

Printemps 2017

L'ÉCHO

Volume 36 • Numéro 1



VIVRE et AIMER



« *Comme je vous ai aimés* »

www.vivreetaimer.com

Mot de la rédaction

Bonjour ami(e)s lecteurs du Journal L'Écho

Déjà le printemps est arrivé, même s'il tarde à plusieurs reprises à se faire réellement sentir. Et avec le printemps nous vivons le temps de Pâques, le temps de la Résurrection. Que ce moment suprême de notre Foi nous redonne vigueur et vie nouvelle pour l'avenir de chacun et chacune.

Nous vous proposons dans cette parution du Journal L'Écho de nombreux articles voulant vous mettre en réflexion et en route vers ceux et celles que nous aimons.

Parmi les sujets suggérés, nous réfléchissons grâce à un texte sur le sourire; un autre sur notre écoute; un troisième sur la gratitude. Nous pourrions aussi découvrir notre mission de vie ou le sens de notre vie. Vous trouverez aussi une offre de chiots à vendre.

Le thème du Carême proposé par la Liturgie est : « Debout, suivons-le. » N'est-ce pas très près de ce que nous faisons dans Vivre et Aimer : prendre notre vie en mains au lieu de se laisser vivre. Vivre debout et poser des gestes d'amour et non pas se laisser emporter dans la vie trépidante et sans direction précise que l'on nous propose aujourd'hui.

Nous vous remercions et félicitons de prendre le temps de lire le Journal L'Écho. Nous vous rappelons que ce journal est votre journal et que nous sommes toujours heureux de recevoir de vos nouvelles. Également, nous nous ferons un plaisir de publier vos textes, comme un résumé du contenu d'une rencontre de Communauté de Soutien et la description de vos responsabilités dans notre mouvement Vivre et Aimer. N'attendez pas l'interpellation venant de nous pour mieux vous faire connaître et faire connaître ce que vous faites dans Vivre et Aimer. Toujours vous serez les bienvenus.

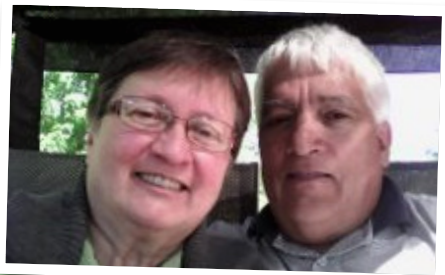
Nos coordonnateurs Sylvie et Richard sont présentement en Europe et nous ont demandés de transmettre leurs salutations à tous.

Merci de votre collaboration pour faire de ce journal un journal encore plus vivant et plus près de nous. Tous nous nous en féliciterons et améliorerons notre façon de vivre et d'aimer.

Les responsables du Journal L'Écho sont Louise Lefebvre et Benoît Gilbert.

Adresse e-mail :
benoitgilbert@videotron.ca

Nous avons de nombreux collaborateurs pour la mise en page et l'édition. Mercis à tous.





PENSÉES

- **J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé.** (*Voltaire*)
- **Le sourire est la langue universelle de la bonté.** (*William Arthur Ward*)
- **Tout au long de notre vie, nous avons à nous émerveiller de tout ce qui nous entoure, spécialement des personnes avec qui nous faisons route au fil des jours.** (*François Thibodeau*)
- **Un seul mot peut être plus précieux que tous les trésors de la terre.** (*Inayat Khan, poète indien*)
- **Que sera demain? Il sera ce que nous en ferons. À chaque instant, nous inventons le monde. L'histoire n'est pas un chemin tracé d'avance : elle se cherche, se crée, se construit par nous, avec nous, à travers nous. C'est ce qui la rend si passionnante.** (*Henri Boulad*)
- **Chaque jour de notre vie est un événement! Un événement qu'il faut prendre comme un cadeau que Dieu nous fait, comme un espace où nous sera donné la liberté de l'aimer et d'aimer nos frères; de l'adorer et de faire connaître sa splendeur aux hommes.** (*Jean-Marie Lustiger*)
- **Fais de chaque seconde une expérience enrichissante, sans t'inquiéter du temps qui fuit et des matins qui ne reviennent plus. Le présent est la seule chose qui n'ait pas de fin.** (*Sagesse amérindienne*)
- **L'extraordinaire se trouve sur le chemin des gens ordinaires.** (*Paul Coelho*)

Exercice pour découvrir sa mission de vie

Votre mission de vie représente votre déclaration personnelle ainsi que votre système de croyances et votre échelle de valeurs. Elle devrait répondre à des questions comme celles-ci :

1. Vous avez 100 ans et quelqu'un vous offre d'écrire une biographie sur vos actions accomplies. Quelles seraient ces actions?
2. Comment je veux que l'on se souvienne de moi après ma mort?
3. Qu'est-ce que je fais dans la vie qui en vaut l'effort?
4. Qu'est-ce qui est vraiment important?
5. À quoi j'attache une grande valeur?
6. Qu'est-ce qui me tient le plus à cœur?
7. Quel est le sens de ma vie?

Ma mission de vie est :

Après avoir fait cet exercice, quels sont les sentiments qui remontent en moi et que j'aimerais te partager?



Prière

Seigneur, il y a des couples heureux, amoureux et unis.

Ils sont entrés dans ton projet d'amour avec enthousiasme, confiants en ta présence constante à leurs côtés.

Ils réussissent à former un foyer où le dialogue, la tendresse et le partage se vivent dans le respect, la fidélité et la durée.

Nous te rendons grâce pour tous ces beaux couples.

D'autres subissent l'échec de leur union.

Vois, Seigneur, la souffrance des couples minés par l'infidélité, les dépendances aux jeux ou aux drogues, aux prises avec la violence physique ou verbale, la pauvreté.

Toi qui as le cœur plein de tendresse pour toutes les personnes, garde-nous de tout jugement, de rejet ou d'exclusion à leur égard.

Tu connais leur soif de bonheur, ravive en eux l'espérance!

Regarde, Seigneur, tous les enfants touchés par la séparation ou le divorce de leurs parents et qui se sentent tristes, coupables ou inquiets.

Mets sur leur route des personnes qui témoignent de ton Esprit d'amour qui console, rassure et apporte la paix.

Tiré du Prions en Eglise 4 octobre 2015 texte de Lise Hudon-Bonin

« UN SOURIRE POUR TOI!!! »

Le sourire est contagieux, tu l'attrapes comme le rhume, quand quelqu'un m'a souri aujourd'hui, j'ai commencé à sourire aussi.

J'ai tourné le coin et quelqu'un a vu mon sourire. Quand il a souri, j'ai réalisé que je venais de le lui passer. J'ai réfléchi à ce sourire et j'ai réalisé sa valeur. Un simple sourire, comme le mien, peut faire le tour du monde.

Alors, si vous avez envie de sourire, ne le retenez pas, montrez-le; débutons une épidémie, et infectons le monde!

Tout le monde a besoin d'un sourire!!!

C.j.m.s. quand je suis accueillie par toi avec un beau sourire ?

« LA GRATITUDE »

Les mécanismes d'adaptation nous incitent à considérer comme acquis, voire comme un dû, ce dont nous bénéficions. Or, il s'agit de privilèges auxquels beaucoup d'habitants de la planète n'osent même pas rêver. Il est bon de se rappeler la chance que nous avons afin d'apprécier à leur juste valeur tous ces bienfaits.

Quels sont les bienfaits dont vous jouissez? Faites une liste de 10 bienfaits ?

C.j.m.s. face à ma réponse?

À votre agenda



Si vous avez des connaissances qui seraient intéressées à vivre la fin de semaine, nous comptons sur vous pour leur en parler et leur offrir un dépliant de la fin de semaine.

Prochains week-ends :

Région de Québec : 5, 6 et 7 mai 2017

Région de Sherbrooke : 21, 22 et 23 avril 2017

Prochain ressourcement : 29 avril 2017
à la sacristie de l'église Notre-Dame-de-la-Garde

Vous trouverez toutes les informations nécessaires
sur le site web www.vivreetaimer.com



Chiots à vendre!

Un gérant d'une boutique clouait une pancarte au-dessus de sa porte où l'on pouvait lire « *Chiots à vendre* ».

Bientôt un petit garçon fut attiré par l'annonce, et demanda « *À quel prix vendez-vous ces chiots* ». Le propriétaire du magasin répondit, « *Autour de 30\$-50\$* ». Le petit garçon chercha dans sa poche et sortit de la monnaie... « *J'ai 2,37\$, est-ce que je peux les regarder* »?

Le propriétaire du magasin sourit et siffla. Sa chienne, nommée Lady, courut hors du chenil, vers l'allée de son magasin, suivie par cinq petits chiots. Mais un des chiots restait loin derrière. Immédiatement, le petit garçon choisit le chiot boiteux resté en arrière. Il demanda « *De quoi souffre ce petit chien* »? L'homme expliqua qu'à sa naissance, le vétérinaire lui avait annoncé que le chiot avait une malformation de la hanche qui le ferait boiter pour le restant de sa vie. Le petit garçon devint vraiment enthousiasmé et dit « *C'est le chiot que je veux acheter* »!

L'homme répondit « *Non, tu ne peux pas acheter ce petit chien, si tu le veux vraiment, je te le donne!* » Le petit garçon devint bouleversé. Il regarda l'homme droit dans les yeux et dit « *Je ne veux pas que vous me le donniez. Il vaut autant que les autres chiens, et je vous paierai le plein prix. En fait je vous donnerai 2,37\$ maintenant et 50 cents chaque mois jusqu'à ce que j'aie fini de le payer.*»

L'homme contrecarra. « *Tu ne peux pas acheter ce chiot, vraiment! Il ne sera jamais capable de courir, de sauter et de jouer. Aime d'autres chiots.*» Alors, le petit garçon se pencha vers le bas, puis il enroula la manche de son pantalon, et montre une jambe malade, tordue, estropiée, supportée par une grande tige de métal. Il regarda l'homme et dit, « *Je ne cours pas très bien et le petit chiot aura besoin de quelqu'un qui le comprenne* ».

À ce moment, l'homme mordit sa lèvre inférieure. Des larmes lui piquaient les yeux... Il sourit et dit, « *Mon garçon, j'espère et je prie pour que chacun de ces chiots ait un propriétaire tel que toi* ». (auteur inconnu)

C.j.m.s. quand dans mon couple je me sens apprécié(e) pour ce que je suis, quand je suis accepté(e) et aimé(e) inconditionnellement?

Écoute-moi

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. Accorde-moi seulement quelques instants. Accepte ce que je vis, ce que je sens, sans réticence, sans jugement.

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. Ne me bombarde pas de conseils et d'idées. Ne te crois pas obligé de régler mes difficultés. Manquerais-tu de confiance en mes capacités?

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. N'essaie pas de me distraire ou de m'amuser, je croirais que tu ne comprends pas l'importance de ce que je vis en moi.

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. Surtout ne me juge pas, ne me blâme pas. Voudrais-tu que ta moralité me fasse crouler de culpabilité?

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. Ne te crois pas non plus obligé d'approuver. Si j'ai besoin de me raconter, c'est simplement pour être libéré.

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. N'interprète pas et n'essaie pas d'analyser, je me sentirais incompris et manipulé et je ne pourrais plus rien te communiquer

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. Ne m'interromps pas pour me questionner. N'essaie pas de forcer mon domaine caché, je sais jusqu'où je peux et veux aller.

Écoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler. Respecte les silences qui me font cheminer. Garde -toi bien de les briser, c'est par eux bien souvent que je suis éclairé.

Alors maintenant, que tu m'as bien écouté, je t'en prie, tu peux parler avec tendresse et disponibilité. À mon tour, je t'écouterai.

«Vie en couple, couple en vie» par Dolly Demitro

- 1- J'identifie un moment où je me suis senti écouté(e) ou non écouté(e)?
- 2- Quels sont les sentiments vécus à ce moment-là?
- 3- Quels ont été mes comportements, mes façons d'agir?
- 4- Quels sont les besoins comblés ou non comblés?
- 5- Qu'est-ce que je peux faire pour combler ces besoins?
- 6- Qu'est-ce que je décide de faire suite à mes prises de conscience?

Questions de dialogue pour le printemps 2017

- C.j.m.s. quand je me réveille à tes côtés?
- C.j.m.s. quand nous faisons l'amour même après que l'un de nous deux ait dit non?
- C.j.m.s. lorsque tu soulignes mes erreurs en public?
- C.j.m.s. lorsque je suis à l'église avec toi?
- C.j.m.s. face à la perte d'un bien cher?
- C.j.m.s. quand nous passons une soirée avec de bons amis?
- Qu'as-tu fait aujourd'hui pour que je me sente «spécial(e)»?
C.j.m.s. face à ma réponse?
- Quelle est la plus grande leçon que mon père m'a apprise?
C.j.m.s. face à ma réponse?
- C.j.m.s. quand tu m'exprimes le besoin d'avoir du temps libre?
- C.j.m.s. quand tu m'achètes un cadeau et que je sais très bien que nous n'avons pas les moyens de nous payer cela?
- C.j.m.s. quand tu me demandes comment j'ai passé mon temps aujourd'hui?
- C.j.m.s. en te disant tous les jours que je t'aime dans ma lettre ?
- Si notre maison était en feu, quelle chose aimerais-je sauver?
C.j.m.s. face à ma réponse?
- De quelle manière puis-je être l'époux(se) dont tu as besoin maintenant ? C.j.m.s. face à ma réponse?
- C.j.m.s. quand les enfants sont à la maison?
- C.j.m.s. dans mon dialogue présentement?

Anniversaires de mariage et d'ordination



Mars

18 1989 Adriana **Mendez**, Luis **Silva**

Avril

4 1999 Jelena et Slagda **Mitojevic**
 7 1969 Marise **Proteau**, Lionel **Therrien**
 17 1999 Annie **Marleau**, Maxime **Clermont**
 22 2006 Anne-Laure **Castelli**, Claude **Blanchet**
 24 1976 Marie- Hélène **Langevin**, Owen **Duguay**

Mai

1 1993 Odile **Lambilly**, Gery **Van Der Kelen**
 2 1987 Martine **Dompierre**, Michel **Bouchard**
 5 1979 Diane **Plante**, Denis **Ferland**
 6 1972 Gisèle **Lessard**, Claude **Fortin**
 7 2016 M-**Emilie C-Roussin**, Léo **Desrochers**
 10 1980 Nicole **Vachon**, Matthew A. **Garriss**
 11 1974 Jocelyne **Jacques**, Lionel **Lambert**
 12 1979 Manon et Robert **Dion**
 14 2008 Mélanie **Boulet**, David **Maheux**
 15 1965 Céline **Dumas**, Pierre **Racine**
 15 1976 Line et Richard **Simard**
 15 1983 François **Paradis**, prêtre
 17 1969 Andréa et Louis- Marcel **Daigle**
 18 1985 Linda **de la Chevrotière**, Fernand **Hardy**
 20 1989 France **Proulx**, Denis **Roussin**
 21 2011 Cristina Ava **Azevedo**, Patrick **Gosselin**
 22 2004 Marie-Andrée **Carrier**, Pierre **Poulin**
 24 1980 Henriette **Lebel**, Réjean **Quirion**
 24 2003 Marie-Claude **Grenier**, Robert **Dubé**
 25 1974 Nicole et Réal **Pelchat**
 25 2002 Karen **Lessard**, Mario **Lacourse**
 25 2002 Mili-Anne **Gauvin-Fiset**, Tom **Grenier**
 26 2007 Sarah-Catherine **Magny**, François **Verpaelst**
 27 2006 Cathia **Leduc**, Mario **Boisvert**
 28 2011 Gentiane **Cornellier**, Jasmin **Caplette**
 31 1986 Lucie **Gagnon**, Jacques **Brisson**
 31 2008 Carole **Tousignant**, Pierre **Dupont**
 31 2014 Nathalie **Desmarais**, Eric **Nadeau**

VIVRE et AIMER



« Comme je vous ai aimés »

www.vivreetaimer.com