

# « LA JOIE DE L'AMOUR »

## AU QUOTIDIEN



ATELIERS D'ÉCHANGE  
POUR LES COUPLES, LES FAMILLES  
ET RÉFLEXION PERSONNELLE





## TABLE DES MATIERES

Lettre de Mgr André Gazaille.....	5
Présentation des ateliers « La joie de l'amour » .....	7
Les ateliers	
La patience .....	9
L'amour ou l'envie ? .....	11
L'amabilité .....	15
Grandir dans la charité conjugale .....	17
Une grande amitié.....	21
La grande valeur de l'autre .....	25
Le mariage et l'amour charitable .....	27
L'amour qui se manifeste et qui grandit .....	31
Le dialogue .....	33
Le dialogue et l'unité.....	37
Un amour passionné .....	41
Le monde des émotions .....	43
Le pardon.....	49
Confiance et Alliance.....	53
L'amour, un défi possible .....	57





## *Les ateliers « La joie de l'amour »*

La joie de l'amour, n'est-ce pas ce à quoi nous aspirons tous? Ne sommes-nous pas faits pour cela? N'est-ce pas ce que nous devons choisir et mettre au cœur de notre vie pour notre bonheur et celui de ceux qui nous entourent? En même temps, n'est-ce pas dans cette recherche que nous faisons souvent l'expérience de nos limites et de nos faiblesses, que nous vivons nos plus grandes souffrances?

Quand saint Paul nous parle de l'amour, il a dans le cœur l'amour de Dieu pour lui et pour tous les humains. Il en a fait l'expérience au cœur de sa vie, lui qui un certain temps a mis toute son énergie à le persécuter.

Il y a quelque chose de divin dans l'amour et ses dimensions. Notre Dieu n'est-il pas l'amour? Mais en même temps, l'amour est humain et c'est Jésus dans son humanité qui nous a montré toute sa grandeur et sa beauté. L'amour habite notre cœur depuis toujours. N'avons-nous pas été créés à l'image et à la ressemblance de notre Dieu? Certaines de ses dimensions nous sont faciles. Elles jaillissent du plus profond de nous-mêmes. D'autres nous sont difficiles. Elles nécessitent un long apprentissage où l'aide de Dieu nous est absolument nécessaire.

Merci au comité diocésain de la famille pour ces 15 ateliers qui nous invitent à creuser, par la réflexion, la Parole de Dieu et la prière; personnellement, en couple et en famille ce qui est au cœur de notre vie, source de notre bonheur et de notre joie.



Et si on prenait le temps...

+ 

† André Gazaille  
évêque de Nicolet



## Présentation des ateliers « La joie de l'amour »

Voici **un livret d'ateliers** qui nous permettra d'approfondir le quatrième chapitre de l'exhortation apostolique du pape François *Amoris laetitia* ou *La joie de l'amour*. Cette dernière nous est adressée comme une lettre d'amour et aussi comme une invitation à cheminer dans notre vie chrétienne. Il sèmera certainement en nous et dans le cœur de nos proches la joie de l'amour vécu au quotidien. Vous reconnaîtrez deux symboles : le livre  représentera l'exhortation<sup>1</sup> et le symbole de l'Esprit  se retrouvera à la fin de chaque atelier, représentant le don d'amour pour votre vie personnelle, de couple et aussi de famille.



### Une démarche

en **7** temps!

1. Présentation du thème abordé avec un court extrait de l'exhortation
2. Réflexion personnelle
3. Lien avec une Parole de Dieu
4. Méditation et prière personnelle
5. Pour aller plus loin en couple...
6. Portrait de famille
7. Prière en famille

L'outil est simple à utiliser. Il permet de réfléchir et prier seul et aussi de partager en couple (marié ou non), en famille ou en groupe, de vivre des expériences de vie riches de sens.

L'exhortation «*La joie de l'amour*» (*Amoris laetitia*) a été publiée en mars 2016 et, dans tous les coins du monde, les personnes qui la découvrent sont touchées par la profondeur, la grande beauté et aussi la simplicité de ce texte traitant de l'amour dans la famille. Les deux synodes<sup>2</sup> sur la famille ont apporté un plus grand éclairage sur les diverses réalités familiales qui dépassent largement celle des parents et de leurs enfants. Il y a les grands-parents, les couples sans enfants, les personnes célibataires, les religieux et les religieuses, les prêtres, tous issus d'une famille.

Le chapitre quatre de l'exhortation s'inspire en grande partie de *l'Hymne à l'amour* de saint Paul que l'on retrouve dans la première lettre aux Corinthiens au chapitre 13. Ce texte est connu et apprécié par tous les couples qui, en grande majorité, le choisissent pour la célébration de leur mariage. Il est comme le chemin à prendre pour vivre un amour qui grandit sans cesse avec ce que cela implique : les bons moments et aussi les moments de crise. Ces moments inévitables dans la vie de tout couple peuvent devenir comme des tremplins pour aller plus loin dans l'amour qui prend source en Dieu. Le pape François nous guide et nous encourage à cheminer dans la joie de l'amour. Avec lui, comme croyants, avançons avec tout ce que cela nous demande d'apprentissages, prenons le temps de vivre ces ateliers personnellement, en couple, en famille ou en groupe et soyons attentifs : l'amour portera ses fruits.

Pour comprendre une référence biblique :  
1 Co 13, 4-7 = Première lettre aux Corinthiens, chapitre 13, versets 4 à 7

<sup>1</sup> Référence pour l'exhortation *La joie de l'amour* complète :

[http://w2.vatican.va/content/francesco/fr/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20160319\\_amoris-laetitia.html](http://w2.vatican.va/content/francesco/fr/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20160319_amoris-laetitia.html)



<sup>2</sup> Le mot **synode** signifie "**faire route ensemble**" mais également "**franchir un même seuil**", "**habiter ensemble**", donc se réunir. Le synode (ou le concile) désigne dans l'Église une assemblée réunie pour délibérer et prendre des décisions en matière de doctrine ou de discipline.





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (1)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : La patience

« Avoir patience, ce n'est pas permettre qu'on nous maltraite en permanence, ni tolérer les agressions physiques, ni permettre qu'on nous traite comme des objets. Le problème survient lorsque nous exigeons que les relations soient idylliques ou que les personnes soient parfaites ou bien quand nous nous mettons au centre et espérons que notre seule volonté s'accomplisse. Alors, tout nous impatienté, tout nous porte à réagir avec agressivité. »

 #92

## Réflexion personnelle

Comment je reçois cet extrait de l'exhortation du pape François? En quoi suis-je d'accord? En quoi suis-je en désaccord? Je prends un instant pour identifier ce qui me met hors de moi, ce qui me rend impatient(e)...

- Personnellement? (travail, amitié, etc.)
- dans mon couple?
- dans ma famille?
- Habituellement, comment je réagis quand je suis en colère?

*« La peur, la colère, la tristesse témoignent d'un manque, d'un danger, d'un besoin insatisfait. Tandis que la joie, la paix, la tranquillité, nous indiquent que nos besoins sont satisfaits. »*

(Caroline AderLamy, *Non-violence*, Revue Actualité, mars-avril 2010)

À partir de mes expériences identifiées, j'essaie de découvrir le besoin caché derrière ma réaction.

Je choisis un mot ou un geste à poser pour éviter de perdre patience. Voici quelques exemples:

- Je sors pour marcher, courir ou faire du vélo afin de retrouver mon calme.
- Je respire profondément et me retire pour accueillir ce qui se passe en moi et l'écrire afin d'y voir plus clair.
- Dans le silence, je demande à Dieu de m'aider, de me donner de la patience et de la paix.

## La Parole de Dieu nous appelle à être artisans de paix...

*« Ne te laisse pas vaincre par le mal. Sois au contraire vainqueur du mal par le bien! » (Rm 12,21)*

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...

« Sentir la force de l'agressivité qui jaillit est une chose, y consentir, la laisser se convertir en une attitude permanente en est une autre! (...) Voilà pourquoi il ne faut jamais terminer la journée sans faire la paix en famille. « Et comment dois-je faire la paix? Me mettre à genoux? » Non! Seulement un petit geste, une petite chose et l'harmonie familiale revient. Une caresse suffit, sans rien dire. Mais ne jamais finir la journée sans faire la paix. »

 #104

## Prière personnelle

Mon Dieu, malgré tout l'amour que je porte, il m'arrive de perdre patience. Je t'en prie, envoie-moi ton Esprit pour que...

Amen.

## Pour aller plus loin en couple...

- ❖ Après avoir fait l'exercice personnellement, on échange en couple sur les découvertes ou les prises de conscience que nous avons faites.
- ❖ Suite au partage, l'autre conjoint redit dans ses mots les découvertes de l'autre.

## Prière personnelle

Mon Dieu, nous avons partagé sur nos manques de patience et sur nos besoins souvent cachés. Par ton Esprit d'Amour, au cœur de nos vies, rappelle-nous que nous sommes partenaires. Aide-nous à bâtir ensemble un foyer plus harmonieux.

Amen.

## Portrait de famille

- ❖ Vivre le même échange avec les enfants : quels sont leurs difficultés ou leurs besoins insatisfaits dans leur quotidien?
- ❖ Convenir en famille d'un mot « presto » qu'on va se dire en cas d'explosion imminente. Ça indiquera aux autres membres que nous sommes près de notre limite et qu'il est grand temps de faire un temps d'arrêt. On reviendra sur la situation plus tard.

## Prière en famille

Vraiment, ce n'est pas toujours facile d'être une famille unie mais, parce que tu crois en nous Jésus et que nous croyons en toi, nous savons que tu peux nous aider à la garder forte, malgré les difficultés. Apprends-nous à mieux nous aimer avec patience.

Amen.



# « La joie de l'amour » au quotidien

## atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (2)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

### Thème : L'amour ou l'envie?

« Alors que l'amour nous fait sortir de nous-mêmes, l'envie nous porte à nous centrer sur notre moi. Le véritable amour valorise le succès d'autrui, il ne les sent pas comme une menace, et il se libère du goût amer de l'envie. Il accepte que chacun ait des dons différents et divers chemins de vie. Il permet donc de découvrir son propre chemin pour être heureux, permettant que les autres trouvent le leur. »

 # 95

### Réflexion personnelle : amour et admiration

- Quelles sont les personnes inspirantes pour moi et pourquoi?
- En plus d'être amusant, l'exercice suivant nous permet d'en apprendre davantage sur soi...

#### Retracer des histoires qui ont enchanté votre vie !

Tiré de « À chacun sa mission – Découvrir son projet de vie » Jean Monbourquette p.111-112

Je vous propose maintenant quelques exercices qui s'inspirent de *l'imagination active*. Il s'agit de laisser monter en vous des images symboliques avec lesquelles vous entrez en dialogue. Ces petites incursions à l'intérieur de votre monde imaginaire vous donneront peu à peu accès à votre identité. Les histoires et contes qui vous ont charmés depuis l'enfance n'ont pas uniquement servi d'amusement. Ils ont été autant de filtres permettant de mieux vous connaître. Ils vous ont révélé des façons d'être, de vous comporter et d'envisager la vie. Ils ont façonné votre perception du réel, contribué à l'interprétation de vos expériences et influencé votre conduite, et par la suite, votre orientation. Les personnages de ces histoires, ainsi que leur mission, ont exercé et exercent encore sur vous une nette fascination. Ils révèlent diverses facettes de votre personnalité.

1. Dans un endroit paisible, entrez en vous-même. Rappelez-vous une histoire qui vous a particulièrement passionné **dans votre enfance**. Résumez-la en quelques phrases (6 à 8).
2. Vous faites la même relecture qu'au numéro précédent : **dans votre adolescence ou dans la vingtaine**. Vous pouvez aussi revenir sur une pièce de théâtre ou un film qui vous a passionné et le ou la résumer en quelques phrases aussi.

Questions à se poser:

- À quel personnage ou héros de l'histoire me suis-je identifié(e) aux différents âges de ma vie?
- Qu'est-ce que ces histoires (ou film ou pièce de théâtre) me révèlent sur l'évolution de mes valeurs, de mes croyances, de mes rapports avec les autres et sur le choix de mes modèles? Qu'est-ce que cela me révèle sur mon évolution psychospirituelle?
- J'identifie la ou les qualités qui font de moi un être original et unique au monde...

Pour aller plus loin : MONBOURQUETTE, Jean, *À chacun sa mission – Découvrir son projet de vie*, Canada, Novalis, 1999, 201 pages

## Suggestion d'activité d'intégration

J'inscris le nom et les qualités des personnes inspirantes pour moi sur une feuille assez grande.

❖ Je peux aussi faire un collage de type scrapbook ou montage photo, selon ma créativité. J'inscris alors de manière stylisée les qualités que j'admire chez elles.

\*\* Ces points que j'admire sont habituellement à ma portée. J'affiche ma feuille ou mon œuvre dans un endroit où je passe souvent. En gardant cette œuvre à la vue, elle deviendra une source d'inspiration vers mes buts à atteindre.

## Et l'envie?

Il y a des personnes ou des situations que j'admire, d'autres que j'envie. Qui est-ce que j'envie ou qu'est-ce que j'envie? Pourquoi? Quels sentiments m'habitent quand j'y pense?

*J'envie (nom de la personne) parce qu'elle est...*

ou

*J'envie ceux et celles qui (...leur situation ou ce qu'ils possèdent) parce que je...*



## Changeons de regard...

Toute personne a ses richesses et ses talents. Souvent, nous voyons plus facilement les qualités des autres. Pourtant, Dieu nous invite à reconnaître les nôtres et à rendre grâce, en d'autres mots, à dire merci pour le don unique que nous sommes pour les autres. Nous sommes créés pour être complémentaires les uns des autres... Nous sommes des êtres interdépendants et en interaction. Et si on unissait nos forces, nos talents et nos richesses chaque jour de notre vie, qu'arriverait-il dans notre famille, à l'école, au travail?

## La Parole de Dieu nous révèle que chacun(e) a son importance dans le plan de Dieu...

*« Ainsi le corps n'est pas un seul membre, mais il est formé de plusieurs membres. Si le pied disait : Parce que je ne suis pas une main, je ne suis pas du corps, ne serait-il pas du corps pour cela ? Et si l'oreille disait : Parce que je ne suis pas un oeil, je ne suis pas du corps, ne serait-elle pas du corps pour cela ? Si tout le corps était oeil, où serait l'ouïe ? S'il était tout ouïe, où serait l'odorat ? Maintenant Dieu a placé chacun des membres dans le corps comme il a voulu. Si tous étaient un seul membre, où serait le corps ? Maintenant donc il y a plusieurs membres, et un seul corps. »*

(1 Co 12, 14-20)

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...

## Prière personnelle

Mon Dieu, je reconnais mes limites mais je prends aussi conscience des dons que j'ai reçus. Avec toi, je cherche ma juste place pour être bien dans ma peau. Je te remercie pour ...

Amen.

## **Reconnaître les forces des autres et les valoriser, c'est une belle façon d'être à l'image de Dieu!**

« La logique de la domination des uns par les autres, ou la compétition pour voir qui est le plus intelligent ou le plus fort, ne peut pas régner dans une vie familiale, parce que cette logique met fin à l'amour. »

 #98

### **Pour aller plus loin en couple...**

Après avoir fait l'exercice personnel : **Retracer des histoires qui ont enchanté votre vie !**

- ❖ Échange en couple sur les découvertes ou les prises de conscience que nous avons faites.
- ❖ Suite au partage, l'autre conjoint redit dans ses mots les découvertes de l'autre.

### **Prière de couple**

*Mon Dieu, tu nous as réunis pour être complices de ta mission d'amour. Aide-nous à mieux voir et à partager nos richesses mutuelles. Donne-nous la force de ne pas envier les autres et de demeurer en marche vers notre idéal de couple. Amen.*

### **Portrait de famille**

- ❖ Sur un grand carton, chacun des membres de la famille se dessine en gardant un certain espace entre chacun.
- ❖ Ensuite, on jase ensemble pour découvrir les dons et les forces de chacun, mais aussi ses limites, ses besoins d'aide. Quand c'est complété, on retourne au carton.
- ❖ À gauche de chaque personne on inscrit ses dons et ses forces, puis à droite ses limites ou besoins d'aide.
- ❖ \*\* Bien en vue à la maison, ce tableau nous rappellera que personne n'est parfait sous notre toit et que notre rôle comme membre de la famille est d'aider l'autre à grandir et à s'épanouir.
- ❖ En lien avec ses dons, ses qualités, chacun dessine son rêve pour le futur.
  - \* En pensant à ce que j'aime faire, à ce que je suis, quel serait mon rêve d'avenir?
- ❖ On en parle autour d'un repas.

### **Prière en famille**

*Seigneur Jésus, aujourd'hui nous réalisons que tu as donné des qualités et des dons différents à chacun de nous. Merci de nous avoir créés uniques, merci de croire en nous et en notre famille!*

*Amen.*





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (3)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : L'amabilité

« Être aimable n'est pas un style que le chrétien peut choisir ou rejeter : cela fait partie des exigences indispensables de l'amour; par conséquent *l'homme est tenu à rendre agréable ses relations avec les autres* »

 # 108

### Réflexion personnelle

Avec quel type de personnes ai-je le plus de difficulté à être aimable? J'essaie de comprendre pourquoi? Que viennent-elles toucher en moi?

### Défi «amabilité»

Pendant une journée ou quelques jours consécutifs...

- Je souris et je salue chaque personne que je vois
- Je fais un effort pour reconnaître les bons coups des autres (mes collègues, enfants, conjoints, etc.) et je prends le temps de leur dire.
- Chaque jour, j'appelle ou je visite une personne seule ou à qui je veux parler depuis longtemps.
- Chaque soir, je note mes belles rencontres de la journée et je rends grâce.

### À la fin du défi, je fais un bilan de l'expérience...

- Qu'est-ce que j'ai trouvé le plus difficile? Pourquoi?
- Qu'est-ce que j'ai appris sur moi et sur les autres?
- Est-ce que je sens une interpellation pour ma vie? Si oui, laquelle?

## La Parole de Dieu nous raconte qu'un regard d'amour peut tout changer!

« Entré dans la ville de Jéricho, Jésus la traversait. Or, il y avait un homme du nom de Zachée ; il était le chef des collecteurs d'impôts, et c'était quelqu'un de riche. Il cherchait à voir qui était Jésus, mais il ne le pouvait pas à cause de la foule, car il était de petite taille. Il courut donc en avant et grimpa sur un sycomore pour voir Jésus qui allait passer par là. Arrivé à cet endroit, Jésus leva les yeux et lui dit : « Zachée, descends vite : aujourd'hui il faut que j'aie demeurer dans ta maison. » Vite, il descendit et reçut Jésus avec joie. Voyant cela, tous récriminaient : « Il est allé loger chez un homme qui est un pécheur. » Zachée, debout, s'adressa au Seigneur : « Voici, Seigneur : je fais don aux pauvres de la moitié de mes biens, et si j'ai fait du tort à quelqu'un, je vais lui rendre quatre fois plus. » Alors Jésus dit à son sujet : « Aujourd'hui, le salut est arrivé pour cette maison, car lui aussi est un fils d'Abraham. En effet, le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu. » (Lc 19, 1-10)

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...

## Prière personnelle

Jésus, tu as été un grand témoin d'amour en étant bien présent et à l'écoute des personnes que tu croisais sur ton chemin. Aide-moi à suivre tes traces pour...

Amen.

## Pour aller plus loin en couple...

- ❖ Après avoir relevé le défi de l'amabilité personnellement, on échange en couple sur les découvertes ou les prises de conscience que nous avons faites.
- ❖ Suite au partage, l'autre conjoint redit dans ses mots les découvertes de l'autre.

## Prière de couple

Mon Dieu, relever le défi de l'amabilité nous a rappelé l'importance de prendre soin l'un de l'autre pour rester un couple vivant et plein d'amour. Guide nos pas pour que nous apprenions à le vivre plus largement.

Amen.

## Portrait de famille

Chaque dimanche midi ou autre moment choisi, on relève un point positif, une réussite ou un geste aimable posé durant la semaine par chacun des membres de la famille. Chacun des membres doit recevoir au moins un commentaire. (Les parents prendront soin d'en identifier un pour chacun des membres de la famille afin d'éviter des déceptions.)

En famille, parler des différentes ressources d'aide qui existent dans notre ville et, si possible, participer à une activité comme la «Nuit des sans-abri», la Guignolée ou autre levée de fond pour voir l'amabilité à l'œuvre encore aujourd'hui.

Vous pouvez aussi découvrir l'organisme Développement et Paix qui aide à l'étranger : <https://www.devp.org/fr>

## Prière de famille

Mon Dieu, avec Toi, notre famille est remplie d'amour et de bonté. Aide-nous à prendre du temps pour les autres, particulièrement les personnes (nommer une ou des personnes avec qui toute la famille désire partager son temps, sa joie, son amour, au nom de sa foi en Jésus Christ). Rappelle-nous que nous sommes tous tes filles et fils bien-aimés.

Amen.





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (4)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème: Grandir dans la charité conjugale

«En effet, cet amour fort, répandu par l'Esprit Saint, est un reflet de l'Alliance inébranlable entre le Christ et l'humanité qui culmine dans le don total, sur la croix : « L'Esprit, que répand le Seigneur, leur donne un cœur nouveau et rend l'homme et la femme capables de s'aimer, comme le Christ nous a aimés. L'amour conjugal atteint cette plénitude à laquelle il est intérieurement ordonné, la charité conjugale ». (J.P.II)

 #120

### Réflexion personnelle

En d'autres mots, le pape François parle ici des quatre fondements du sacrement du mariage : la liberté, la durée, la fidélité et la fécondité ainsi que de la force ou la grâce.

- Qu'est-ce que je pense de cet énoncé?
- Ai-je déjà songé à ce que l'Esprit du Seigneur augmentait notre capacité d'aimer? À quelle occasion?
- Que penses-tu de l'expression « charité conjugale »? Comment tu en parles autour de toi?

### Question préalable : Que fait l'Esprit Saint dans nos vies?

Premièrement, je me pose la question...Deuxièmement, je la pose à mon entourage...

Quand les catéchètes préparent les jeunes à leur confirmation, il est une notion incontournable dont ils traitent : ce sont les fruits et les dons de l'Esprit. En effet, parler de l'action de l'Esprit Saint, c'est parler des effets de sa Présence. Jésus dit : « L'Esprit, tu entends sa voix, mais tu ne sais pas d'où il vient ni où il va » Jean 3, 8.

Paul aux Galates dira à son tour : « *Les fruits de l'Esprit sont amour, joie, paix, bonté, patience, bienveillance, maîtrise de soi, fidélité et douceur...* »

Gal 5, 22

C'est dire que la présence de l'Esprit se fait sentir, mais que, parfois, nous ne savons pas que c'est lui...

### Démarche

Je crée une ambiance de réflexion autour de moi (bougie allumée, musique douce, silence). Je réfléchis aux événements récents de ma vie (journée, semaine, mois). Je choisis un de ces événements sur lequel je veux me pencher plus particulièrement.

❖ *Dans cet événement, comment ai-je reconnu l'amour? Comment s'est-il été manifesté?*

ou

❖ *Dans cet événement, qu'est-ce qui a cloché ou été déficient (impatience, indifférence, ironie, fuite, colère ou autre) ?*

Je m'imagine revivant l'événement : Comment l'amour pourrait être reflété, comme un signe de la présence de l'Esprit du Seigneur?

## La Parole de Dieu nous dit : «nous sommes des témoins de l'amour de Dieu»

«Je vous donne un commandement nouveau : aimez-vous les uns les autres. Il faut que vous vous aimiez les uns les autres comme je vous ai aimés. **Si vous vous aimez les uns les autres, alors tous sauront que vous êtes mes disciples.**» Jean 13, 34-35

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...

Aimer à la manière de Jésus c'est exigeant et c'est grand! Aimer mon époux, ma femme d'une charité conjugale, comme le Christ nous a aimés, *jusqu'au don total*, jusqu'à souffrir, c'est sûrement trop pour mes capacités. Pourtant, combien d'hommes et de femmes ont fait et font encore des choses incroyables par amour. Ils savent se dépasser et nous étonner. C'est donc dire que l'aide de l'Esprit du Seigneur n'est pas de trop !

### Activité en couple

On dit parfois : « une chance que j't'aime toi! »

1. Ensemble nous nous remémorons notre première rencontre. Quels étaient nos sentiments?
2. On se rappelle un événement qui nous a plongés dans l'admiration l'un envers l'autre (lieu, temps, heure, personnes présentes, etc.).
3. On se rappelle un moment où on a trouvé cela difficile d'aimer. On se demandait si on voulait continuer, on se disais qu'on n'avait pas la force, etc.
4. On se regarde en silence quelques instants et tour à tour, on se redit : «Oui, une chance que j't'aime toi! L'amour a été mis en nos cœurs par l'Esprit Saint et lui nous donne l'élan pour mieux aimer chaque jour.»

On écoute ce chant ensemble (ou bien un autre qui nous plaît).

Chanson : On va s'aimer encore (Vincent Vallières, Album *Le monde tourne fort*)

[https://www.youtube.com/watch?v=1phXlom\\_SII](https://www.youtube.com/watch?v=1phXlom_SII)

### Prière personnelle ou en couple

Seigneur, j'ai confiance en toi. Tu nous as donné ton Esprit. Je te demande d'accueillir toujours davantage cet Esprit d'amour et de tendresse en mon cœur pour m'aider à aimer mon conjoint (ma conjointe), mes enfants. Sans toi, mon amour reste faible et limité. Avec toi, je peux me relever, demander pardon et continuer à vivre mon engagement. Merci Seigneur de nous accompagner et fais de nous des reflets de ton amour. Amen.

## On va s'aimer encore (Vincent Vallières)

Quand on verra dans le miroir nos faces ridées pleines d'histoires  
Quand on en aura moins devant qu'on en a maintenant...  
Quand on aura enfin du temps et qu'on vivra tranquillement  
Quand la maison sera payée qu'y restera plus rien qu'à s'aimer

On va s'aimer encore, au travers des doutes, des travers de la route  
Et de plus en plus fort, on va s'aimer encore  
Au travers des bons coups, au travers des déboires  
À la vie à la mort, on va s'aimer encore.

Quand nos enfants vont partir, qu'on les aura vus grandir  
Quand ce sera leur tour de choisir, leur tour de bâtir  
Quand nos têtes seront blanches, qu'on aura de l'expérience  
Quand plus personne va nous attendre, qu'y restera plus rien qu'à s'éprendre

On va s'aimer encore, au travers des doutes, des travers de la route  
Et de plus en plus fort, on va s'aimer encore  
Au travers des bons coups, au travers des déboires  
À la vie à la mort, on va s'aimer encore.



Quand les temps auront changé, qu'on sera complètement démodés  
Quand toutes les bombes auront sauté, que la paix sera là pour rester  
Quand sans boussole sans plan, on partira au gré du vent  
Quand on lèvera les voiles, devenus de la poussière d'étoiles

On va s'aimer encore, après nos bons coups, après nos déboires  
Et de plus en plus fort, on va s'aimer encore  
Au bout de nos doutes, au bout de la route, au-delà de la mort  
On va s'aimer....

Photo : [josh.peterson@kidposh.com](mailto:josh.peterson@kidposh.com)





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (5)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : Une grande amitié

« Après l'amour qui nous unit à Dieu, l'amour conjugal est « la plus grande des amitiés » (Thomas d'Aquin). C'est une union qui a toutes les caractéristiques d'une bonne amitié : la recherche du bien de l'autre, l'intimité, la tendresse, la stabilité, et une ressemblance entre les amis qui se construit avec la vie partagée. »

 #123

### Réflexion personnelle

Dans cet extrait, le pape François exprime sa vision de la profondeur d'une relation entre un homme et une femme engagés l'un envers l'autre, entre un époux et une épouse.

- Qu'est-ce qui monte en mon cœur quand je relis cet extrait?
- Qu'est-ce que l'amitié pour moi?
- Quelles sont les qualités que je recherche chez un meilleur ami ou une meilleure amie et pourquoi?
- Je nomme ce que je retrouve comme qualités chez mon conjoint, ma conjointe...

### La Parole de Dieu nous dit : «L'amitié est un parfum qui embellit la vie.»

« Mieux vaut une critique franche qu'une amitié qui ne se manifeste pas. Les reproches d'un ami prouvent sa loyauté (...) Les produits de beauté et les parfums mettent le cœur en fête; la douceur de l'amitié est comme l'arôme le plus précieux. N'abandonne pas tes amis ni les amis de ton père. Si tu es en difficulté, ne va pas chez ton frère, car un voisin proche vaut parfois mieux qu'un frère lointain. »

*Proverbes 27, 5-10*

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu en pensant à ce que le pape a écrit sur l'amitié...

### Prière personnelle

Esprit d'amour, je te reconnais quand...

Amen.

## Pour aller plus loin en couple

- ❖ Partageons le fruit de notre réflexion personnelle en couple et la réponse à la question suivante :
- ❖ Dans notre couple, qu'est-ce qui pourrait signifier que nous sommes les meilleurs amis du monde?

## Prière en couple

Seigneur, toi la source de l'amour, nous te remercions pour l'amour d'amitié qui nous lit. Nous te remercions de nous unir l'un à l'autre dans la tendresse, la simplicité, la joie de nous faire plaisir l'un l'autre. Aide-nous à demeurer unis et forts malgré les tempêtes.

Amen.

## Portrait de famille

**En famille** : Échanger sur l'amitié, sur nos amis, sur l'importance et la place qu'ils prennent dans nos vies. Continuer en mentionnant le désir de Dieu d'être notre ami aussi.

- ❖ Chanson : M'aimerais-tu pareil (Deux frères) Album Deux frères Nous autres  
<https://www.youtube.com/watch?v=x1fZjz7pm2g>

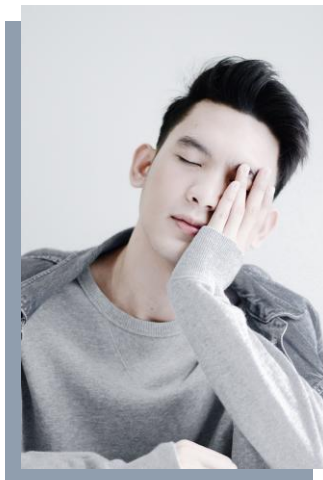
ou

- ❖ Chanson : Lean on me (Bill Withers)  
[http://www.dailymotion.com/video/x8erk\\_bill-withers-lean-on-me\\_music](http://www.dailymotion.com/video/x8erk_bill-withers-lean-on-me_music)

(Paroles de la chanson à la page suivante...Quoique en anglais, le texte contient des paroles pouvant être attribuées à un ami, à des époux qui sont des amis et à Dieu qui nous dit que nous pouvons compter sur lui.)

Échange sur le chant :

- ❖ Qu'est-ce qui me rejoint? Qu'est-ce que j'aimerais en dire, ce qu'il remue en moi ?



**Lean on me (Bill Withers)**

**Sometimes in our lives,**  
*Parfois dans nos vies,*  
**We all have pain, we all have sorrow.**  
*Nous avons tous mal, nous avons tous de la peine.*  
**But if we are wise,**  
*Mais si nous sommes sages,*  
**We know that there's always tomorrow.**  
*Nous savons qu'il y a toujours un lendemain.*

**Lean on me,**  
*Repose-toi sur moi,*  
**When you're not strong and I'll be your friend.**  
*Quand tu n'es pas fort et je serai ton ami.*  
**I'll help you carry on,**  
*Je t'aiderai à avancer,*  
**For it won't be long 'til I'm gonna need somebody to lean on.**  
*Bientôt j'aurai besoin de quelqu'un sur qui me reposer à mon tour.*

**Please swallow your pride,**  
*S'il te plaît ravale ta fierté,*  
**If have things you need to borrow.**  
*Si tu as besoin d'emprunter quelque chose.*  
**For no one can fill those needs that you won't let show.**  
*Car personne ne peut répondre à tes besoins si tu ne les montres pas.*

**You just call on me brother when you need a hand.**  
*Tu peux compter sur moi, mon frère, quand tu as besoin d'aide.*  
**We all need somebody to lean on.**  
*Nous avons tous besoin de quelqu'un sur qui se reposer.*  
**I just might have a problem that you'll understand.**  
*Il se pourrait que j'aie un problème que tu puisses comprendre.*  
**We all need somebody to lean on.**  
*Nous avons tous besoin de quelqu'un sur qui se reposer.*

---

Jésus a dit : « *Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ses amis.* » (Jn 15, 13)

L'amour donné par Dieu et qui nous unit à Lui nourrit l'amour de l'homme et de la femme. Dans cet amour divin, ils puisent la force de mieux aimer. Comme des amis, ils se donnent librement leur vie, l'un à l'autre, chaque jour. À rechercher le bien pour l'autre, ils y trouvent joie et bonheur.

**Prière de couple :**

Seigneur, Toi la source de l'amour, nous te remercions pour l'amour d'amitié qui nous unit. Nous te remercions pour le don que tu fais de l'un à l'autre, dans la tendresse et la simplicité. Aide-nous à demeurer unis et forts malgré les tempêtes.

Amen.

## Rituel à vivre en couple et en famille

On peut se prendre les mains et faire une sorte de pacte d'amitié : « Je m'engage aujourd'hui à contribuer à ton bonheur. Je veux être ton meilleur ami, ta meilleure amie.»

On se fait un câlin. Chacun(e) trace une croix sur le front de l'autre en signe de bénédiction mutuelle.

### Lors de la prochaine fête d'amis à la maison

Prendre le temps de nommer chacun en lui donnant un bracelet de l'amitié ou en lui disant simplement une qualité ou un talent que nous avons remarqué chez lui, chez elle.

Activité possible à vivre en famille:

<http://www.nillesfm.com/comment-faire-un-bracelet-d-amitie-simple-avec-lettres-perles/>

Faire une grande carte pour que chaque personne signe un mot d'amitié pour le ou la fêté(e).

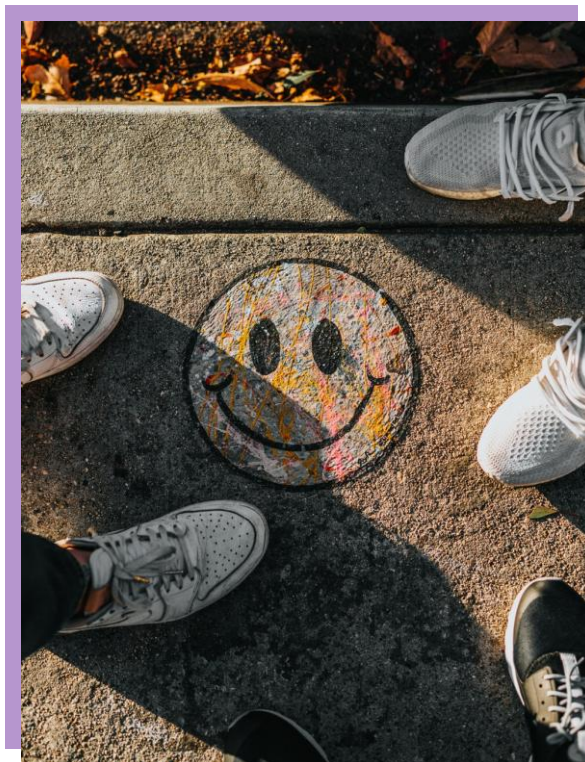


Photo : [Nathan Dumlao](#)@nate\_dumlao





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (6)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : La grande valeur de l'autre

«L'amour d'amitié s'appelle « *charité* » quand on saisit et apprécie la « *grande valeur* » de l'autre (...) La tendresse, en revanche est une manifestation de cet amour qui se libère du désir de possession égoïste. Elle nous conduit à vibrer face à une personne avec un immense respect et avec une certaine peur de lui faire du tort ou de la priver de sa liberté. L'amour de l'autre implique ce goût de contempler et de valoriser le beau et la sacralité de son être personnel, qui existe au-delà de mes nécessités. »

 #127

### Réflexion personnelle

- Qu'est-ce qui me rejoint ou me surprend dans ce paragraphe ? Pourquoi?
- «Contempler l'autre ou les autres, les regarder avec admiration...»  
Est-ce que je vis cela dans ma vie et comment ? Je nomme une ou des personnes que je contemple?

## La Parole de Dieu nous révèle la grande dignité de tout être humain

«Vous savez sûrement que vous êtes le **temple de Dieu** et que l'Esprit de Dieu habite en vous.»

1 Co 3, 16

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu.

### Prière personnelle

Seigneur, je te remercie pour ce que tu as déposé de beau et d'unique en.....

Amen.

## Pour aller plus loin en couple

**Démarche de gratitude et démarche de valorisation** (choisir l'une ou l'autre des démarches)

### ❖ Démarche de gratitude

- On peut profiter de la fête des pères ou des mères pour vivre la démarche. Mais elle prendra un sens très particulier si on choisit un autre temps pour la faire.

- Selon le temps et l'espace, on peut disposer sur une table des photos ou des objets qui représentent les réalisations de la personne aimée (œuvre d'art, livre de recettes, outil, photos des enfants, photo d'un endroit où on est heureux et où la personne aimée est à son meilleur, etc.).
- Avec un texte, un chant, une action délicate, on exprime notre gratitude à cette personne pour ce qu'elle est.

#### ❖ Démarche de valorisation

- Le temps file. Les horaires sont changeants et pleins. Nous prenons aujourd'hui un peu de temps pour nous dire : « Je te respecte et je t'aime! » Donnons-nous le temps de vivre des moments de qualité...
- Dans un moment de silence, chacun(e) se demande: Ai-je manqué d'attention envers toi? Ai-je oublié de souligner tes bons coups? Ai-je passé sous silence les services que tu m'as rendus cette semaine?
- Paroles à partager qui expriment la grande valeur de l'autre :
  - Je te demande pardon.
  - Je ne te prends pas pour acquis.
  - Je veux être ta partenaire, ton partenaire dans la mission de couple et de parents que nous avons reçue.

Geste à poser: Voici une image qui représente ce que tu es et ce que tu fais de beau dans la vie (image, photo, objet, etc.).

#### Prière personnelle ou en couple

Seigneur, tu sais que je veux faire le bien et que souvent je ne réussis pas. Je te remercie pour la présence de (nom de la personne que j'aime...) à mes côtés. Donne-lui tout ce dont il (elle) a besoin pour son plus grand bonheur. Je te demande pardon pour toutes les fois où je lui ai imposé des décisions sans respecter son choix personnel. Aide-moi, aide-nous à nous aimer et à aimer les personnes de notre entourage comme toi tu nous aimes. Amen.

- ❖ Chanson T'es ma femme, t'es la plus belle (Étienne Drapeau, Album Mes plus belles chansons)  
[https://www.youtube.com/watch?v=F\\_K4cwwbtyo](https://www.youtube.com/watch?v=F_K4cwwbtyo)
- ❖ Chanson On s'est aimé à cause (Céline Dion)  
<https://www.youtube.com/watch?v=PDVqm8AeqvY>



# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (7)

Légende: 📖 exhortation - 🕊 fin de l'atelier

## Thème : Le mariage et l'amour charitable

« (...) Il y a des personnes mariées qui restent fidèles quand leur conjoint est devenu physiquement désagréable ou quand il ne répond plus à leurs besoins, bien que de nombreuses offres poussent à l'infidélité ou à l'abandon. Une femme peut prendre soin de son époux malade, et là, près de la croix, continuer à dire le «oui» de son amour jusqu'à la mort. Dans cet amour se manifeste de manière éblouissante la dignité de celui ou celle qui aime, puisque la charité consiste justement à aimer plus qu'à être aimé. Nous pouvons aussi trouver en de nombreuses familles une capacité de service, tendre et oblatif, envers des enfants difficiles et même ingrats. Cela fait de ces parents un signe de l'amour libre et désintéressé de Jésus.»

📖 # 162

### Réflexion personnelle

- Qu'est-ce qui me rejoint ou me questionne dans cet extrait? Pourquoi?

Je prends un instant pour identifier dans mon entourage un couple marié qui vit un amour charitable...

- Qu'est-ce qui m'émerveille chez ce couple?
- Comment me parle-t-il de l'amour de Dieu?
- Selon toi, comment le sacrement du mariage peut-il les aider à vivre l'amour au quotidien?

#### **La vocation au mariage est très belle et elle repose sur l'amour.**

Puisque Dieu est amour et qu'il a créé le monde par amour, il a voulu que les enfants naissent dans l'amour que l'homme et la femme se vouent l'un à l'autre pour la vie entière. Par le mariage, l'homme et la femme deviennent les collaborateurs de Dieu spécialement lors de l'arrivée des enfants. Les époux sont appelés à se sanctifier mutuellement. Ils reçoivent, en même temps, la mission de former, par l'éducation, le cœur, l'intelligence et la volonté de leurs enfants jusqu'au jour où ceux-ci seront autonomes et responsables. Il faudrait encore bien du texte pour rendre justice à la richesse et à la beauté de ce sacrement.

Pour en savoir plus :

Référence : <https://www.ecdq.org/sacrements/mariage/quest-ce-que-le-mariage-chretien>



## La Parole de Dieu nous dit : l'amour se reçoit et se donne

Comme le Père m'a aimé, moi aussi je vous ai aimés. Demeurez dans mon amour. Si vous gardez mes commandements, vous demeurerez dans mon amour, comme moi, j'ai gardé les commandements de mon Père, et je demeure dans son amour. Je vous ai dit cela pour que ma joie soit en vous, et que votre joie soit parfaite. Mon commandement, le voici : Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés. Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime. Vous êtes mes amis si vous faites ce que je vous commande. Je ne vous appelle plus serviteurs, car le serviteur ne sait pas ce que fait son maître ; je vous appelle mes amis, car tout ce que j'ai entendu de mon Père, je vous l'ai fait connaître. Ce n'est pas vous qui m'avez choisi, c'est moi qui vous ai choisis et établis, afin que vous alliez, que vous portiez du fruit, et que votre fruit demeure. Alors, tout ce que vous demanderez au Père en mon nom, il vous le donnera.

*Jn 15, 12-16*

Je prends le temps de méditer cette Parole de Dieu.

### Commentaire :

Au moment de quitter ce monde, Jésus révèle à ses disciples cette grande vérité de l'AMOUR, il partage son testament spirituel. Son Commandement, c'est l'AMOUR! Une des merveilles de la création, c'est que le Seigneur a donné à l'être humain un cœur capable d'AIMER et ainsi, de connaître la joie de vivre sur la terre. Jésus a vécu sa passion et donné sa vie librement par amour pour nous et il est RESSUSCITÉ. Il est VIVANT sur cette terre en chacun des êtres humains...Il nous demande de nous aimer comme lui nous aime et Il nous choisit pour que nous portions du fruit...Chaque jour, nous pouvons lui répondre «oui», librement, et collaborer au grand projet d'amour du Père. Il nous donnera tout ce qu'il nous faut, chaque jour...

### **Prière personnelle** ✍

Seigneur Jésus, tu m'invites à aimer comme toi et je te dis...

Amen!

### **Pour aller plus loin en couple...**

En couple, nous échangeons sur ce que chacun voit comme liens entre l'extrait de l'exhortation (# 162), le texte de l'Évangile de Jean et la vie de notre couple...Qu'est-ce qui nous rejoint, nous questionne ou nous interpelle?

### **Prière en couple**

Seigneur, toi qui nous as appelés à unir nos vies, donne-nous ton amour et ta confiance, pour nous aider à mieux nous aimer et à mieux nous donner. Que notre foyer soit une source de chaleur pour tous ceux qui y viendront. Que notre amour rayonne sur tous ceux qui en ont besoin, et qu'il rende heureux nos parents qui nous ont donné tout ce que nous sommes aujourd'hui. Donne-nous l'espoir de rendre heureux les enfants que nous souhaitons. Aide-nous à leur offrir le meilleur de nous-mêmes. Seigneur, toi qui es l'amour, nous te remercions de notre amour.

*Amen.*

## Portrait de famille

Et si l'on se préparait un petit repas tout simple ayant pour thème l'Amour. Nous pourrions inviter grand-papa et grand-maman...

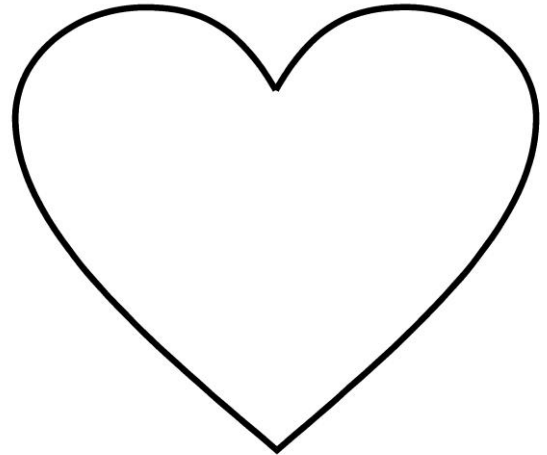
Préparation :

- ❖ Écrire ces trois paroles de Jésus sur un carton de couleur qui sera déposé au centre de la table :  
***Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés.  
Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime.  
Ce n'est pas vous qui m'avez choisi, c'est moi qui vous ai choisis...***

- ❖ Découper des cœurs selon le nombre de personnes présentes au repas d'amour. On inscrit leur nom sur les cœurs. Ils devront être cachés sous les assiettes, au hasard.

- ❖ Des petites bougies sont déposer devant chacun des couverts.

1. Au tout début du repas, un parent dit merci à Jésus pour l'amour qui unit toute la famille. Il est là, ressuscité, VIVANT!
2. Après un moment de silence, chaque personne est invitée à choisir l'une ou l'autre des paroles de Jésus et à partager pourquoi elle est signifiante pour elle.
3. Au milieu du repas, chaque personne écrit un mot à la personne dont le nom est inscrit sur le cœur placé sous son assiette. Puis, chacun va placer son mot sous l'assiette de la personne à qui il est destiné.
4. Au dessert, chaque personne lit ce qui est écrit sur son cœur et allume sa bougie...



## Prière en famille

Dieu, notre Père, béni sois-tu pour le don de la vie familiale. Nous te prions pour que notre famille et toutes les familles soient dans le monde le signe visible de ton amour éternel.

Donne aux parents la grâce de construire jour après jour un amour vrai, patient et humble. Qu'ils soient pour leurs enfants une image fidèle de ton Alliance, prompts à encourager, à partager et à pardonner.

Fais grandir dans le cœur des enfants et des jeunes la confiance en leurs parents et leur désir de suivre Jésus ; qu'ils découvrent leur chemin de vie et de liberté par la grâce de ton Esprit Saint !

Seigneur Jésus, regarde avec bonté les familles éprouvées par les soucis matériels, la maladie et la mort.

Demeure en nous et avec nous. Donne-nous ta paix et ta joie !

Amen.





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (8)

Légende: 📖 exhortation - 🕊 fin de l'atelier

## **Thème : L'amour qui se manifeste et qui grandit**

« L'amour d'amitié unifie tous les aspects de la vie matrimoniale, et il aide les membres de la famille à aller de l'avant à toutes les étapes. (...) En famille, **il est nécessaire d'utiliser trois mots. Je veux le répéter, trois mots : permission, merci, excuse, trois mots clés!** (...) Les mots adéquats, dits au bon moment, protègent et alimentent l'amour, jour après jour ».

📖 # 133

### **Réflexion personnelle**

Le respect de l'autre commence par de simples petits mots ou gestes dans le quotidien : « excuse-moi! », « merci !», « est-ce que je peux? », « s'il te plaît !», un regard plein de douceur.

- Est-ce que ces mots font partie de mon langage... dans mon couple, dans ma famille?
- Comment je me sens par rapport à ces marques de respect?
- Est-ce que je vois l'autre comme étant un « acquis »?
- Donne un ou deux exemples où tu t'es senti(e) valorisé(e), aimé(e), par un simple mot ou un commentaire qui s'adressait à toi.
- Je choisis une parole à dire ou un geste à poser qui viendront manifester mon respect de l'autre.

### **La Parole de Dieu nous dit : « ayez soin les uns des autres! »...**

« Ce que vous voulez que les autres fassent pour vous, faites-le aussi pour eux. » (...) Donnez, et l'on vous donnera : c'est une mesure bien pleine, tassée, secouée, débordante, qui sera versée dans le pan de votre vêtement ; car la mesure dont vous vous servez pour les autres servira de mesure aussi pour vous. »  
(Luc 6, 32 - 38)

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...

Je prends conscience de la façon dont je me comporte dans mon couple, avec ma famille. Quelle est la « mesure » dont je me sers dans ma relation avec les autres? (ex. : générosité, écoute et tendresse, confiance, rancune, tout ramener à moi,...)

### **Prière personnelle**

Seigneur Jésus, toi qui es amour, regarde mon cœur! Éclaire-moi et guide-moi afin que je vive de plus en plus des relations épanouissantes avec les membres de ma famille. Que mes paroles soient vraies et porteuses d'amour et de tendresse. Amen.

## Pour aller plus loin en couple...

Prendre quelques minutes pour répondre personnellement aux questions suivantes

- ❖ Comment je reconnais que notre relation de couple est épanouissante pour moi et pour l'autre?
- ❖ Qu'est-ce qui manque dans notre relation pour qu'elle soit épanouissante pour nous deux ou pour nous rapprocher encore plus l'un de l'autre? Que fait-on l'un pour l'autre, sans mesure, simplement par amour? (J'écris sur une feuille pour mieux partager ma réflexion à mon conjoint, ma conjointe.)
- ❖ Partage sur notre réflexion personnelle...Prendre le temps d'écouter l'autre sans discuter. On se partage nos découvertes, nos complicités...

## Prière de couple

Seigneur, comme couple, nous avançons ensemble sur le chemin de la vie avec nos forces et nos faiblesses. Rends-nous sensibles et respectueux des besoins de l'autre afin que l'harmonie et la joie règnent dans notre foyer. Amen.

## Portrait de famille

- ❖ Nous regardons en famille comment on vit le respect en famille...Est-ce qu'on utilise les mots du respect comme « s'il vous plaît, merci, excuse-moi...! ?
- ❖ Qu'est-ce qu'on pourrait améliorer pour qu'il y ait plus de respect dans notre vie familiale?

## Prière en famille

### *Prière de saint François d'Assise*

Seigneur, fais de moi un instrument de ta paix.

Là où il y a de la haine, que je mette l'amour.

Là où il y a l'offense, que je mette le pardon.

Là où il y a la discorde, que je mette l'union.

Là où il y a l'erreur, que je mette la vérité.

Là où il y a le doute, que je mette la foi.

Là où il y a le désespoir, que je mette l'espérance.

Là où il y a les ténèbres, que je mette ta lumière.

Là où il y a la tristesse, que je mette la joie.

O Seigneur, que je ne cherche pas tant à être consolé qu'à consoler,

à être compris qu'à comprendre, à être aimé qu'à aimer.

Car c'est en donnant qu'on reçoit, c'est en s'oubliant qu'on se trouve,  
c'est en pardonnant qu'on est pardonné, c'est en mourant qu'on ressuscite à l'éternelle vie.

Amen.





# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (9)

Légende: 📖 exhortation - 🕊 fin de l'atelier

## Thème : Le dialogue

« Le dialogue est une manière privilégiée et indispensable de vivre, d'exprimer et de faire mûrir l'amour, dans la vie matrimoniale et familiale. Mais il suppose un apprentissage long et difficile. (...) Au lieu de commencer à donner des avis ou des conseils, il faut s'assurer d'avoir écouté tout ce que l'autre avait besoin d'extérioriser. Cela implique de faire le silence intérieur pour écouter sans bruit dans le cœur, ou dans l'esprit : se défaire de toute hâte, laisser de côté ses propres besoins et ses urgences, faire de la place ».

📖 # 136 - 137

## Réflexion personnelle

- Dans le dialogue, je suis invité à accorder une réelle importance à l'autre par mon écoute car son expérience de la vie est différente de la mienne. J'identifie un point fort et un point faible que je perçois dans ma communication.
- J'identifie un point fort qui favorise ma communication avec l'autre et j'identifie un point faible qui me bloque ou m'empêche d'aller plus loin dans la communication de l'autre.

## La Parole de Dieu nous dit : « l'amour est exigeant! »...

« J'aurais beau parler toutes les langues des hommes et des anges,  
si je n'ai pas la charité, s'il me manque l'amour,  
je ne suis qu'un cuivre qui résonne, une cymbale retentissante.  
L'amour prend patience ; l'amour rend service ; l'amour ne jalouse pas ;  
il ne se vante pas, ne se gonfle pas d'orgueil ;  
il ne fait rien d'inconvenant ; il ne cherche pas son intérêt ;  
il ne s'emporte pas ; il n'entretient pas de rancune ;  
il ne se réjouit pas de ce qui est injuste, mais il trouve sa joie dans ce qui est vrai ;  
il supporte tout, il fait confiance en tout, il espère tout, il endure tout.  
L'amour ne passera jamais.

(1 Corinthiens 13,1.4-8)

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu....

## Prière personnelle

Seigneur, dispose mon cœur à toujours mieux écouter ce que l'autre me dit dans la confiance, que je puisse mettre de côté mes préoccupations pour l'accueillir inconditionnellement avec ce qu'il (elle) vit. Amen.

## Pour aller plus loin en couple...

*Faisons l'expérience « émetteur-récepteur » en couple.*

1. Chacun dessine cinq formes géométriques sur une feuille sans la montrer à l'autre.
2. Ensuite, vous devez vous asseoir, dos à dos. Interdiction de se retourner pour voir l'autre.
3. Avoir votre dessin respectif en main ainsi qu'une autre feuille blanche avec un carton rigide pour pouvoir reproduire le dessin de l'autre.
4. **Chacun votre tour, vous serez « émetteur » et ensuite « récepteur »**
  - Celui qui émet le message doit communiquer le plus clairement possible à l'autre les consignes qui lui permettront de reproduire les formes de son dessin sur sa feuille blanche (ex. : tu décris ton dessin en parlant de lignes, de points, de distance mais sans dire ce que représente le résultat final). **Le récepteur doit rester muet, écouter les consignes sans intervenir et reproduire le dessin.** Utilisez un chronomètre : deux minutes sont allouées à chacun. L'important n'est pas d'avoir tout fait nécessairement mais que le dessin soit le plus ressemblant possible.
5. Quand on a fini de reproduire nos deux dessins, on compare le dessin original avec la reproduction. Quelles conclusions est-ce qu'on en retire? Est-ce que notre communication est suffisamment claire pour être bien comprise? Est-ce utile que je vérifie si l'autre a bien compris les consignes que j'ai données? Quels liens puis-je faire avec ma façon de communiquer au quotidien?

## Prière de couple

Seigneur, nous voici devant toi, tous les deux, tels que nous sommes, entends notre prière. Nous ne savons pas toujours comment nous écouter et nous accueillir comme toi tu le fais, inconditionnellement, charitablement. Que ta Parole nous pénètre et nous transforme, comme la pluie entre dans la terre pour la féconder! Que nos difficultés soient toujours des occasions de se dépasser, de se pardonner mutuellement pour aller plus loin dans notre vie de couple. Merci d'être avec nous, toi la source de tout amour! Amen.

## Portrait de famille

Je reprends l'exercice précédent en famille. Chaque membre de la famille est invité à jouer le rôle de celui qui décrit le dessin puis à jouer le rôle de celui qui reproduit le dessin communiqué.

On compare ensemble les dessins et on reprend les questions :

- ❖ Quelles conclusions est-ce qu'on en retire?
- ❖ Est-ce que notre communication est suffisamment claire pour être bien comprise? Est-ce utile que je vérifie si l'autre a bien saisi les consignes que j'ai données? Pourquoi?
- ❖ Quels liens pouvons-nous faire avec notre communication familiale de tous les jours?

## Prière en famille

*Cœur Sacré de Jésus, Source de tout Amour,  
nous plaçons devant Toi nos familles,  
éprouvées ou heureuses,  
avec leur beauté et leurs blessures.*

*Apprends-nous à nous garder les uns les autres dans l'Amour,  
à avoir soin de chacun,  
spécialement des enfants, des personnes âgées,  
de celles qui sont plus fragiles  
et qui souvent sont dans la périphérie de notre cœur.*

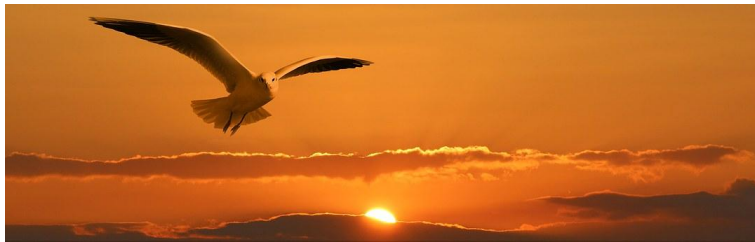
*Apprends-nous à avoir soin l'un de l'autre dans la famille :  
pour les époux, de se garder réciproquement,  
pour les parents, de prendre soin des enfants,  
et pour les enfants, avec le temps,  
de devenir aussi les gardiens des parents.*

*Que nous soyons les gardiens des dons de Dieu !*

*Accorde-nous Seigneur, de rendre devant le monde  
le témoignage d'une vie ordinaire assumée dans l'Amour,  
portée dans l'Amour, et fécondée par l'Amour.*

*Donne-nous de mettre toute notre expérience familiale  
sous le sceau de l'Évangile,  
pour manifester que vraiment, tel que Dieu nous l'a montré,  
l'amour est indéfectible et perpétuel comme Son Alliance.*

*Amen.*



Prière du pape François & du Cardinal André Vingt-Trois  
<http://www.jardinierdedieu.com/priere-familles.html>






# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (10)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : Le dialogue et l'unité

*« L'unité à laquelle il faut aspirer n'est pas uniformité, mais une 'unité dans la diversité' ou 'une diversité réconciliée'. Dans ce type enrichissant de communion fraternelle, les différences se croisent, se respectent et se valorisent, mais en conservant différentes notes et différents accents qui enrichissent le bien commun. (...) La capacité d'exprimer ce qu'on ressent sans blesser est importante; utiliser un langage et une manière de parler qui peuvent être plus facilement acceptés et tolérés par l'autre, bien que le contenu soit exigeant; faire part de ses propres reproches mais sans déverser sa colère comme une forme de vengeance, et éviter un langage moralisant qui cherche seulement à agresser, ironiser, culpabiliser, blesser. »*

 #139

## Réflexion personnelle

Karine Arneodo, spécialiste en communication, présente les **6 qualités d'une communication idéale** :

- **La capacité de s'exprimer** et de défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres.
- **L'authenticité**, être vrai avec soi-même... donc bien connaître les valeurs auxquelles je tiens et être en accord avec elles dans ma communication.
- **L'ouverture d'esprit**, être capable d'accueillir de nouvelles idées. Ne pas rester fermé aux points de vue différents des miens. Si je m'enferme dans mes certitudes, je me coupe de l'autre. Ce qui crée des problèmes dans la communication, c'est souvent ce qui me limite dans ma croissance en tant qu'être humain (ex. : insécurité face à l'inconnu, manque de confiance en moi....)
- **L'empathie**, la capacité de me mettre à la place de l'autre, d'expérimenter des émotions comme si j'étais à la place de l'autre. Cette qualité crée un espace pour l'écoute et la compréhension de ce que l'autre vit.
- **La clarté**. La communication doit être claire car une bonne communication n'est pas basée sur ce que j'ai à dire mais bien sur ce que l'autre a compris de mon message. C'est pourquoi il est nécessaire de vérifier que l'autre a bien compris ce que j'ai dit.
- **L'écoute**. L'écoute ne consiste pas simplement à bien « ouvrir mes oreilles ». Il s'agit également de faire savoir à l'autre que je l'écoute et qu'il est entendu... parfois par un geste ou un mot ou en posant une question pour clarifier le message.

Référence : <http://comisk.com/author/karneodo/>

- ❖ Quelles sont les qualités que je dois développer pour diminuer les frictions que je rencontre dans ma communication ? Quel est mon point fort? Quel est mon point faible?
- ❖ Je choisis une ou deux de ces qualités et je regarde comment je les vis dans mon quotidien. J'en retiens une que je décide de travailler durant les prochains jours.

**La Parole de Dieu nous dit :  
« Soyons unis et respectueux les uns envers les autres... »**

*« Je vous encourage à suivre fidèlement l'appel que vous avez reçu de Dieu : ayez beaucoup d'humilité, de douceur et de patience; supportez-vous les uns les autres avec amour; ayez à cœur de garder l'unité de l'Esprit, par le lien de la paix.*

*Comme votre vocation vous a tous appelés à une seule espérance, de même, il n'y a qu'un seul corps et qu'un seul Esprit. Il n'y a qu'un seul Seigneur (...)*

*(Éphésiens 4, 1-5)*

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu....

**Prière personnelle** 

Seigneur,

Amen.

**Pour aller plus loin en couple...**

En couple, nous relisons les qualités d'une bonne communication et nous nous partageons comment nous les vivons. Je m'exprime en « je » pour dire comment je me sens face à ces qualités.

**Prière de couple**

Seigneur Jésus, nous te disons merci pour les qualités que tu fais grandir en chacun(e) de nous! Qu'elles soient toujours partagées avec les autres et particulièrement entre nous afin que notre relation d'amour demeure bien vivante et épanouissante. Porte en ton cœur tous les couples qui ne peuvent pas se rejoindre et qui demeurent dans les «non-dits» mortifères et paralysants. **Amen.**

## Portrait de famille

À partir des six qualités d'une bonne communication mentionnées précédemment, en famille, partageons sur le point fort reconnu chez chacun des membres de la famille en matière de communication et aussi le point à améliorer.

**En famille, on échange sur ce qui suit :**

Communiquer se fait aussi par du non-verbal...

*Le sourire est contagieux, tu l'attrapes comme le rhume.  
Quand quelqu'un me sourit aujourd'hui, je souris moi aussi.  
Je tourne le coin et quelqu'un voit mon petit sourire.  
Quand il a souri, j'ai réalisé que je venais de lui passer mon sourire.  
J'ai pensé à ce sourire, et j'en ai réalisé la valeur.  
Un simple sourire comme le mien peut voyager à travers le monde.,  
Alors si tu sens le début d'un sourire, ne le camoufle pas.*

*(Anonyme)*

## Prière en famille

Allez sur internet et priez le *Notre Père* avec le célèbre groupe catholique charismatique qui vient de diffuser un premier clip vidéo basé sur la prière du "Notre Père".

<https://actualitechretienne.wordpress.com/2014/12/09/notre-pere-le-nouveau-clip-du-groupe-glorious/>







# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (11)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : Un amour passionné


« Le Concile Vatican II enseigne que cet amour conjugal enveloppe le bien de la personne tout entière; il peut donc enrichir d'une dignité particulière les expressions du corps et de la vie psychique et les valoriser comme les éléments et les signes spécifiques de l'amitié conjugale » (Gaudium & spes n. 49) Ce n'est pas pour rien qu'un amour sans plaisir ni passion n'est pas suffisant pour symboliser l'union du cœur humain avec Dieu... »

 # 142

## Réflexion personnelle

### La parabole du diamant et de la rose.

Un prince possédait un diamant de grande valeur et il comptait l'offrir à sa bien-aimée princesse lors du mariage princier qui s'annonçait pour le printemps. Mais malheureusement le prince s'aperçut que le diamant portait une rayure qui l'endommagerait irrémédiablement. Il consulta tous les grands bijoutiers du royaume mais personne n'était en mesure de réparer ce diamant. Que faire alors? Le prince s'en ouvrit à l'un de ces intendants. Celui-ci connaissait dans son village natal un bijoutier de grande réputation. Le prince le fit venir au château et lui montra le diamant. Le bijoutier, après avoir eu un éclair de génie, confia au prince l'intuition qui lui permettrait de sauver le diamant. Il suffirait dit-il au prince de transformer la rayure en une tige et de tailler le diamant en forme de rose! Le prince consentit à l'ouvrage et le bijoutier tailla le diamant en rose et ainsi, au jour des noces, la belle princesse le porterait sur sa longue robe au cœur d'une broche incomparable. Le prince était donc ravi d'offrir à sa bien-aimée cette œuvre d'une grande beauté.

- ❖ Ce qui donne de la valeur à notre personne, ce sont toutes ces rayures, ces blessures au fond de notre cœur que nous transformons en tiges capables de porter de nouvelles fleurs de pardon et de tendresse.
- ❖ J'écris les grandes lignes de mon histoire d'amour. 

## La Parole de Dieu nous dit : « En aimant, je réalise mon poème d'amour »

« Voici mon bien-aimé qui vient! Il escalade les montagnes, il franchit les collines, il accourt comme la gazelle, comme le petit d'une biche. Le voici qui se tient derrière notre mur; il regarde par la fenêtre, il guette à travers le treillage. Mon bien-aimé a parlé; il m'a dit : « Lève-toi, mon amie, viens ma toute belle. Ma colombe, blottie dans le rocher, cachée dans la falaise, montre-moi ton visage, fais-moi entendre ta voix; car ta voix est douce, et ton visage est beau. » Mon bien-aimé est à moi, et moi je suis à lui. Il m'a dit : « Que mon nom soit gravé dans ton cœur, qu'il soit marqué sur ton bras. » Car l'amour est fort comme la mort, la passion est implacable comme l'abîme. Ses flammes sont des flammes brûlantes, c'est un feu divin! Les torrents ne peuvent éteindre l'amour, les fleuves ne l'emporteront pas. »

(Cantique des cantiques 2,8-10.14.16a; 8, 6-7a)

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu....

### Prière personnelle ✍

Suite à ma méditation, je laisse parler mon cœur que j'ouvre à Dieu, à celui que je prie...  
J'écris ce qui monte en moi...

### Pour aller plus loin en couple...

Lire ensemble cet extrait du Petit Prince de Saint-Exupéry en pensant à la rose symbolisant notre relation de couple, puis échanger sur les questions qui suivent...



*Le renard dit au petit prince : « Va voir tes roses.*

*Tu comprendras que la tienne est unique au monde.*

*Le petit prince s'en fut revoir les roses : « Vous n'êtes pas du tout semblables à ma rose, vous n'êtes rien encore, leur dit-il. Personne ne vous a apprivoisées et vous n'avez apprivoisé personne. Vous êtes comme était mon renard. Ce n'était qu'un renard semblable à cent mille autres. Mais j'en ai fait mon ami, et il est maintenant unique au monde. »*

*Le petit prince revint vers le renard : « Adieu », dit le petit prince.*

*« Adieu », dit le renard. « Voici mon secret. Il est très simple :*

*On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux.*

*C'est le temps que tu as perdu pour ta rose qui fait ta rose si importante.*

*Les hommes ont oublié cette vérité. Mais tu ne dois pas oublier. Tu deviens responsable pour toujours de ce que tu as apprivoisé. Tu es responsable de ta rose... »*

- ❖ Quels soins donnons-nous à notre rose pour qu'elle grandisse et se déploie?
- ❖ Qu'est-ce que nous pourrions améliorer dans notre relation pour la nourrir ? (communication, marques d'affection, autres...)

## Prière de couple

Seigneur, parfois notre vie de couple est simple et nourrissante. Certains jours, tout se complique et nous avons l'impression d'être si loin l'un de l'autre. Nos différences semblent être un obstacle infranchissable. Que le don quotidien de ton amour soit pour nous deux comme le soleil dont la rose a tant besoin, soleil qui offre sa lumière et sa chaleur caressante, nous laissant voir la beauté unique de l'autre. Ne laisse pas faner notre tendresse mais rends-la sûre et belle comme le jour, paisible comme la venue du soir. Amen.

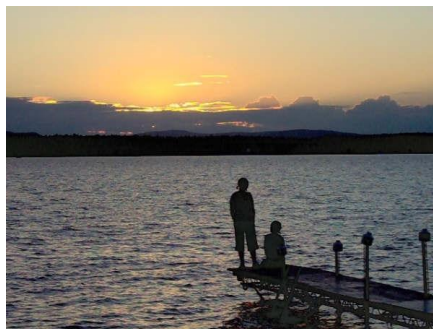
## Portrait de famille

Nos relations familiales sont aussi comme des roses dans un jardin et nous devons en prendre soin. En famille, nommez des petits pas qui peuvent être faits pour soigner et nourrir vos relations interpersonnelles familiales. Ce jeu de devinette pourra inspirer même les tout-petits...

- ❖ Prendre du temps pour partager autour d'un bon repas au moins 1 fois/semaine
- ❖ Laisser l'ordinateur et s'amuser ensemble (jeux de cartes ou de société)
- ❖ Je partage mon sourire avec les autres membres de la famille.
- ❖ Nous nous arrêtons quelques minutes chaque jour pour prier le Christ et le remercier pour ...

## Prière en famille

Seigneur,  
mets la paix en nos cœurs afin que nous puissions mieux nous aimer.  
Viens transformer nos esprits afin que nous sachions nous donner mutuellement de la vie  
par des gestes de tendresse et d'entraide.  
Viens raviver tout notre être pour que grandisse en nous la joie  
et que s'affermisse notre désir de vivre dans l'amour, la justice et la paix. Amen.






# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (12)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## Thème : Le monde des émotions

« Expérimenter une émotion n'est pas une chose moralement bonne ou mauvaise en soi. Commencer à sentir le désir ou le rejet n'est pas peccamineux ni reprochable. C'est l'acte que l'on fait, motivé ou accompagné par une passion, qui est bon ou mauvais. Mais si les sentiments sont cultivés, entretenus, et qu'à cause d'eux nous commettons de mauvaises actions, le mal se trouve dans la décision de les alimenter et dans les actes mauvais qui s'en suivent (...) Il y a des personnes qui se sentent capables d'un grand amour seulement parce qu'elles ont un grand besoin d'affection, mais elles ne savent pas lutter pour le bonheur des autres et vivent enfermées dans leurs propres désirs(...) Une famille arrive à maturité quand la vie émotionnelle de ses membres se transforme en une sensibilité qui ne domine ni n'obscurcit les grandes options et les valeurs, mais plutôt qui respecte la liberté de chacun, jaillit d'elle, l'enrichit, l'embellit et la rend plus harmonieuse pour le bien de tous. »

 #145-146

## Réflexion personnelle

Les émotions ne sont ni bonnes, ni mauvaises. Parfois, elles sont agréables à vivre comme la joie, le plaisir, la bonne humeur. En d'autres circonstances, elles peuvent être désagréables et nous sembler impossibles à maîtriser (ex. : la colère, la tristesse). Nous pouvons les ressentir dans notre corps et cela nous demande d'être à l'écoute de ce qui se passe: sensation de chaleur, tremblements, nœud dans la gorge, mains moites, volcan intérieur qui explose, etc. Ressentir des émotions ne veut pas dire les agir. Le pape François parle de *la vie émotionnelle des membres de la famille qui se transforme en une sensibilité qui ne domine ni n'obscurcit les grandes options et les valeurs.*»

- ❖ Parfois, je me juge parce que je ressens ...
  
- ❖ Comment les émotions étaient-elles et/ou sont-elles exprimées et accueillies dans ma famille? (Je prends le temps de voir si certaines d'entre elles étaient ou sont «interdites»...)
  
- ❖ Qu'est-ce qui me questionne, me réjouit ou m'interpelle dans ce que le pape affirme en lien avec ma vie émotionnelle et ma réponse à la question précédente?
  
- ❖ Comment je pourrais parler de la vie émotionnelle des membres de ma famille et avec qui ? Comment pourrait-elle se transformer comme le suggère le pape François ?

## La Parole de Dieu nous transforme : « L'accomplissement de la loi de Dieu, c'est l'Amour! »

*N'ayez de dette envers personne, sauf celle de l'amour mutuel, car celui qui aime les autres a pleinement accompli la Loi. La Loi dit : Tu ne commettras pas d'adultère, tu ne commettras pas de meurtre, tu ne commettras pas de vol, tu ne convoiteras pas. Ces commandements et tous les autres se résument dans cette parole : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. L'amour ne fait rien de mal au prochain. Donc, le plein accomplissement de la Loi, c'est l'amour. (Romains 13,8-10)*

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...

### Prière personnelle

Seigneur, Aujourd'hui, tu me dis : «**Tu aimeras ton prochain comme toi-même.**» Je te rends grâce pour cette belle parole d'Amour et j'ose dire, cet appel aussi! Je t'avoue que parfois, je me juge plus que je m'aime et je juge les autres plus que je les aime.

Tu me révéles que ta loi, c'est ta Parole d'Amour, c'est l'Évangile. Apprends-moi à m'aimer comme Toi tu m'aimes, à m'accueillir avec mes forces et aussi mes faiblesses. Avec toi, je désire lâcher prise sur tout ce qui m'enferme : mes fausses sécurités, mes fausses croyances sur moi-même (dépréciation, survalorisation, etc.), mes préjugés sur les autres, mes...

Que ton Esprit de vérité et de force soit ma lumière et me donne le courage de reconnaître tes appels et les pas de vie à poser pour que ma vie émotionnelle se transforme en sensibilité aimante.

Merci! Amen.

### Pour aller plus loin en couple...

📖 # 148 « *L'éducation de l'émotivité et de l'instinct est nécessaire, et pour cela, il est parfois indispensable de se fixer des limites.* »

- ❖ Certaines limites sont fixées par la loi et **la loi doit toujours être au service de l'amour et du respect de la personne humaine**. Le discernement des limites à fixer est au cœur de toute vie chrétienne et aussi au cœur de toute vie de famille.
- ❖ Partage en couple sur les différents extraits de l'exhortation en lien avec notre vie de couple :
- ❖ Qu'est-ce que cela nous dit?
- ❖ Quelles limites doit-on respecter entre nous pour éviter de *se faire du mal*, de se blesser mutuellement?

### Prière de couple

Suite à notre échange Seigneur, nous désirons...

Amen.

## Portrait de famille

### 1. Vivre en famille l'expérience de la marche de l'aveugle.

Il s'agit d'une expérience de communication non-verbale. L'exercice se fait en silence et chacun(e) doit prendre d'autres moyens que la parole pour guider l'aveugle. Dans un premier temps, un membre de la famille guide l'aveugle (la personne qui joue le rôle de l'aveugle a un bandeau sur les yeux) à travers différents obstacles placés dans la pièce pour faire un certain trajet (pas trop long). Lorsque le trajet est terminé, les rôles sont inversés. Tous les membres de la famille devront jouer les deux rôles. Ensuite, personnellement, tous répondent aux questions suivantes :

- ❖ Comment je me sentais en guidant l'autre et aussi en étant guidé par l'autre?
- ❖ Est-ce que j'aime mieux guider ou être guidé? Pourquoi?
- ❖ Quelles émotions ont été ressenties (peur, colère, joie, etc.)?
- ❖ Comment se vit la confiance dans notre famille?

### 2. Prendre le temps d'échanger en famille suite à l'expérience...

## Prière de famille

On dit que chanter, c'est prier deux fois. Toute la famille est invitée à chanter sur le chant du groupe GLORIOUS et pourquoi pas en dansant...

### JE SUIS DANS LA JOIE

(Glorious)

refrain

Je suis dans la Joie, une joie immense!

Je suis dans l'allégresse car mon Dieu m'a libéré! (bis)

Je chanterai de tout cœur les merveilles de Jésus, mon Seigneur.

Il m'a ôté des ténèbres, il m'a délivré de tout péché! (bis) (R)

Car mon Dieu est fidèle, il ne m'abandonne jamais!

Je n'ai plus rien à craindre car mon Dieu m'a libéré! (bis) (R)

Réf. : <https://www.bing.com/videos/search?q=je+suis+dans+la+joie+glorious&&view=detail&mid=E3E5E43CF469B7501486E3E5E43CF469B7501486&&FORM=VDRVRV>







# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (13)

Légende:  exhortation -  fin de l'atelier

## **Thème : Le pardon**

«Si nous permettons aux mauvais sentiments de pénétrer nos entrailles, nous donnons lieu à cette rancœur qui vieillit dans le cœur (...) Le contraire, c'est le pardon, un pardon qui se fonde sur une attitude positive, qui essaie de comprendre la faiblesse d'autrui et cherche à trouver des excuses à l'autre personne, comme Jésus a dit : «Père, pardonne-leur : ils ne savent pas ce qu'ils font» Lc 23, 34 ».

 # 105

### **Réflexion personnelle**

Je visualise...

- Dans la dernière semaine, j'identifie deux émotions désagréables que j'ai ressenties dans une situation particulière ou dans une relation interpersonnelle...
- Je revis intérieurement la ou les situations. Je revois les lieux, les personnes impliquées, le contexte, etc...
- Selon moi, qu'est-ce qui a déclenché le ou les malaises?
- Qu'est-ce que j'ai fait avec ça? Quelle a été ma réaction? (ex. : j'ai crié, j'ai figé, je me suis fermé, j'ai projeté ma colère sur le chien, etc.)
- Est-ce que cela a eu un impact dans mon couple, dans ma famille? Lequel?

### **La Parole de Dieu nous dit : « demander la grâce de pardonner »...**

Sur la croix, quelques minutes avant sa mort, en pensant à toutes les personnes qui n'ont pas accueilli sa parole et son témoignage, Jésus a dit :

*«(...) Père, pardonne-leur : ils ne savent pas ce qu'ils font.»*

*(Luc 23, 34)*

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu....

Je prends conscience de ma façon de réagir face aux autres, plus particulièrement dans une situation de conflits.

### **Prière personnelle**

Seigneur, aide-moi à reconnaître des situations de ma vie où tu m'appelles à pardonner comme toi tu as pardonné à ceux qui t'ont offensé. Comme il est difficile de pardonner parfois! Sans ton Esprit d'amour, je n'y arrive pas. Marche avec moi sur le chemin qui mène vers le pardon en lien avec \_\_\_\_\_ (nom d'une personne avec qui j'entretiens une relation blessée et blessante.) Amen.

Référence pour vivre un cheminement vers le pardon : MONBOURQUETTE, Jean, *Comment pardonner?*, Novalis, Canada, 2009, 250 p.

## Pour aller plus loin en couple...

### Une histoire de pardon

Un jour, Céline prête son auto à son époux Michel. Il doit se rendre en ville pour un rendez-vous important. Il revient quelques heures plus tard, en taxi. Il lui explique qu'il a eu une distraction et a passé sur un feu rouge. L'accident était inévitable. Heureusement, il n'est pas blessé mais l'auto est endommagée et possiblement irrécupérable. Céline vit une grande colère et se dit en elle-même : « *Ça s'est bien lui! Il est toujours dans la lune et ne fait attention à rien, même pas à **mon auto**. Je ne lui prêterai plus jamais rien.* » Elle enrage et en veut à Michel. Elle ne lui pardonne pas son inattention.

Quelques jours plus tard, Céline se rend au travail avec la camionnette de Michel. En revenant en fin de journée, elle entre dans la cour un peu rapidement et glisse sur une plaque de glace. La camionnette s'arrête brusquement en frappant la roue arrière du tracteur qui y est stationné. Céline est dans tous ses états en constatant les dommages subis sur la camionnette. Michel sort de la maison et la rassure : « Tu n'es pas blessée? C'est tout ce qui compte. Ça, c'est juste un peu de tôle froissée! »

Après coup, Céline a repensé à sa façon de réagir intérieurement lorsque Michel lui a raconté l'accident avec sa voiture versus la réaction de Michel face à son incident. Elle réalise que ce qu'elle vit face à Michel n'est pas ajusté. Elle l'a enfermé dans sa perception qu'elle avait de lui (le négligeant) et a manqué de compassion... Pour de la tôle froissée! Suite à son incident, elle a pris conscience que Michel valait plus que l'erreur commise. « Nous sommes tous imparfaits, vulnérables. » pensait-elle. Céline a demandé pardon à Michel et Michel a fait de même. Avec confiance, ils se sont rapprochés l'un de l'autre, le cœur plus léger et plus aimant qu'avant.

---

Le pardon à recevoir et à donner est toujours suscité par l'Amour que nous avons les uns pour les autres. Sans Amour, il n'y a pas de pardon possible et l'Amour vient de Dieu.

### Échange en couple

- ❖ En quoi cette histoire ressemble-t-elle ou diffère-t-elle de notre propre histoire de couple?
- ❖ Qu'est-ce qu'elle nous apprend ou nous confirme?

### Prière de couple

Seigneur, comme couple, nous avançons ensemble sur le chemin de la vie avec nos forces et nos faiblesses. Rends-nous sensibles et respectueux l'un de l'autre afin que l'harmonie et la joie règnent dans notre foyer. Dans les moments plus difficiles, accorde-nous la grâce du pardon. **Amen.**



## Portrait de famille

### UNE HISTOIRE DE FUNAMBULE

#### **Papa ou maman raconte la légende qui suit à toute la famille:**

Il y a des années de cela, un célèbre équilibriste parcourait le monde en donnant des spectacles durant lesquels il marchait sur un fil tendu au-dessus de précipices vertigineux. Il se rendit célèbre en marchant au-dessus de chutes d'eau dont celles du Niagara, encouragé à chaque fois par des foules de curieux qui se massaient de chaque côté des précipices. Il interpellait les spectateurs qui le regardaient marcher au-dessus du vide en leur posant cette question avant de s'élancer: « **Croyez-vous que je puisse traverser sans tomber en marchant sur ce fil ?** » Immanquablement, la foule lui hurlait sa certitude qu'il pouvait sans problème réussir un tel exploit, ce qu'il ne manquait pas de faire devant leurs yeux ébahis. Tous croyaient, sans l'ombre d'un doute, qu'il réussirait l'incroyable défi qu'il se promettait de réaliser, même si nombre de ces personnes venaient aussi le regarder avec, peut-être caché au fond du cœur, le désir invouable de voir quelque chose de plus dramatique se produire, tel une chute...



La légende raconte qu'un jour, après avoir déjà réalisé une traversée en marchant sur le fil avec son grand balancier dans les mains, il se proposa de la refaire en sens inverse, mais cette fois-ci avec une brouette qu'il pousserait devant lui. « Incroyable ! » dit la foule. Comme à son accoutumée, il posa alors sa question: « **Croyez-vous que je puisse le faire ?** » « Oh oui, oui, bien sûr » lui répondit la masse des spectateurs surexcités à l'idée qu'ils allaient assister en direct à un exploit jamais encore réalisé. C'est alors que l'équilibriste posa une seconde question totalement inattendue: « **Alors, si vous croyez que je vais réussir, qui monte dans la brouette et viens avec moi ?** » Le silence qui tomba brutalement sur la foule fut remarquable de contraste avec le bruit qui s'en élevait encore quelques secondes seulement auparavant. Oui, la foule croyait qu'il pouvait le faire, oui... mais pas au point de placer leur vie entre ses mains ! Le funambule eu finalement un candidat qui monta avec lui dans la brouette et ensemble ils traversèrent le précipice. Cette personne était sa mère, raconte la légende. Elle avait toute confiance en son fils, au point de placer entre ses mains sa propre vie !

Réf. : <https://lydiebtlp.wordpress.com/2015/07/20/histoire-le-funambule-me-fais-tu-confiance/comment-page-1/>

#### **Échange en famille sur l'histoire**

- ❖ Qu'est-ce qui surprend dans cette histoire ? À quoi ou à qui nous fait-elle penser ?
- ❖ Quelle différence y-a-t-il entre **faire confiance** à quelque chose ou à quelqu'un et **croire** en quelque chose ou en quelqu'un ?

Prendre quelques notes de ce qui ressort de ce partage...

### Réflexion chrétienne à partager...

N'en est-il pas souvent de même pour nous dans notre marche avec Dieu ? Très souvent, nous croyons en Dieu et quand une situation difficile survient, il en va tout autrement. Nous doutons alors qu'il puisse agir en nous et avec nous, qu'il puisse nous pardonner nos erreurs et nous libérer du mal qui nous ronge parfois. Nous essayons alors de trouver des solutions par nous-mêmes. Nous avons plus confiance en nos propres ressources et nous oublions de faire appel à Lui. Nous gardons le plus souvent les commandes de notre vie. Parfois, la vie nous place dans des situations où nous n'avons plus le choix, dans des situations où toutes nos solutions humaines, notre savoir faire ne nous sont plus d'aucune utilité...Vous-êtes vous déjà retrouvés dans une telle crise?



Parfois il nous semble être comme Moïse et le peuple Hébreux, adossés à la mer Rouge, sans issue, avec face à eux l'armée de Pharaon se ruant sur eux pour les détruire. ( Exode 14, 9-12). Mais ils n'étaient pas seuls...Il y avait avec eux la colonne de nuée ! De la même façon aujourd'hui, aussi difficile que puisse être notre situation, nous ne sommes pas seul(e)s. Jésus Christ qui est mort et ressuscité pour nous sauver est toujours avec nous et le sera jusqu'au bout ! Osons croire en Lui dans notre vie, osons prendre la main qu'il nous tend avec confiance !

Réf. : <https://lydiebtlp.wordpress.com/2015/07/20/histoire-le-funambule-me-fais-tu-confiance/comment-page-1/>

En famille et de façon régulière, un rendez-vous est fixé à un moment choisi par tous les membres de la famille. L'objectif des rencontres est de communiquer franchement et de reconnaître ce qui va bien dans la famille et aussi s'il y a des non-dits ou des conflits non réglés qui **minent la confiance** dans les relations familiales. Chacun(e) s'exprime et, ensuite, écoute les autres dans le respect et l'accueil. S'il y a un conflit ou une incompréhension face à une parole lancée ou autre chose, les personnes concernées verront à prendre les moyens nécessaires pour arriver à une solution, à un pardon à recevoir et à donner si nécessaire.

**Le pardon est essentiel pour renouveler les relations et rétablir la confiance et la paix au sein de la famille.**

### Prière en famille

Dieu, nous te prions pour ceux que nous aimons, pour chaque membre de notre famille.

Nous te prions pour nos amis les plus chers (en nommer).

Nous te prions pour ceux et celles que nous avons de la difficulté à aimer (en silence, chacun pense à une de ses personnes dans sa vie).

Nous te prions pour ceux qui souffrent et sont malades, ceux qui n'arrivent pas à joindre les deux bouts et manquent du nécessaire.

Nous te prions pour les victimes de la guerre, de conflits ouverts, d'injustice ou d'exploitation.

Sur nous tous, pose ton regard bienveillant et apporte ton réconfort, par le Christ notre Seigneur...

Amen.



# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (14)

Légende: 📖 exhortation - 🕊 fin de l'atelier

## Thème : Confiance et Alliance

« L'amour croit tout(...) Il ne s'agit pas seulement de ne pas suspecter l'autre de me mentir ou de me tromper. Cette confiance de base reconnaît la lumière allumée par Dieu qui se cache derrière l'obscurité, ou la braise qui brûle encore sous la cendre. »

📖 # 114

### Réflexion personnelle

- Je m'arrête pour prendre conscience de mon attitude face aux autres, comment j'entre en relation avec les personnes : mon conjoint, mes enfants, mes voisins ou collègues de travail, etc. Quelle est ma posture intérieure (ouverture à l'autre ou méfiance, douceur ou agressivité, égalité ou infériorité-supériorité) ?
- Comment je vis la confiance envers moi-même, envers les autres, envers Dieu ?
- Qu'est-ce que l'extrait ci-haut m'inspire pour ma vie?

### La Parole de Dieu nous dit : « la foi et l'amour mènent à la confiance...»

*L'amour prend patience; l'amour rend service; l'amour ne jalouse pas;*

*Il ne se vante pas, ne se gonfle pas d'orgueil;*

*Il ne fait rien d'inconvenant; il ne cherche pas son intérêt;*

*Il ne s'emporte pas; il n'entretient pas de rancune;*

*Il ne se réjouit pas de ce qui est injuste, mais il trouve sa joie dans ce qui est vrai;*

*Il supporte tout, il fait confiance en tout, il espère tout, il endure tout.*

***L'amour ne passera jamais...***

1 Corinthiens 13, 4-8

Je prends le temps de méditer cette parole de Dieu...



## Prière personnelle

Depuis le commencement des temps, les humains cherchent Dieu. Je te cherche Dieu...! Est-ce que tu existes vraiment? Où es-tu ? Qui suis-je pour toi? Quelle est ta volonté ou ton désir pour moi? On dit que tu es Amour...(Silence)

Jésus, ses apôtres, Pierre, Jean, Jacques, Matthieu, saint Luc et saint Paul, tous les autres saints et saintes connus et inconnus ont parlé de Toi Dieu et de l'Alliance que tu as faite avec toute l'humanité. Leur vie donnée par amour pour Dieu (Père, Fils et Esprit Saint) trouvait sens dans l'amour qu'ils partageaient avec les personnes, leurs frères et sœurs en Jésus comme ils disent dans leurs écrits. Ils ont participé à ton projet, Dieu, en soignant, en bénissant, en guérissant, en libérant en Ton nom. C'est cela le salut offert à toute personne qui croit en la vie et la mort-résurrection du Christ. Plusieurs d'entre eux ont été tués pour avoir affirmé avec courage leur foi en Toi. Ils croyaient par-dessus tout doute que le mal et la mort n'ont plus le dernier mot depuis ta venue en notre monde. Paul nous dit qu'en Toi, nous formons un seul et même Corps, toujours VIVANT.



Est-il possible que je Te rencontre à travers ces témoins de foi? Est-ce bien Toi qui agis chaque fois qu'un d'entre nous accepte de donner de son temps, accepte de partager ses talents pour rendre service et venir en aide à son prochain, consent à travailler pour qu'il y ait une meilleure répartition de la richesse sur notre Terre? Est-ce bien ton Esprit d'Amour qui nous habite toutes et tous, et qui nous pousse à poursuivre ta mission? Est-ce bien Toi qui me donnes la force et le courage de traverser les épreuves de ma vie? Les réponses à toutes ses questions, il n'y a que moi qui puisse les donner...

Dans l'Évangile de Luc (Lc 9, 20), Jésus pose une question importante à ses apôtres :  
« **Et vous, qui dites-vous que je suis?** » Un seul d'entre eux a répondu...

Ta question résonne en moi et voici **ma réponse pour aujourd'hui, sincère et libre:**

pour moi, Jésus, tu es \_\_\_\_\_.  
Amen.

## Pour aller plus loin en couple

En couple, prenons le temps d'échanger sur ce qui est monté en soi, sur la réponse qui nous a été inspirée pour répondre à la question de Jésus, toujours sincèrement et librement, dans l'accueil l'un de l'autre.

Nous partageons aussi ce que nous ressentons mutuellement en échangeant sur notre spiritualité ou notre foi (gêne, joie, incompréhension, surprise ou étonnement, autres).

## Prière de couple

Nous voici tous les deux avec Toi notre Dieu! Nous désirons te dire...

Nous désirons vivre en Alliance avec Toi et partager quotidiennement la Parole de Dieu. **Amen.**

## Portrait de famille

### Aux parents

Vous avez entendu parler de la méditation chrétienne ?

*«Elle se définit comme une forme de présence à soi et à Dieu. Cette présence est rendue possible en portant son attention à l'intérieur de soi, avec une intention identifiée au départ. L'image de la germination illustre bien le travail de la méditation. La germination consiste à faire germer une graine qui, au départ, semble sans vie mais qui enferme en elle une potentialité de vie si on lui donne les soins adéquats. Pour faire germer une graine, il faut s'en occuper deux fois par jour et, le reste de la journée, le travail de germination se poursuit par lui-même. La méditation opère de la même façon(...) La méditation chrétienne est un voyage intérieur que l'on refait chaque jour comme si c'était la première fois. Peu à peu, ce moment privilégié de silence et de paix déteint sur notre façon d'accomplir nos activités quotidiennes, sur notre façon d'être présent à l'autre et, de façon générale, sur l'orientation que l'on donne à notre vie. La méditation devient alors un mode de vie et elle joue dans notre vie un rôle primordial.*

(extrait de l'article de Mme Christiane Gagnon : référence <https://www.meditationchretienne.ca/meditation-voyage-interieur>)

Voir ce ou ces vidéos : <https://vimeo.com/115252866>  
<https://www.meditationchretienne.ca/mediter-art-de-linstant-present/>

Suggestion de livre pour les familles avec de jeunes enfants (incluant un CD de méditations guidées) :

SNEL, Eline, *Calme et attentif comme une grenouille –La méditation pour les enfants...avec leurs parents*, Les Éditions Transcontinental, Montréal, 2012, 135 p.

### Prière en famille

Vivre une expérience de la méditation chrétienne en famille et se partager ce qui a été vécu ou le sentiment ressenti suite à l'expérience, tout simplement...

Un chant poème pourrait débiter la méditation : Je me tiendrai près de toi de Robert Lebel, album Argile

La confiance, ça se construit comme une maison, brique après brique, pas à pas, toute la vie durant. Nous pouvons compter sur Dieu, il est notre ALLIÉ !

Sa Lumière et son Amour nourrissent notre foi en Lui et sont donnés pour toujours...!







# « La joie de l'amour » au quotidien

atelier d'échange pour les couples, les familles et réflexions personnelles (15)

Légende: 📖 exhortation - 🕊 fin de l'atelier

## Thème : L'amour, un défi possible

« *Panta hypoménei* signifie *supporter*, dans un esprit positif, toutes les contrariétés. C'est se maintenir ferme au milieu d'un environnement hostile. Cela ne consiste pas seulement à tolérer certaines choses contrariantes, mais c'est quelque chose de plus large : une résistance dynamique et constante, capable de surmonter tout défi. C'est l'amour en dépit de tout, (...) Cela me rappelle ces paroles de Martin Luther King, quand il refaisait le choix de l'amour fraternel même au milieu des pires persécutions et humiliations : « Celui qui te hait le plus a quelque chose de bon en lui; même la nation qui te hait a quelque chose de bon en elle; même la race qui te hait le plus a quelque chose de bon en elle. Et lorsque tu arrives au stade où tu peux regarder le visage de chaque homme et y voir ce que la religion appelle -l'image de Dieu-, tu commences à l'aimer en dépit de -tout-(...)»

📖 # 118

## Réflexion personnelle

Quand quelque chose ou quelqu'un me contrarie, comment je réagis? M'arrive-t-il de vouloir contrôler la situation et même les personnes, d'imposer mes idées, mes façons de faire?

Qu'est-ce que cela produit? Quels effets cela a-t-il sur mes relations interpersonnelles?



« Lorsque tu élèves le niveau de l'amour, de sa grande beauté et de sa puissance, **tu cherches à vaincre uniquement les mauvais systèmes**. Les individus qui sont pris dans ce système, tu les aimes, mais tu cherches à vaincre le système (...) Si je te frappe et tu me frappes et je te frappe en retour, cela se poursuit à l'infini (...) Le fort, c'est celui qui peut rompre l'engrenage de la haine, l'engrenage du mal. Quelqu'un doit être assez religieux et assez sage pour le rompre et injecter dans la structure même de l'univers cet élément fort et puissant qu'est l'amour ».

Suite 📖 # 118

**La Parole de Dieu nous dit :**  
**« L'amour se demande, s'accueille, se partage et se multiplie... »**

*« Demandez, on vous donnera ; cherchez, vous trouverez ; frappez, on vous ouvrira. En effet, quiconque demande reçoit ; qui cherche trouve ; à qui frappe, on ouvrira. Ou encore : lequel d'entre vous donnera une pierre à son fils quand il lui demande du pain ? Ou bien lui donnera un serpent, quand il lui demande un poisson ? Si donc vous, qui êtes mauvais, vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, combien plus votre Père qui est aux cieux donnera-t-il de bonnes choses à ceux qui les lui demandent ! Donc, tout ce que vous voudriez que les autres fassent pour vous, faites-le pour eux, vous aussi. »* (Mt 7, 7-12)

*Jésus*

Je prends le temps de méditer cette Parole.

### **Prière personnelle**

*Seigneur Jésus,*

*Avec les hommes et les femmes que tu as rencontrés lors de ton passage sur Terre, tu as été haï, trahi, frappé, injurié, tu as subi de la violence et le pouvoir écrasant des autorités du temps. Malgré ta souffrance physique et l'abandon que tu as sûrement ressenti, tu n'as pas répondu aux attaques et au mal. Sur la croix, tu as demandé « Père, pardonne-leur car ils ne savent ce qu'ils font! » et tu as remis ta vie entre ses mains...*

*Par cette parole, tu as demandé la grâce de demeurer dans l'amour face à tes bourreaux. Tu es demeuré fidèle à toi-même et à tout ce que tu as enseigné à tes disciples : « Aimez vos ennemis et priez pour ceux qui vous persécutent. » Ce que tu as dit, tu l'as accompli, jusqu'au bout, par Amour pour nous!*

*Je te rends grâce pour le don de ta Vie, pour ce que tu es : « le Fils bien-aimé du Père », pour ton Esprit d'amour, ton Souffle qui nous anime et nous guide tous sur nos chemins. **Amen.***

### **Pour aller plus loin en couple**

Une suggestion : voir : <https://www.youtube.com/watch?v=YKUsmPII2zE>

Pourquoi le conflit et la lutte de pouvoir dans le couple? Avec Katherine Barr, thérapeute

Suite au visionnement, partage en couple sur ce qui est affirmé

- Comment cela nous rejoint-il dans notre vie de couple?
- En quoi sommes-nous interpellés comme conjoint, comme conjointe?

## Prière de couple

*Seigneur, tu te tiens à notre porte. Entre donc chez nous, nous t'attendons!  
Parfois, le rapide courant de notre vie de famille nous emporte  
et nous oublions l'essentiel, l'amour.  
Comme promis, tu demeures avec nous, fidèle à ta Parole.  
Entre dans nos cœurs car avec toi, nos amours s'éveillent et se transforment.  
Par la force de ton Esprit Saint, nous trouverons la force de ne pas succomber  
au pouvoir et au contrôle que nous pouvons exercer sur l'autre.  
Avec Toi, nous pouvons nous aimer jusqu'au bout, jusqu'au pardon.  
Avec toi, un peu plus chaque jour, nous devenons une bénédiction l'un pour l'autre,  
pour nos enfants, nos amis et le monde.  
Amen.*

## Portrait de famille

### Jeu de la famille OURS



1. On écrit sur des bouts de papier (billet) les situations et les tâches quotidiennes que nous vivons dans la famille : ex. :
  - Qui fait le lavage?
  - Qui lave l'auto?
  - Qui nettoie la litière du chat?
  - Qui vide les poubelles? La récupération?
  - Qui fait les repas?
  - Qui fait le ménage?
  - Etc...
2. Des chaises sont installées en rond pour chacun des membres de la famille OURS ...Papa ours, maman ours, bébé ours ( selon le nombre d'enfants).
3. Une personne pige un petit billet et énonce ce qui est écrit. La ou les personnes concernées par l'énoncé se lèvent et se rassoient.
4. On poursuit jusqu'à ce que tous les billets aient été lus.

### Partage en famille

- ❖ Qu'avons-nous vécu chacun(e) personnellement pendant le jeu?
- ❖ Qu'avons-nous observé sur notre dynamique, notre système familial?
- ❖ Quel membre de la famille semble avoir plus de leadership dans notre famille?
- ❖ Sommes-nous tous satisfaits de ce système?
- ❖ Si oui, pourquoi? Si non, pourquoi et comment pouvons-nous l'améliorer ensemble?

## Prière en famille

Que l'amour et l'unité règnent dans nos familles, dans nos cœurs. Que chacun encourage les autres membres de sa famille, lui dise des paroles qui fortifient, qui lui donnent confiance, qui le fait grandir. Que chacun soit bienveillant à l'égard des autres.

Que les époux soient unis dans l'amour. Que notre Seigneur fasse grandir cet amour venu de lui. Que les époux soient inspirés dans leurs pensées et leurs actions pour le bien de leur famille et de toutes les familles du monde. Que leur travail soit béni, sans que les soucis les accablent, ni que le bonheur les égare loin de Dieu.

Que les parents soient disponibles et prennent du temps avec leurs enfants. Que les jeunes trouvent dans leur famille une aide et une écoute. Que leurs parents les entourent et les épaulent, leur fassent découvrir la grandeur de la vérité et de l'amour. Que les enfants soient la bénédiction des foyers.

Que le bonheur règne dans les familles et dans tous les cœurs. Que la Paix habite dans nos maisons et qu'elle règne dans les cœurs. Que l'amour soit plus fort que toute faiblesse et toute crise qui marquent parfois nos familles.

Que toutes les familles découvrent l'amour et la présence de Dieu en eux. Que l'amour des familles soient contagieux pour toutes les familles de la Terre. Amen.



Chanter et danser en famille avec le groupe HOPEN - Que la louange éclate!

<https://www.youtube.com/watch?v=0NdlKx1y5qo>







Tous nos remerciements aux membres  
du comité diocésain de la famille, l'abbé Robert Desmarais,  
Sylvie Gagné, France Boutin, Bianca Mailloux et Carmen B. Lebel  
pour leur participation dans l'élaboration de ce projet  
« La joie de l'amour » au quotidien