dire les noms) nous donnons du fond du cœur et nous les bénissons. Nous nous assurons au nom de Jésus, qu'aucun d'entre nous, vivant de leur connaissance ne leur en veut, ne les critique ou les condamne pour n'importe quel péché qu'ils ont commis durant leur vie terrestre.

Par Ton Cœur transpercé Jésus, nous leur demandons du fond du cœur si nous les avons offensés, abusés, rejetés, lâchés, maltraités, abandonnés ; si quelque chose leur est arrivé, si ils ont été malheureux, blessés ; victimes de la violence, de la honte, de la faim, de l'injustice, si nous les avons pas aimés comme ils le souhaitaient. Maintenant nous voulons « confesser les péchés et nous débarrasser de nos péchés » (1 Jean 1,9) et nous repentir pour eux.

Seigneur miséricordieux, nous te demandons-pardon (pochos dire en silence).

Je me repens pour tout meurtre, avortement, injustices ont commis, pour toute querelle de famille-qu'ils soient relative des questions de biens et de propriétés et ont divisés.

Je me repens de toute perversion morale ou-de toute application qu'ils ont eue dans l'occultisme, le spiritisme, le vaudou, le fétichisme et j'y renonce. En leur nom, je rejette Satan et toutes ses œuvres magiques. Je me repens spécialement de leur transgression du premier commandement de Dieu et de leur adoration des dieux et des idoles.

Je renonce et m'oppose formellement à toutes leurs mauvaises pratiques et à toutes les conséquences de leurs méfaits. Je repousse tout ce qui a pu être malheureusement d'ordonné dans les mariages de ma famille.

Je mets fin à toutes les haines enracinées dans ma famille. J'espère, que Ta miséricorde divine leur pardonne tout. Que Ton Sang Précieux les lave de toute iniquité et coupe tous leurs liens.

Que par la grâce du Sacrement Eucharistique du Christ pour eux, ils soient réconciliés avec les vivants et entrent dans la paix et la communion de Ton Amour et la joie éternelle du Christ Ressuscité.

Que tous leurs descendants affectés par leurs déobéissances ou leurs rebellions soient délivrés de toute malice, guéris et délivrés au Nom de Jésus. Ne permet que leurs péchés affligent encore notre famille.

Nous demandons aussi pardon tous les enfants d'œ les morts prématurés, les morts-nés de notre famille notre lignée génalogique, spécialement les bébés les victimes des fausses couches ou des grossesses utérines que nous avons blessés, rejetés, négligés nous n'avons pas prié ou fait dire des messes. Que Jésus les accueille dans son Cœur transpercé Que Marie la Mère Immaculée les prenne dans ses bras les console ! Qu'ils soient déliés de tous les blocs sent sur eux et sur les membres de leurs familles

(Vous pouvez aussi dire la prière page 2)

Deuxième étape : coupure des liens.

Prière dire 3 fois voix haute

Maintenant, au Nom de Jésus-Christ et par Son autorité j'oppose toute malédiction et je romps toute malédiction lancée contre l'un ou l'autre membre de ma famille sur nous le Sang de Jésus-Christ.

Au Nom de Jésus, je brise toute hérédité psychique lien ou domination diabolique maintenus sur ma lignée familiale cause de la désobéissance de l'un quelconque d'entre nous à eux. Je renonce toutes les œuvres de Satan que aux pratiques occultes de mes ancêtres et je adhère à Jésus-Christ, mon Seigneur et mon Sauveur, maintenant et pour toujours.

Par le Nom de Jésus-Christ, je déclare coupés tous les liens négatifs entre nous et chacun des membres de notre famille vivants ou défunts.

Seigneur notre Dieu, nous te remercions, -nous Te glorifions et nous te glorifions.

Amen !

## Prière de protection

Trinité Sainte, entre tes mains je remets mon Esprit  
Je me place au pied de la Croix de Jésus de Nazareth  
de Dieu venu dans la chair et je me couvre de Son Pr  
Sang. Sa lumière m'enveloppe.

Je réclame sur moi et sur ceux qui sont ici-présents  
sents dans mon cœur (énumérer les noms) la protection  
sang de l'Agneau de Dieu. Que son Sang nous purifie  
péchés et de nos fautes et nous protège de tout mal,  
attaque et de toute influence des ténèbres.

Que L'Esprit de Dieu nous couvre du bouclier de sa T  
Puissance !

Que la Vierge Marie nous couvre de son manteau de Re  
et nous introduise dans la victoire du Christ ressus  
Que saint Michel Archange nous défende dans ce comba  
et soit notre secours contre la malchance et les em  
du démon !

Garde-moi Seigneur-Jésus dans l'humilité, l'obéissance  
l'amour et la paix enracinés en Toi.

Amen !

Prière écrite par Jean Pliya

Prière pour un enfant avorté  
(à dire, si possible, par la maman)

La vie de tout être humain est entre tes mains, Seigneur Jésus, et tu as dit : Celui qui accueillera un enfant comme ce mon nom, c'est moi qui l'accueillera (Mt 18,5)

Petit bébé je te demande pardon de t'avoir refusé.

Père du Ciel je te demande pardon d'avoir refusé ton cadeau de vie. Son nom est :

(dire le prénom de baptême choisi pour votre enfant)

Père Créateur, j'accepte maintenant l'enfant que tu m'as donné, je l'accueille dans Ton amour et je déclare que je l'aime comme tu l'aimes ; je le reçois de Toi comme un gros cadeau, dans mon sein, pour qu'il grandisse mois après mois, jusqu'à sa naissance. Je désire lui donner la vie pour qu'il soit heureux.

Cet enfant bien-aimé, je Te le redonne de tout mon cœur.

Je le remets à Ta mère, à ma mère, à sa mère la Vierge Marie debout au pied de la Croix, pour qu'elle le mette dans Ton côté ouvert, dans Ton Cœur transpercé, ô Jésus.

Seigneur Jésus Miséricordieux, guéris-moi et libère totalement mon esprit de tout souvenir pénible et de tout traumatisme.

Délivre mon enfant et moi-même de toute emprise de l'esprit de mort. Et guéris mon enfant de toutes ses blessures de rejet et de manque d'amour. Comble-le de Ta paix et de Ta joie afin qu'il jubile de Toi, éternellement. Gardes-le Marie, sur ton Cœur Immaculé de Mère, jusqu'à ce qu'à nouveau, je puisse, moi aussi, le prendre dans mes bras. Amen !

Prière écrite par Jean Pliya et adaptée par Thierry Fourchaud

Si vous avez avorté ou si vous avez été consentant pour faire un avortement, il est important de ce se confesser, de donner un p enfant et de faire célébrer une messe pour lui. Il est possible prière et cette démarche dans le cas d'une fausse-couche.

## GUÉRIR PAR LA PUISSANCE DE LA PAROLE DE DIEU

Les mantras bibliques

Ce terme “mantras” peut paraître choquant pour certains, mais c’est uniquement pour bien faire comprendre le principe proposé ci-dessous. Le *mantra* est une syllabe ou une phrase sacrée, à laquelle est attribuée un pouvoir spirituel, dans l’hindouisme et le bouddhisme.

Chez les chrétiens, Jésus nous dit : priez sans cesse, et aussi : les paroles que je vous ai dites sont esprit et vie. Dieu nous appelle à redécouvrir la Bible et la puissance agissante et efficace de sa Parole.

Alors, mettons-nous à l’école du Verbe fait chair !

Une nouvelle application

Parfois dans nos vies nous vivons des situations de stress ou de conflits. Nous pouvons entendre des paroles destructrices ou ressentir des gestes de malédiction. Voici un moyen simple de nous aider à retrouver la paix intérieure. Vous trouverez à la suite de ce texte une petite série de Paroles de bénédiction. Ce sont des phrases extraites des psaumes (car c’est une mine d’or !) Dieu prononce la bénédiction qu’il veut faire reposer sur nous. Si nous écoutons et accueillons cette Parole avec Foi, elle vient alors s’incarner et se réaliser dans notre vie

En fonction de l’agression que vous avez subie ou du sentiment ressenti dans votre cœur, choisissez parmi cette petite liste (ci-après), ou directement dans la Bible, une phrase “réparatrice”.

Par parole réparatrice nous entendons comme un baume qui vient doucement soulager, guérir et cicatriser la blessure. Exemple : je ressens une frustration. Dans ce cas, je peux répéter, mâcher et ruminer cet extrait du psaume 22 : le Seigneur est mon berger, je ne manque de rien.

Je vais écrire, apprendre par cœur et répéter sans cesse en moi cette Parole jusqu'à ce qu'elle vienne s'incarner et prendre vie dans mon âme. Je pourrai aussi la répéter ou la chanter, ensuite, autant de fois que nécessaire quand la situation de frustration se reproduira.

La parole devient alors comme un glaive, une épée tranchante pour me défendre : Tenez-vous donc debout, avec la Vérité pour ceinture, la Justice pour cuirasse, les chaussures de la Paix, le zèle de propager l'Évangile de la Paix en main, le bouclier de la Foi, grâce auquel vous recevrez et ôterez tous les traits enflammés du Mauvais. Recevez le casque du Salut et le glaive de l'Esprit. Dire la Parole de Dieu.<sup>(Eph. 6,15)</sup>

Un baume divin

La parole qui sort de ma bouche, ne revient pas sans effet, sans avoir accompli l'objet de sa mission. Vous partirez dans la joie et vous serez ramenés. (Is. 55,11) Ainsi laissez bien descendre en vous cette Parole de vie. Alors elle devient agissante, bienfaitrice...

C'est avant tout dans cette démarche de Foi, d'accueil et de conversion que cette promesse de Dieu va porter son fruit pour s'incarner concrètement en vous.

Entrer dans la bénédiction, c'est comme emprunter un chemin de reconstruction intérieure à vivre jour après jour...

Qu'est-ce que la bénédiction ?

En latin, le mot bénir est clair et simple : « benedicere », dire du bien. Dès la Genèse, nous remarquons que la Parole de Dieu est créatrice. Dieu dit, que la lumière soit ! la lumière est ! Quand Dieu parle, la Parole se réalise, il crée ainsi la lumière, la terre, le ciel, les plantes, les animaux, l'homme et la femme et tout ce qui existe et qui est beau et bon. Donc, accueillons la Parole de bénédiction de Dieu afin qu'elle se réalise en nous et en notre famille.

Comme une source intarissable, plus nous accueillons cette bénédiction et plus nous la portons et la donnons autour de nous. Nous devenons ainsi porteurs par nos paroles et notre rayonnement, d'une grâce de vie et d'espérance.

Comme la Samaritaine qui a soif d'amour, chaque jour nous pouvons ainsi nous abreuver à la source de l'Amour de Dieu. C'est vous qui en toute liberté, allez ressentir l'utilisation personnelle de cet outil de guérison par la Parole.

Petite liste extraite des 25 premiers psaumes  
compléter selon votre cœur avec votre Bible

Psaume 1,2 : Heureux l'homme qui ne suit pas le conseil des impies, ni dans la voie des égarés ne s'arrête, ni au siège des rieurs ne s'assied, mais se plaît dans la loi du Seigneur, mais murmure sa loi jour et nuit !

Psaume 2 : J'énoncerai le décret du Seigneur : Il m'a dit : Tu es mon fils, moi, aujourd'hui, je t'ai engendré.

Psaume 3,4 : A pleine voix je crie vers le Seigneur. Il me répond de sa montagne sainte. Et moi, je me couche et m'endors, je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.

Psaume 4,8 : Fais lever sur nous la lumière de ta face. Seigneur, tu as mis en mon cœur plus de joie qu'aux jours où leur froment, leur vin nouveau débordent. En paix, tout aussitôt, je me couche et je dors : c'est toi, Seigneur, qui m'établis à part, en sécurité.

Psaume 5 : Joie pour tous ceux que tu abrites Seigneur, réjouissance à jamais ; tu les protèges, en toi exultent les amants de ton nom.

Psaume 6,4 : Pitié pour moi mon Dieu, je suis à bout de force, guéris-moi ! Seigneur, mes os et mon âme sont bouleversés. Mais toi, Seigneur, jusques à quand ? Reviens, Seigneur, délivre mon âme, sauve-moi, en raison de ton amour.

Psaume 9,15 : Pitié pour moi, Seigneur, vois mon malheur, tu me fais remonter des portes de la mort, que j'énonce toute ta louange aux portes de la fille de Sion, joyeux de ton salut.

Psaume 11 : Le Seigneur est juste, il aime la justice, les cœurs droits contempleront sa face.

Psaume 13 : Pour moi, en ton amour je me confie; que mon cœur exulte, que je chante au Seigneur pour le bien qu'il m'a fait, que je joue pour le nom du Seigneur le Très-Haut !

Psaume 16 : Garde-moi, ô Dieu, mon refuge est en toi.

Psaume 16 : Tu m'apprendras Seigneur le chemin de vie. Devant ta face, plénitude de joie. A ta droite, délices éternelles.

Psaume 18 : Le Seigneur est mon roc et ma forteresse, mon libérateur, c'est mon Dieu. Je m'abrite en lui, mon rocher, mon bouclier et ma force de salut, ma citadelle et mon refuge.

Psaume 18,20 : Le Seigneur est pour moi un appui. Il m'a dégagé, mis au large, il m'a sauvé, car il m'aime.

Psaume 18,30 : C'est toi, Seigneur, ma lampe, mon Dieu éclaire mes ténèbres ; avec toi je force l'enceinte, avec mon Dieu je saute la muraille.

Psaume 19 : Agrée les paroles de ma bouche et le murmure de mon coeur, sans trêve devant toi, Seigneur, mon rocher, mon sauveur !

Psaume 23 : Passerais-je un ravin de ténèbres, je ne crains aucun mal car tu es près de moi.

Psaume 25 : Fais-moi connaître, Seigneur, tes voies, enseigne-moi tes sentiers.



## CULTIVATEUR D AMOUR

L expørience

### **Voici une histoire vraie.**

Dans une école japonaise, une curieuse expérience a été menée. Au lieu de faire germer des lentilles ou des haricots sur du coton, comme nous le faisons quand nous étions enfants, les petits nippons ont mis à germer du riz dans deux bocaux. Sur le premier bocal, ils prononçaient chaque jour de bonnes et belles paroles et sur l'autre, ils proféraient des insultes et des gros mots. Au bout d'un mois, s'élevaient dans le premier bocal de belles pousses vertes, mais dans le second on ne pouvait constater que de la moisissure.

Cette expérience peut être répétée.

D'ailleurs, aux Etats-Unis, une expérience un peu similaire a été faite avec des plantes vertes. Elles se trouvaient dans deux pièces : d'un côté avec de la musique classique et de l'autre, de la musique techno au rythme infernal.

Mêmes constatations qu'au Japon : les plantes préfèrent la douce musique de Mozart !

Est-ce que nous les hommes, nous ne réagissons pas un peu comme les plantes ?

Et le verbe s est fait chair !

Partout dans la Bible, Dieu crée toujours par sa Parole. Il nous a créés, homme et femme, à son image et à sa ressemblance. Nous sommes donc co-créateurs par notre parole.

Voici la suite de l'histoire : Le Verbe Øtait la lumière vØrtable, qui Øclaire tout homme; il venait dans le monde, Øtait dans le monde, et le monde fut par lui, et l

l'a pas reconnu. Il est venu chez lui, et les siens l'ont  
accueilli. Mais tous ceux qui l'ont accueilli, il a voulu  
voir de devenir enfants de Dieu, ceux qui croient en son  
nom(...) Et le Verbe s'est fait chair et il a habit<sup>é</sup>  
(Jean 1,10-14)

Le feu rouge

### **Voici une autre histoire vraie.**

Un matin, de bonne heure et de bonne humeur, Cécile s'en  
allait travailler en chantant la gloire de Dieu dans sa petite  
auto. Elle s'arrête au feu rouge. Elle voit à ce moment-là  
arriver un monsieur à pied, sur sa droite, pour traverser,  
visiblement (vu sa tête) dans des pensées négatives. Il la  
regarde, et là, spontanément, Cécile lui fait son plus beau  
sourire. Etonné d'abord, il lui répond lui aussi, après un  
temps d'hésitation, par un large sourire. A ce moment pré-  
cis, arrive une dame sur le trottoir d'en face qui s'apprête à  
traverser, elle aussi, sur le même passage protégé. Elle  
surprend, visiblement perplexe au premier abord, l'é-  
change de sourires... Finalement, après une seconde d'hé-  
sitation, elle plonge, elle aussi, dans cet échange joyeux et  
montre, elle aussi, un large sourire et des yeux pleins de  
tendresse et de reconnaissance...

Voilà là, un secret inestimable. Miracle de l'alchimie  
humaine, nous sommes tous porteurs, selon nos réactions,  
de bonté et d'amour ou inversement de tristesse et de  
stress...

Je te propose la vie ou la mort, la b<sup>en</sup>édiction ou la m<sup>al</sup>  
édiction. Choisis donc la vie par que toi et ta post<sup>é</sup>rit<sup>é</sup> voi-  
vriez, aimant le Seigneur ton Dieu, <sup>en</sup>coutant sa voi-  
tachant lui ; car l est ta vie. (Dt 30,20)

Rien que pour aujourd'hui

Oui, nous avons tous une grande responsabilité et un grand pouvoir de vie et de mort par ce que nous transmettons aux autres. Nous communiquons toujours quelque chose à notre entourage, même lorsque nous ne le voulons pas !

Exemple, celui qui boude ou celui qui prie...

Il a été déterminé que 80% de la communication est non verbale.

Alors, portons la vie ! Comment faire ?

Allons puiser à la source de l'Amour, et en particulier dans le Cœur et la Parole de Dieu, la force d'être artisans de paix et de joie.

C'est un travail de rééducation de nous-même et de conversion, qui nous permettra, petit à petit, d'être porteur de Dieu (comme Marie), donc de vie, à chaque instant, sans même nous en rendre compte.

Laissons-nous façonner par le divin potier...

Pour vous aider au quotidien, nous avons mis en place un petit outil internet, qui s'appelle "Rien que pour aujourd'hui".

Vous le trouverez en allant sur notre site : [www.mariereine.com](http://www.mariereine.com)

Si vous n'avez pas internet, vous pouvez aussi commander la liste des bénédictions et des bonnes résolutions à la Communion Marie Reine de la Paix (info page 279)

Je vous donne un commandement nouveau :  
vous aimer les uns les autres,  
comme je vous ai aimés,  
aimez-vous les uns les autres.

*(Jn 13,34)*



## dU mÊme auteur



**Un cri vers le Ciel** Un livre pour tous.  
Chemin de guérison intérieure doublé d'une neuvaine pour  
prier de tout son cœur le Ciel d'intervenir dans les situa-  
tions les plus difficiles. Prix indicatif 5€  
**Existe aussi en CD audio 5€**



**LA MORT, TÉMOIGNAGE DE VIE !**  
Un livre de témoignages avant, pendant et après la mort  
! Les NDE, le suicide, la prière...  
Une bombe d'espérance ! Prix : 5€



Le chemin de Croix et de guérison  
Livre illustré à partir des photos du film de Mel Gib-  
son "la Passion du Christ" avec la Parole de Dieu et  
une méditation pour recevoir la guérison car c'est par  
ses blessures que nous sommes ~~(guéris)~~s  
Prix indicatif 5€



Livre le Rosaire  
Un magnifique tableau pour chacun des 20 mystères du Ro-  
saire et une explication du pape Jean-Paul II.  
Prix indicatif 5€  
**Existe en double CD audio : 7€ (Rosaire psalmodié)**



Occultisme qu'en penser ?  
Apporter des réponses par le témoignage sur : le spiritisme,  
l'occultisme, la voyance, l'astrologie, l'horoscope, les lignes  
de la main, les envoûtements, les superstitions, les mé-  
diums, les magnétiseurs, les guérisseurs, le yoga, les roses-  
croix, le chamanisme, franc-maçonnerie, la musique dé-  
moniaque, le satanisme, les pièges du démon...  
Prix indicatif 7€

**Information et commande à la Cité de l'Immaculée.  
Voir coordonnées ci-contre.**

## Informations pratiques

Ce livre s'inscrit dans l'esprit de la Communion Marie Reine de la Paix. Le but de la CMRP est de faire grandir la paix dans les cœurs pour vaincre le mal par le bien.

\* Pour cela, nous diffusons trois revues :

- Le Maria (20€ par an)
- La Carte de Marie (18€ par an)
- Le mensuel La Bonne Nouvelle (38€ par an)

\* En complément de ce livre Je serai guéri nous diffusons aussi les livres de consécration à Dieu par Marie

- pour adultes
- pour les familles
- pour les jeunes
- pour les enfants.

Prix indicatif pour chaque livre 10€

\* Nous diffusons également des listes et des outils

- Les bonnes résolutions, (extraits dans ce livre)
- Les bénédictions, (extraits dans ce livre)
- La liste des Saints
- La liste de Marie
- La liste de Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus
- Le pacte d'alliance avec Jésus-Christ

Prix indicatif unitaire 2€

Information ou commande :

Cité de l'Immaculée - BP 24

53170 Saint-Denis-du-Maine (France)

Tel : 02.43.64.23.25 - site : [www.mariereine.com](http://www.mariereine.com)

L'association Marie Reine de la Paix est reconnue par la conférence des Evêques de France. (répertoire des Ctés nouvelles du 25/4/97)

## POUR EN SAVOIR PLUS...

### ■ LIVRES

- Histoire d'une me

S<sup>te</sup> Thérèse de l'Enfant-Jésus. Manuscrit autobiographique de la plus grande sainte des temps modernes.

370 pages, 20,60€

- Un cri vers le Ciel

Par Thierry Fourchaud.

Une puissante neuvaine de guérison intérieure.

80 pages, 5€

- Chemin de Croix et de guérison

Par Thierry Fourchaud. Une méditation du chemin de Croix à partir des photos du film de Mel Gibson : La passion.

80 pages 5€

- A fond la vie

Une BD pour les grands... au cœur d'enfant par Floris Brouwers, qui a illustré ce livre. 207 pages, 18€

Du même auteur :

Réveille ton cœur ~~7€~~

Ton bonheur c'est quelqun ~~14€~~

- Maman, ne me quitte pas !

Par Bernadette Lemoine, un livre pour aider les parents à mieux comprendre leurs enfants. 225 p., 18€

- Occultisme et christianisme

Maurice Caillet nous aide à discerner sur l'ésotérisme, le spiritisme, la radiesthésie, le magnétisme, l'acupuncture, l'astrologie, l'homéopathie, le new âge, la soprologie.... 40 pages, 5€

- Des ténèbres la lumière

Jean Plyia. Basé sur la Parole de Dieu et à travers des témoignages l'auteur nous montre comment passer des ténèbres à la lumière par une prière pour la délivrance. 376 p, 16€

- Gœnœlogie et Eucharistie. Chemin de guœrison des racines familiales.

D<sup>r</sup> Kenneth Mc All. Notre histoire familiale, des personnes, des lieux, des événements peuvent contrarier gravement notre vie actuelle ou celle de notre entourage. La messe est un puissant moyen de guœrison pour nous et notre famille. 194 pages, 16€

#### ■ CD AUDIO

- Le pardon en famille

Christine Ponsard. Plus on aime, plus le pardon devient nécessaire. Une cassette de base pour la famille. 4€

- La guœrison du couple

Bernard Dubois. Des moyens pour la guœrison face aux difficultés rencontrées dans chaque famille. 4€

- La famille, lieu d'accueil de la vie

Xavier Lacroix. Un enseignement en profondeur pour comprendre et préserver la beauté de la cellule familiale où la vie, don de Dieu est transmise. 4€

- Famille, ne te laisse pas dōtruire !

Sr Emmanuel. En toute situation, aussi dramatique soit-elle, le Seigneur a un plan de victoire. Tēmoignage de feu ! 4€

■ DVD -- Une mēre pour guōrir du vide

Sr Emmanuel nous prēsente comment Marie, prēsente ā Medjugorje, est une mēre qui peut combler de ses trēsors les vides de notre cōeur, afin de ne plus vivre comme des orphelins solitaires.

Le DVD 24€

■ CD audio Adore-le

Des chants de louange et d'intercession pour nous aider ā accueillir Dieu dans notre āme. Le CD audio 19€

---

Envoyez toutes vos commandes sur papier libre ā :

Librairie Ephēse Diffusion  
BP 36, Citō de l Immaculōe  
53170 Saint Denis du Maine (France)

Tēl : 02 43 64 27 03

E-mail : [ephese.diffusion@librairiechrētienne.net](mailto:ephese.diffusion@librairiechrētienne.net)

Site : [www.librairiechretienne.net](http://www.librairiechretienne.net)

Joindre avec votre rēglement (ā l'ordre de Ephēse Diffusion) :

+ 4€ de participation aux frais de port pour la France Mēropolitaine. + 9€ pour les Dom-Tom et les pays ētrangers.

Nous vous enverrons la commande par retour. N'oubliez pas de nous indiquer vos nom et adresse de maniēre lisible.

Autres apostolats  
de la Communion marie reine de la paix  
en France

■ RETRAITES - P"LERINAGES

Si vous souhaitez des informations sur nos retraites-pÈles  
Fatima, en Isra"l, au Liban et Medjugorje :

**Communion  
Marie Reine de la Paix - "Marie Source de Vie" BP 14 - Saint-Martin du Bec - 76133 Rolleville (France) - Tél. : 02 35 30 28 43**

■ RETRAITES PR'CH ES

Si vous souhaitez vivre une retraite pr"ch"e par Thierry  
partir de ce livre je serai gu"ri ! , ou une autre retraite  
contactez :

**Communion Marie Reine de la Paix - "C"oeur de J"esus"  
- BP 36 - 53170 Saint Denis du Maine (France) - 02.43.26.88.55.**

■ COMMUNION MARIE REINE DES ENFANTS

Chemin de cons"cration pour les enfants (6 12 ans) en 9  
partir d un livre et d une cassette de cons"cration la  
par les mains de Marie : « Voici ta MÈre. »

Pour tout renseignement :

**Communion Marie Reine des enfants - 5,  
route de Saissac - 11 310 Saint Denis (France)**

■ COMMUNION MARIE REINE DES FAMILLES

Chemin de gu"rison pour les couples et les familles. Retrouver  
et retrouver l espoir dans les familles en souffrance.

Informations : **Roland et Francine Blanquart 06.30.48.47.16**



## **Vous venez de finir ce livre...**

Maintenant le travail commence...

Il suffit d'ouvrir les yeux pour constater à quel point notre monde est dans l'ignorance et la désinformation...

Mais pas de panique Jésus est vainqueur !

*Gardez courage ! J'ai vaincu le monde.*

(Jn 16, 33)

Pendant il nous appelle à être acteur :

***“Allez dans le monde entier,  
proclamez l’Evangile à toute la création.”*** (Mc 16,15)

## **SOYEZ ACTIF !**

**Devenez instrument d’amour pour tout votre entourage :**

- qui est seul ?
- qui a des problèmes, des soucis ?
- qui a besoin d’un véritable chemin de guérison intérieure ?

## **VOTRE MISSION : Témoigner !**

Où : chez vous, dans votre famille, dans votre paroisse, dans votre groupe de prière...

Bien sûr, pour vous aider, vous pouvez commander ce livre pour le donner selon votre cœur, car voici un cadeau qui peut porter beaucoup de fruits !

Livre : Je serai guéri !

Prix du livre : 10€ ou 10 livres pour 80€

Vous pouvez le commander à l’adresse page 281.

# NOTES PERSONNELLES

L'éditeur et les auteurs remercient vivement tous ceux qui les ont autorisés à reproduire leurs prières, leurs chants, ainsi que les documents qui ont servi aux illustrations.

Un grand merci en particulier à Floris pour les dessins et pour les photos à Edouard Boubat et Joe Mixan.

### Appel à témoins

- Vous avez été touché, réconforté ou éclairé par un ou plusieurs passages de ce livre.
- Vous avez un témoignage complémentaire à apporter.

N'hésitez pas à m'écrire à :

Thierry Fourchaud

La Bonne Nouvelle

3 les Brijeaux

33190 Saint-Michel-de-Lapujade (France)

E.mail : [info@labonnenouvelle.fr](mailto:info@labonnenouvelle.fr)

Imprimé en France Dépôt légal : Juin 2007



Le monde est en fin  
Il n'est plus temps de se  
des choses de peu d'importance  
Sainte Thérèse d'Avila