

CONFINÉS

avec sainte Corona

Numéro 2



Chers amis confinés,

Vous avez été nombreux à apprécier le premier numéro de *Confinés avec sainte Corona*, et nous espérons que vous prendrez tout autant de plaisir à en lire la suite.

Nous tenons particulièrement à remercier tous les bénévoles qui ont mis leur temps et leurs compétences au service de *Confinés*, pour vous apporter un peu de joie au milieu de cette situation qui bien souvent, n'est pas facile à vivre...

Qu'est-ce que *Confinés* ?

Ne craignez pas ceux qui tuent le corps, et qui ne peuvent tuer l'âme ; mais craignez plutôt celui qui peut perdre et l'âme et le corps dans la gêhenné.

Mt. X, 28

Grandir spirituellement, intellectuellement, culturellement, culinairement... Voilà la chance qui nous est donnée avec cette quarantaine forcée. Profitons-en, ne laissons pas passer cette occasion sans la saisir. Ces quelques pages se veulent un moyen de partager les talents de tout un chacun pour dissiper, de quelques rayons d'une chaleureuse lumière, les froides ténèbres du confinement...

Certains articles sont originaux, d'autres ont été trouvés sur internet. Nous avons essayé d'indiquer nos sources quand nous les connaissons.

[Si vous voulez participer à ce projet, vous pouvez vous inscrire ici.](#)

[Chaîne Youtube de la Province de France de l'ICRSP](#) (sermon quotidien, vidéo-formations, vidéos pour les enfants...)

[Pour télécharger les numéros précédents.](#)

Sommaire

Spiritualité	2
Méditations de la semaine	2
Vie spirituelle pour adultes	7
Vie spirituelle pour enfants	11
Vies de saints	12
Belles prières	16
Les petites vertus du foyer	18
Prière des enfants	19
Au Quotidien	21
Atelier jardinage	21
Atelier cuisine	22
Atelier vie pratique	24
Atelier bricolage	25
Culture	26
Le coin de l'historien	26
Le coin du bibliophile	28
Le coin du cinéphile	29
Le coin du littéraire	30
Le coin du photographe	32
Le coin de l'archiviste	34
Jeux	35
Devinettes pour enfants	35
Jeux de société en famille	35
Mots croisés : l'Annonciation	36
Belles histoires	37
Marie et la venue de Jésus	37
Sainte Marie	38
Le Moulin de Magdalena	40



SPIRITUALITÉ

Méditations de la semaine

1. Faites le silence dans votre âme, mettez-vous en présence de Dieu

2. Lisez lentement l'Évangile du jour

3. Prenez quelques instants pour imaginer la scène décrite par l'évangéliste ; plus vous aurez l'impression d'y assister, moins les distractions auront de prise sur vous.

4. Relisez le texte, vous arrêtant à chaque phrase pour en tirer tout le suc spirituel : quel enseignement puis-je trouver dans cette phrase ? Ma vie y est-elle conforme ? Quelles conséquences pratiques dois-je en tirer ?

5. N'oubliez pas de finir par une résolution concrète, sur laquelle vous vous examinerez

particulièrement lors de la prière du soir.

Les méditations du 26 au 30 mars sont tirées de l'Année liturgique de Dom Guéranger.

25 mars : fête de l'Annonciation

À près la crainte, après l'humilité, il est une chose que nous pourrions contempler à l'Annonciation : c'est la joie de Marie.

On est tellement impressionné par le oui d'une petite jeune fille qui s'apprête à devenir la Mère de Dieu, qu'on ne pense pas à la joie qu'elle a dû ressentir. Joie d'abord

COVID19

Procession invisible de lumières

A DIFFUSER SANS MODERATION

19 mars 2020
à partir de 19h

25 mars 2020
à partir de 19h

Ensemble, illuminons la France de la lumière de l'Espérance



► Pour confier la France et le monde, ses évêques, ses prêtres et ses familles à l'intercession de saint Joseph et de la Vierge Marie, nous pouvons mettre des bougies aux fenêtres de nos maisons les 19 mars et 25 mars au soir, à partir de 19h.

Une procession invisible éclairera notre pays, signe de la lumière de Pâques qui approche.

► Nous nous unirons à la prière de toute l'Église en chantant les litanies de saint Joseph et de la Vierge et en priant le chapelet dans nos maisons et si nous le pouvons à nos fenêtres. Par la neuvaine préparatoire (17-25 mars), unies aux sanctuaires de Lourdes, nous implorons la Vierge Marie de nous délivrer de ce fléau, de protéger particulièrement les femmes enceintes, les enfants et les personnes âgées.

► Que la Belle Dame de Massabielle nous tienne par la main dans cette épreuve et nous en délivre.

RENDEZ-VOUS LES 19 ET 25 MARS DEPUIS CHEZ VOUS !

Sœur Laetitia et les sœurs du Rosier de l'Annonciation
<https://rosierdelannonciation.org/>



de l'annonce : la venue du Sauveur, attendu par un peuple depuis des siècles ! Puis joie de celui qui commence un chemin, confiant, qui perçoit tout juste la déclivité du terrain, qui devine la chaleur du midi, mais dont la lumière de l'aube est déjà une promesse, un appel.

Joie de celle qui reçoit sa vocation, qui a accepté une mission, joie de celle qui dit oui, joie de celle qui se donne. Cette même joie du prêtre dépassé par son sacerdoce, joie de l'humble qui sait que le Seigneur accomplit de grandes choses. Elle consent, elle est la servante du Seigneur, sans prétention et pleine de joie. Ou joie de la jeune accouchée, si démunie, qui prend conscience du cadeau et de cette charge immense d'une vie humaine.

Enfin joie de celle dont le quotidien est visité par la grâce. « L'épouse de l'Esprit Saint », Marie pleine de grâce, toute livrée à la Vie.

En cette halte de carême, demandons cette soumission à l'Esprit Saint, cette humilité, ce désir de choisir la Vie, et la joie d'être capable de voir la grâce jaillir dans nos quotidiens.

Autre méditation

Avec le Père Gabriel Jacquier, initiateur de l'action catholique et mariale (1906-1942)

« Le baptême, en effet, nous faisant fils de Dieu, nous plonge dans le sein de la Sainte Vierge qui enfante l'homme nouveau comme elle enfanta le Premier-né, le Christ. Car la Vie éternelle que nous recevons par les sacrements est celle que le Christ a reçue dans le sein de la Vierge et qu'il a immolée sur la Croix avec Elle. Par le baptême nous sommes arrachés à la souche corrompue d'Adam et Ève pécheurs, et incorporés au Christ, notre Chef divin, par l'action médiatrice et vraiment maternelle de Marie. C'est dans ce sacrement magnifique que nous naissons tous ensemble enfants de Dieu et de Marie, que nous sommes plongés dans le sein divinement fécond de la Vierge mère pour y devenir d'autres Jésus, membres vivants de son Fils premier-né. En conséquence, « mon seul souci sera de m'appliquer à vivre doucement *in sinu Mariae*. Le Cœur de Marie sera mon centre, je veux

m'y perdre et tout oublier ; c'est la seule voie pour trouver Jésus et la Trinité Sainte. En conséquence, au début de chacune de mes actions m'arrêter quelques instants, prolonger cet arrêt si possible pour me plonger *in sinu Mariae*. Maintenir cette union en faisant toutes choses avec calme. (...) Tout cela en esprit de foi, en pensant que je trouve la Très Sainte Vierge en moi, vivante et agissante, que je suis réellement *in sinu Mariae*, moi l'embryon du Christ éternel. »

26 mars : la veuve de Naim

Lc VII, 11-16

Aujourd'hui et demain encore, la sainte Église ne cesse de nous offrir des figures de la Résurrection : c'est un encouragement à l'espérance pour tous les morts spirituels qui demandent à revivre. Avant d'entrer dans les deux semaines consacrées aux douleurs du Christ, l'Église rassure ses enfants sur le pardon qui les attend, en leur offrant le spectacle consolant des miséricordes de Celui dont le sang est notre réconciliation. Délivrés de toutes nos craintes, nous serons plus à nous-mêmes pour contempler le sacrifice de notre auguste victime, pour compatir à ses douleurs. Ouvrons donc les yeux de l'âme, et considérons la merveille que nous offre cet Évangile. Une mère éplo-née conduit le deuil de son fils unique, et sa douleur est inconsolable. Jésus est touché de compassion ; il arrête le convoi ; sa main divine touche le cercueil ; et sa voix rappelle à la vie le jeune homme dont le trépas avait causé tant de larmes. L'écrivain sacré insiste pour nous dire que Jésus le rendit à sa mère. Quelle est cette mère désolée, si non la sainte Église qui mène le deuil d'un si grand nombre de ses enfants ? Jésus s'apprête à la consoler. Il va bientôt, par le ministère de ses prêtres, étendre la main sur tous ces morts ; il va bientôt prononcer sur eux la parole qui ressuscite ; et l'Église recevra dans ses bras maternels tous ces fils dont elle pleurait la perte, et qui seront pleins de vie et d'allégresse.

Considérons le mystère des trois résurrections opérées par le Sauveur : celle de la fille du prince de la synagogue, celle du jeune homme d'aujourd'hui, et celle de Lazare, à laquelle nous assisterons demain. La



Coaching Sainteté

CARÈME : ne pas se relâcher mais chercher à tenir nos résolutions.

OCCASIONS de progrès dans la vertu : voir la main de la Providence

VIE INTÉRIEURE à développer en profitant de l'éloignement du monde.

IMPLICATION dans la vie domestique : un simple service peut prendre une valeur immense devant Dieu.

DON DE SOI : ne vivons pas repliés sur nous-mêmes, cherchons à donner le meilleur autour de nous.

I9 JOURS transforment une résolution en habitude bien ancrée...

jeune fille vient juste d'expirer ; elle n'est pas ensevelie encore : c'est l'image du pécheur qui vient de succomber, mais qui n'a pas contracté encore l'habitude et l'insensibilité du mal. Le jeune homme représente le pécheur qui n'a voulu faire aucun effort pour se relever, et chez lequel la volonté a perdu son énergie : on le conduit au sépulcre ; et, sans la rencontre du Sauveur, il allait être rangé parmi ceux qui sont morts à jamais. Lazare est un symbole plus effrayant encore. Déjà il est en proie à la corruption. Une pierre roulée sur le tombeau condamne le cadavre à une lente et irrémédiable dissolution. Pourra-t-il revivre ? Il revivra si Jésus daigne exercer sur lui son divin pouvoir. Or, en ces jours où nous sommes, l'Église prie, elle jeûne ; nous prions, nous jeûnons avec elle, afin que ces trois sortes de morts entendent la voix du Fils de Dieu, et qu'ils ressuscitent. Le mystère de la Résurrection de Jésus-Christ va produire son merveilleux effet à ces trois degrés. Assurons-nous aux desseins de la divine miséricorde ; faisons instance, jour et nuit, auprès du Rédempteur, afin que, dans quelques jours, nous puissions, à la vue de tant de morts rendus à la vie, nous écrier avec les habitants de Naïm : « Un grand Prophète s'est levé « parmi nous, et Dieu a visité son peuple. »

27 mars : la résurrection de Lazare

Jn XI, 1-45

Lazare a d'abord été malade et languissant ; enfin il est mort. Le pécheur commence par se laisser aller à la tiédeur, à l'indifférence, et bientôt il reçoit la blessure mortelle. Jésus n'a pas voulu guérir l'infirmité de Lazare ; pour rendre ses ennemis inexcusables, il veut opérer un prodige éclatant aux portes même de Jérusalem. Il veut prouver qu'il est le maître de la vie à ceux-là même qui, dans quelques jours, seront scandalisés de sa mort. Au sens moral, Dieu juge quelquefois à propos, dans sa sagesse, d'abandonner à elle-même une âme ingrate, bien qu'il prévoie qu'elle tombera dans le péché. Il la relèvera plus tard ; et la confusion qu'elle ressentira de sa chute servira à la maintenir dans l'humilité qui l'eût préservée.

Les deux sœurs, Marthe et Marie, apparaissent ici avec leurs caractères si tranchés ; toutes deux éplorées, toutes deux unanimes dans leur confiance. A Marthe, Jésus annonce qu'il est lui-même la Résurrection et la Vie, et que celui qui croit en lui ne mourra point de cette mort qui est la seule à craindre ; mais quand il voit les pleurs de Marie, de celle dont il connaissait tout l'amour, il frémît, il se trouble. La mort, châtiment du péché de l'homme, source de tant de larmes, émeut son cœur divin. Arrivé en face du tombeau qui recèle le corps de Lazare son ami, il verse des pleurs : sanctifiant ainsi les larmes que l'affection chrétienne nous arrache sur la tombe de ceux qui nous furent chers. Mais le moment est venu de lever la pierre, d'étaler au grand jour l'affreux triomphe de la mort. Lazare est là depuis quatre jours : c'est le pécheur envieilli dans son péché. N'importe : Jésus ne repousse pas ce spectacle. D'une voix qui commande à toute créature et qui épouvante l'enfer, il crie : Lazare, sors dehors ! et le cadavre s'élance hors du sépulcre. Le mort a entendu la voix ; mais ses membres sont encore enchaînés, son visage est voilé ; il ne peut agir ; la lumière n'a pas lui encore à ses yeux. Jésus commande qu'on le délie ; et par son ordre, des mains humaines rendent aux membres de Lazare la liberté,



à ses yeux la vue du soleil. C'est jusqu'à la fin l'histoire du pécheur réconcilié. La voix seule de Jésus pouvait l'appeler à la conversion, émouvoir son cœur, l'amener à confesser son péché ; mais Jésus réserve à la main de ses prêtres de le délier, de l'éclairer, de lui rendre le mouvement. Grâces immortelles au Sauveur qui, par ce prodige opère dans les jours mêmes où nous sommes, mit le comble à la fureur de ses ennemis, et se dévoua par ce dernier bienfait à toute la rage qu'ils avaient conçue contre lui. Désormais il ne s'éloignera plus de Jérusalem ; Béthanie, où il vient d'accomplir le miracle, n'en est qu'à quelques pas. Dans neuf jours, la ville infidèle verra le triomphe pacifique du fils de David ; il retournera ensuite chez ses amis de Béthanie ; mais bientôt il rentrera dans la ville pour y consommer le sacrifice dont les mérites infinis sont le principe de la résurrection du pécheur.

28 mars : la Lumière du monde

Jn VI, 1-15

Quel contraste entre le langage de Dieu qui invite les hommes à recevoir son Fils comme un libérateur, et la dureté de cœur avec laquelle les Juifs accueillent ce céleste envoyé. Jésus s'est dit le Fils de Dieu, et, en preuve de cette divine origine, il n'a cessé, durant trois années, d'opérer les prodiges les plus éclatants. Beaucoup de Juifs ont cru en lui, parce qu'ils ont pensé que Dieu ne pourrait autoriser l'erreur par des miracles ; et la doctrine de Jésus a été acceptée par eux comme venant du ciel. Les Pharisiens ont la haine de la lumière, l'amour des ténèbres ; leur orgueil ne veut pas s'abaisser devant l'évidence des faits. Tantôt ils nient la vérité des prodiges de Jésus, tantôt ils prétendent les expliquer par une intervention diabolique ; d'autres fois, ils voudraient par leurs questions captieuses amener un prétexte de traduire le Juste comme un blasphémateur ou un violateur de la loi. Aujourd'hui, ils ont l'audace d'objecter à Jésus qu'en se déclarant l'envoyé de Dieu, il se rend témoignage à lui-même. Le Sauveur, qui voit la perversité de leur cœur, daigne encore répondre à leur impie sarcasme ; mais il évite de leur donner une entière ex-

Prière pour les agonisants

Très doux Jésus, qui aimez si ardemment les âmes, je vous en conjure par l'agonie de votre Cœur divin et par les douleurs de votre Mère immaculée, purifiez dans votre sang les pécheurs du monde entier qui sont dans ce moment à l'agonie et qui doivent mourir aujourd'hui même. Particulièrement les malades atteints du Covid-19 qui meurent dans la solitude la plus totale.

Cœur de Jésus réduit à l'agonie, ayez pitié des mourants.

plication. On sent que la lumière s'éloigne peu à peu de Jérusalem, et qu'elle se prépare à visiter d'autres régions. Terrible abandon de l'âme qui a abusé de la vérité, qui l'a repoussée par un instinct de haine ! C'est le péché contre le Saint-Esprit, « qui ne sera pardonné, dit Jésus-Christ, ni en ce monde, ni en l'autre. » Heureux celui qui aime la vérité, quoiqu'elle combatte ses penchants et trouble ses idées ! car il rend hommage à la sagesse de Dieu ; et si la vérité ne le gouverne pas encore en tout, du moins elle ne l'a pas abandonné. Mais plus heureux est celui qui, s'étant rendu tout entier à la vérité, s'est mis à la suite de Jésus-Christ, comme son humble disciple ! « Celui-là, nous dit le Sauveur, ne marche point dans les ténèbres ; mais il possède la lumière de vie. » Hâtons-nous donc de nous placer dans cet heureux sentier frayé par celui qui est notre lumière et notre vie. Attachés à ses pas, nous avons gravi l'âpre montagne de la Quarantaine, et nous y avons été témoins des rigueurs de son jeûne ; désormais, en ces jours consacrés à sa Passion, il nous convie à le suivre sur une autre montagne, sur le Calvaire, où nous allons contempler ses douleurs et sa mort. Soyons fidèles au rendez-vous, et nous obtiendrons « la lumière de vie ».

29 mars : qui observe ma Parole

Jn VIII, 46-59

On le voit, la fureur des Juifs est au comble, et Jésus est réduit à fuir de



vant eux. Bientôt ils le feront mourir ; mais que leur sort est différent du sien ! Par obéissance aux décrets de son Père céleste, par amour pour les hommes, il se livrera entre leurs mains, et ils le mettront à mort ; mais il sortira victorieux du tombeau, il montera aux cieux, et il ira s'asseoir à la droite de son Père. Eux, au contraire, après avoir assouvi leur rage, ils s'endormiront sans remords jusqu'au terrible réveil qui leur est préparé. On sent que la réprobation de ces hommes est sans retour. Voyez avec quelle sévérité le Sauveur leur parle : « Vous n'écoutez pas la parole de Dieu, parce que vous n'êtes pas de Dieu. » Cependant il fut un temps où ils étaient de Dieu : car le Seigneur donne sa grâce à tous ; mais ils ont rendu inutile cette grâce ; ils s'agitent dans les ténèbres, et ils ne verront plus la lumière qu'ils ont refusée.

« Vous dites que le Père est votre Dieu ; mais vous ne le connaissez même pas. » A force de méconnaître le Messie, la synagogue en est venue à ne plus connaître même le Dieu unique et souverain dont le culte la rend si chère ; en effet, si elle connaissait le Père, elle ne repousserait pas le Fils. Moïse, les Psaumes, les Prophètes sont pour elle lettre close, et ces livres divins vont bientôt passer entre les mains des gentils, qui sauront les lire et les comprendre. « Si je disais que je ne connais pas le Père, je serais comme vous un menteur. » A la dureté du langage de Jésus, on sent déjà la colère du juge qui descendra au dernier jour pour briser contre terre la tête des pécheurs. Jérusalem n'a pas connu le temps de sa visite ; le Fils de Dieu est venu à elle, et elle ose dire qu'il est « possédé du démon ». Elle dit en face au Fils de Dieu, au Verbe éternel qui prouve sa divine origine par les plus éclatants prodiges, qu'Abraham et les Prophètes sont plus que lui. Étrange aveuglement qui procède de l'orgueil et de la dureté du cœur ! La Pâque est proche ; ces hommes mangeront religieusement l'agneau figuratif ; ils savent que cet agneau est un symbole qui doit se réaliser. L'Agneau véritable sera immolé par leurs mains sacrilèges, et ils ne le reconnaîtront pas. Son sang répandu pour eux ne les sauvera pas. Leur malheur nous fait penser à tant de pécheurs endurcis pour lesquels la Pâque de cette année sera aussi stérile de conversion que celle des an-

nées précédentes ; redoublons nos prières pour eux, et demandons que le sang divin qu'ils foulent aux pieds ne crie pas contre eux devant le trône du Père céleste.

30 mars : celui qui a soif, qu'il vienne à moi et qu'il boive

Jn VII, 32-39

Les ennemis du Sauveur n'ont pas seulement songé à lancer des pierres contre lui ; aujourd'hui ils veulent lui ravir la liberté, et ils envoient des soldats pour se saisir de lui. En cette rencontre, Jésus ne juge pas à propos de fuir ; mais quelle terrible parole il leur dit ! « Je m'en vais à celui qui m'a envoyé ; vous me chercherez, et vous ne me trouverez plus. » Le pécheur qui a longtemps abusé de la grâce peut donc, en punition de son ingratitudo et de ses mépris, ne plus retrouver ce Sauveur avec lequel il a voulu rompre ; ses efforts à le chercher sont donc quelquefois vains et stériles. Antiochus, humilié sous la main de Dieu, pria et n'obtint pas son pardon. Après la mort et la résurrection de Jésus, tandis que l'Église jetait ses racines dans le monde, les Juifs, qui avaient crucifié le Juste, cherchaient le Messie dans chacun des imposteurs qui s'élèverent alors en Judée, et causèrent des soulèvements qui amenèrent la ruine de Jérusalem. Cernés de tous côtés par le glaive des Romains et par les flammes de l'incendie qui dévorait le temple et les palais, ils criaient vers le ciel, et suppliaient le Dieu de leurs pères d'envoyer, selon sa promesse, le libérateur attendu ; et il ne leur venait pas en pensée que ce libérateur s'était montré à leurs pères, même à plusieurs d'entre eux, qu'ils l'avaient mis à mort, et que les Apôtres avaient déjà porté son nom aux extrémités de la terre. Ils attendirent encore, jusqu'au moment où la cité déicide s'écroula sur ceux que n'avait pas immolés l'épée du vainqueur ; ceux qui survécurent furent traînés à Rome, pour orner le triomphe de Titus. Si on leur eût demandé ce qu'ils attendaient, ils auraient répondu qu'ils attendaient le Messie. Vaine attente : le moment était passé. Tremblons que la menace du Sauveur ne s'accomplisse en plusieurs de ceux qui laisseront encore passer cette Pâque, sans faire leur retour au Dieu de mi-



séricorde ; prions, intercédons, afin qu'ils ne tombent pas entre les mains d'une justice que leur repentir trop tardif et trop imparfait ne flétrirait pas.

Des pensées plus consolantes nous sont suggérées par la suite du récit de notre Évangile. Âmes fidèles, âmes pénitentes, écoutez ; c'est pour vous que parle Jésus : « Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi et qu'il boive. » Rappelez-vous la prière de la pauvre Samaritaine : « Seigneur, donnez-moi toujours de cette eau. » Cette eau est la grâce divine ; puisez à longs traits dans ces fontaines du Sauveur qu'avait annoncées le Prophète. Cette eau donne la pureté à l'âme souillée, la force à l'âme languissante, l'amour à celle qui se sentait tiède. Bien plus, le Sauveur ajoute : « Celui qui croit en moi deviendra, lui aussi, une source vive » ; car l'Esprit-Saint viendra en lui, et alors le fidèle épanchera sur les autres cette grâce qu'il a reçue dans sa plénitude. Avec quelle sainte joie le catéchumène entendait lire ces paroles qui lui promettaient que sa soif serait enfin étanchée à la divine fontaine !

Citation

Si Dieu vous disait : « Quel don veux-tu ? » Comme vous êtes tenu par la justice de ne demander pour vous que ce qui peut en vous être le plus utile aux autres, répondez hardiment : « Seigneur, la largeur d'âme ! »

C'est la largeur d'âme qui vous fera négliger les petites offenses et qui vous apprendra à pardonner les grands torts ; c'est la largeur d'âme qui mettra sur vos lèvres les bonnes paroles et qui vous rendra faciles et communes les bonnes œuvres, tout particulièrement la meilleure et la plus difficile, qui est de supporter les défauts d'autrui.

Abbé Planson cité par Louis Veuillot dans Historiettes

Le Sauveur a voulu être toutes choses pour l'homme régénéré : la Lumière qui éclaire ses ténèbres, le Pain qui le nourrit, la Vigne qui lui prête son cep, enfin l'Eau jaillissante qui rafraîchit ses ardeurs.

Vie spirituelle pour adultes

La Garde du Cœur, clef de voûte de la Vie intérieure.

Le confinement nous a constraint à un carême selon la volonté de Dieu. Les résolutions que nous avions envisagées n'ont pas pu être tenues à cause des circonstances inattendues. Mais n'est-ce pas finalement salutaire ? Nous voici invités à une plus grande soumission à la volonté divine. Pourtant, il ne faudrait pas tomber dans une certaine paresse spirituelle. L'union à Dieu, si elle réclame de la résignation, demande aussi de véritables efforts. En vous proposant ces quelques lignes (qui sont un résumé des pages 266 à 280 de L'âme de tout apostolat de Dom Chautard) nous voulons attirer votre attention sur un exercice extrêmement nécessaire à notre sanctification et facile quoiqu'exigeant.

Si vous l'acceptez, commencez par nous suivre dans cette résolution de Garde du Cœur.

Je veux, ô Jésus, que mon cœur ait la sollicitude habituelle de se préserver de

toute tache, et de s'unir de plus en plus à Votre Cœur, dans toutes mes occupations, conversations, récréations, etc.

L'élément négatif, mais indispensable, de cette résolution me fait répudier toute souillure dans le mobile et l'accomplissement de l'action.

L'élément positif porte mon ambition jusqu'à vouloir intensifier la foi, l'espérance et l'amour qui animent cette action.

Cette résolution sera le vrai thermomètre de ma vie spirituelle. Car : « Garde ton cœur avant toute chose, car de lui jaillit la vie » (Prov. 4, 23).

Les exercices de piété me font reprendre mon élan pour m'unir à Dieu. Mais c'est la Garde du Cœur qui va permettre au voyageur d'en tirer véritablement profit.

Cette garde du cœur n'est autre chose



que la sollicitude habituelle ou du moins fréquente pour préserver tous mes actes, à mesure qu'ils se présentent, de tout ce qui pourrait vicier leur mobile ou leur ACCOMPLISSEMENT.

Sollicitude calme, aisée, sans contention, à la fois humble et forte, puisque basée sur le recours filial à Dieu et la confiance en ce recours.

C'est un travail de mon cœur et de ma volonté bien plus que de mon esprit qui doit rester libre pour l'accomplissement de mes obligations. Loin de gêner mon action, la garde du cœur la perfectionne en la réglant par l'esprit de Dieu et en l'ajustant à mes devoirs d'état.

Cet exercice, je veux le pratiquer à toute heure. Ce sera une vue, par le cœur, des actions présentes et de leur accomplissement. Ce sera l'observation exacte de l'adage Fais ce que tu fais. Mon âme, comme une sentinelle vigilante, exercera sa sollicitude sur tous les mouvements de mon cœur, sur tout ce qui se passe dans mon intérieur : impressions, intentions, passions, inclinations, en un mot sur tous mes actes intérieurs et extérieurs, pensées, paroles, actions.

Certes, cette garde du cœur exigera un certain recueillement, elle ne pourra se réaliser si mon âme est dissipée. Mais, par la fréquence de cet exercice, j'acquerrai peu à peu l'habitude qui me le rendra aisé.

Où vais-je et pourquoi ? (paroles que saint Ignace se disait fréquemment) Que ferait Jésus ; comment se comporterait-il à ma place ? Que me conseillerait-il ? Que demande-t-il de moi en ce moment ? Telles sont les questions qui viendront spontanément à mon âme avide de vie intérieure.

Ainsi se réalisera le Demeurez en moi et moi en vous (Jn 15, 4) qui résume tous les principes de la vie intérieure. Et cela par Marie. Recourir à elle deviendra comme un besoin incessant pour mon cœur.

Ce que vous exprimez, ô Jésus, comme fruit de l'Eucharistie : Il demeure en Moi et Moi en lui, mon âme veut l'obtenir par la Garde du cœur qui m'unira à vous.

Habitude de recueillement intérieur, de combat spirituel, de vie occupée et réglée, et accroissement incalculable de mérites ré-

sulteront de ma garde du cœur.

Ainsi, ô Jésus, mon union indirecte avec Vous par mes œuvres deviendra la suite de mon union directe avec Vous par l'oraison, la Vie liturgique et les Sacrements. Dans les deux cas, cette union procédera de la foi et de la charité et se fera sous l'influence de la grâce. Dans l'union directe, c'est Vous-même, et Vous seul, ô mon Dieu, que j'ai en vue. Dans l'indirecte, je m'applique à d'autres objets. Mais comme c'est pour vous obéir, ces objets auxquels je dois mon attention deviennent des moyens voulus par vous pour m'unir à vous. Je vous quitte pour vous retrouver. C'est toujours Vous que je recherche, et du même cœur, mais dans votre Volonté. Et cette divine volonté est le seul phare que la Garde du cœur me fait sans cesse fixer pour diriger mon activité à votre service. Dans l'un et l'autre cas je puis donc dire : Il m'est bon d'adhérer à Dieu (Ps. 72, 28).

I. Nécessité de la Garde du cœur.

Mon Dieu, vous êtes la Sainteté, et ici-bas vous n'admettez une âme dans votre intimité que dans la mesure où elle s'applique à détruire ou à éviter tout ce qui pour elle peut être souillure.

Paresse spirituelle pour éléver son cœur vers vous ; affection désordonnée pour la créature ; brusqueries et impatiences ; rancune, caprices, mollesse, recherche des aises ; facilité à parler sans raison véritable des défauts d'autrui ; dissipation, curiosité ne se rapportant en rien à la gloire de Dieu ; babil, loquacité, jugement vains et téméraires sur le prochain ; vaine complaisance en moi-même ; mépris pour les autres, critique de leur conduite ; recherche de l'estime et de la louange dans le mobile qui me fait agir ; étalage de ce qui est à mon avantage ; présomption, entêtement, jalousie, manque de respect vis-à-vis de l'autorité, murmures ; immortification dans le boire et le manger, etc., quelle fourmilière de péchés véniables ou au moins d'imperfections volontaires peut m'envahir et me priver des grâces abondantes que de toute éternité vous me réserviez.



Faute de garde du cœur, dire que je puis, ô Jésus, paralyser votre action en moi !

Messes, Communions, Confessions (dont nous sommes privés en ce moment, certes ! mais peut-être aussi providentiellement pour nous en rappeler la valeur et augmenter l'ardeur de nos dispositions à les recevoir de nouveau quand Dieu le permettra), autres exercices de piété, protection spéciale de la divine Providence en vue de mon salut éternel, sollicitude de mon Ange gardien, que dis-je ? même votre maternelle vigilance sur moi, ô ma Mère immaculée, tout peut être paralysé, stérilisé par ma faute.

Si je manque de bonne volonté pour m'imposer cette contrainte à laquelle, ô Jésus, vous faites allusion par ces mots ; ceux sont les violents qui l'obtiennent (Mt., 11, 12) Satan cherchera sans cesse à surprendre mon cœur pour l'égarer et l'affaiblir, et il ira jusqu'à pervertir ma conscience par l'illusion.

Certaines de tes chutes, ô mon âme, que tu qualifies de pure fragilité sont peut-être déjà d'une nature différente aux yeux de Dieu. Si tu ne pratiques pas l'exercice de la Garde du cœur, et si tu ne tends pas à réaliser ce programme : Je veux arriver à garder à Jésus le mobile de chacune de mes actions, comment peux-tu affirmer le contraire ?

Sans cette résolution de Garde du cœur, non seulement j'accumule des expiations effrayantes et prolongées pour le Purgatoire, mais, si j'évite encore le péché mortel, je suis sur la pente qui y conduit fatalement. Y songes-tu, mon âme ?

II. Présence de Dieu, base de la Garde du cœur.

Trinité Sainte, si, comme je l'espère, je suis en état de grâce, vous demeurez dans mon cœur, avec toute votre gloire, avec toutes vos perfections infinies, telle enfin que vous habitez dans le Ciel, quoique cachée sous le voile de la foi.

Aucun instant où vous n'ayez les yeux sur moi pour discerner mes actions.

Votre justice et votre miséricorde opèrent sans cesse en moi. Pour répondre à mes infidélités, tantôt vous me retirez vos grâces

de choix ou vous cessez de disposer maternellement les événements qui devraient tourner à mon avantage, tantôt, pour me ramener à vous, vous m'accablez de nouveaux bienfaits.

N'est-ce pas de l'inattention à ce fait fondamental de mon existence que proviennent les insuccès de ma vie spirituelle ?

As-tu assez fait, mon âme, jusqu'à ce jour, pour jalonnaux ainsi ta vie à chaque heure au moins une fois ? As-tu assez profité de ton oraison quotidienne et de ta Vie liturgique pour rentrer de temps en temps, ne fût-ce que quelques secondes, dans le sanctuaire intime de ton cœur, afin d'y adorer la Beauté infinie, l'Immensité, la Toute-Puissance, la Sainteté, la Vie, l'Amour, en un mot le Bien supérieur et parfait qui digne y résider et qui est ton Principe et ta Fin ?

Communions spirituelles, quelle place occupez-vous dans ma journée ?

Quel cas ai-je fait jusqu'à présent de ces trésors placés sur ma route ?

III. La dévotion à Notre-Dame facilite la Garde du cœur.

Ô ma Mère Immaculée, c'est pour que vous m'aidez à garder mon cœur uni par Jésus à la Trinité Sainte que sur le Calvaire la parole de votre Fils m'a constitué votre enfant.

Je veux que les invocations de plus en plus fréquentes que je vous adresserai visent surtout cette garde de mon cœur, afin d'en purifier les tendances, les intentions, les affections et les volontés.

Je ne veux plus me dérober à votre douce voix : « Arrête-toi, mon fils, rectifie ton cœur. Non, il n'est pas vrai qu'en ce moment tu poursuives uniquement la gloire de Dieu. » Que de fois, pendant mes dissipations ou mes occupations mal réglées, vous m'avez adressé cette maternelle invitation ! Et que de fois, hélas ! je l'ai étouffée !

Ma Mère, désormais, j'entendrai ce rappel de votre Cœur, et ma fidélité y répondra par un arrêt énergique et tout d'une pièce. Il pourra n'avoir que la durée d'un éclair,



mais il suffira pour que je me pose l'une au l'autre de ces questions : Pour qui est l'action présente ? Comment Jésus agirait-il à ma place ? Cette interrogation intime passée à l'état d'habitude constitue la Garde du cœur.

IV. Apprentissage de la Garde du cœur.

Je gémis de rester hors de la présence de Dieu pendant de longs intervalles au cours de mes travaux. Je gémis en constatant que, pendant ce temps de vie extériorisée, de nombreuses fautes m'échappent quel que soit l'état de mon âme, mélange de ferveur et d'imperfection ou tiédeur caractérisée ; je veux commencer dès aujourd'hui à y porter remède en m'exerçant à la Garde du cœur.

Le matin pendant mon oraison je déterminerai mais résolument et bien nettement un moment de mon travail, pendant lequel je m'efforcerai tout en m'adonnant avec ardeur à l'œuvre voulue par Dieu, de vivre de vie intérieure aussi parfaite que possible, de Garde du cœur, c'est-à-dire de vigilance sous votre regard, ô Jésus, et de recours à Vous.

Je commencerai par cinq minutes ou même moins matin et soir, viserai bien plus à la perfection de cet exercice qu'à sa durée, m'efforcerai de le faire de mieux en mieux et d'agir au milieu du travail comme aurait agi Jésus lui-même s'il avait eu à l'accomplir.

Pendant ce court instant, mon œil restera exactement fixé sur les divers mobiles de mon âme qui ne se pardonnera rien. Ma bonne volonté sera à son tour ardemment décidée à ne rien épargner pour vivre parfaitement pendant ce si court intervalle. Mon cœur, de son côté, sera résolu à recourir fréquemment à Notre-Seigneur pour se maintenir dans cet essai de sainteté.

Cet exercice sera cordial, joyeux et accompli avec dilatation d'âme. Sans doute vigilance et mortification me seront nécessaires pour me maintenir en la présence de Dieu et refuser à mes facultés et à mes sens tout ce qui sent le naturel. Mais je ne me contenterai pas de ce côté négatif. Je viserai surtout à informer cet exercice de cette intensité d'amour qui donne à mes œuvres

toute leur perfection.

Le soir, à l'examen de conscience, rigoureuse analyse de ce qu'ont été ces minutes de garde du cœur plus étroite près de Jésus. M'infliger sanction, petite pénitence (ne fût-ce que la privation d'un peu de vin ou de dessert à l'insu de tout regard étranger, ou une courte prière les bras en croix) si je constate que je n'ai pas été assez vigilant pendant cette tentative de garde du cœur, c'est-à-dire de vie intérieure unie à la vie active.

Quels merveilleux résultats ressortiront de cet exercice !

Ces instants bénis rayonneront peu à peu virtuellement sur ceux qui les suivront. Toutefois je ne les prolongerai que lorsque j'aurai d'abord presque épuisé ce que je puis entrevoir d'horizon de sainteté, de perfection d'exécution et d'intensité d'amour.

Je viserai la qualité plutôt que l'étendue. Ma soif de ne plus m'en tenir à de courtes minutes s'aiguisera dans la proportion où j'aurai vu plus exactement ce que je suis et ce que vous attendez de moi, ô Jésus.

V. Conditions de la Garde du cœur.

La trame de ma vie est presque toute plus ou moins souillée. C'est de cette conviction, dont Satan cherche à me distraire, que naît la défiance de moi-même et des créatures. C'est cet élément qui, greffé sur mon désir d'être à Jésus, produira forcément :

Vigilance loyale et exacte, douce, calme, confiante en la grâce et base sur la répression de la dissipation et des excès de l'empressement naturel. Renouvellement fréquent de ma résolution. Recommencements inlassables, pleins de confiance dans la miséricorde de Jésus pour l'âme qui lutte véritablement afin d'arriver à la garde du cœur. Certitude croissante que je ne combats pas seul, mais uni à Jésus vivant en moi, à Marie ma Mère, à mon Ange gardien et aux Saints. Conviction que ces puissants alliés m'assistent à tous instants pourvu que je poursuive cette garde du cœur et que je ne m'éloigne pas de leur assistance. Enfin recours cordial et fréquent à tous ces aides di-



vins afin qu'ils m'aident à faire ce que Dieu veut, comme il le veut, parce qu'il le veut.

Oh ! que ma vie va être transformée, ô Jésus, si je garde mon cœur uni à Vous !

Au lieu d'être l'esclave de mon orgueil, de mon égoïsme ou de ma paresse, au lieu de gémir sous le joug des passions et des impressions, je deviendrai de plus en plus libre. Et de ma liberté perfectionnée je pourrai, ô mon Dieu, vous faire, et fréquemment, un hommage de dépendance. Ainsi je m'affirmerai dans la véritable humilité, fondement sans lequel une vie intérieure ne serait que trompeuse. Ainsi, je développerai en moi

l'esprit fondamental de soumission au Seigneur qui résume tout l'intime de la vie du Sauveur.

Participant à la flamme d'amour qui vous rendit, ô Jésus, toujours si attentif et si docile au bon plaisir de votre Père, je mériterais de participer dans le ciel à la gloire dont jouit votre Humanité en récompense de son admirable dépendance par humilité et par amour : Il s'est fait obéissant... C'est pourquoi Dieu l'a exalté (Philipp. 2, 9).

Vie spirituelle pour enfants

La Garde du Cœur, secret de vie chrétienne.

Chers enfants,

Voici quelques lignes pour vous livrer un grand secret. Vous aviez sans doute pris de belles résolutions pour le carême, comme par exemple, de visiter chaque jour la chapelle de l'école et voilà que vous en êtes empêchés... Allez-vous faire à cause de cela un mauvais carême ? Non, rassurez-vous. Je viens vous livrer **un secret** pour profiter au mieux de ces circonstances nouvelles, celles du confinement, pour faire malgré tout un bon carême.

Si vous l'acceptez, commencez par me suivre dans cette **Résolution de Garde du Cœur**.

« Je veux, ô Jésus, que mon cœur ait le souci habituel de se préserver de toute faute, et de s'unir de plus en plus à Votre Cœur, dans toutes mes occupations, conversations, récréations, etc. »

la Garde du Cœur vous permettra de faire fructifier votre chapelet, la récitation de vos prières, etc.

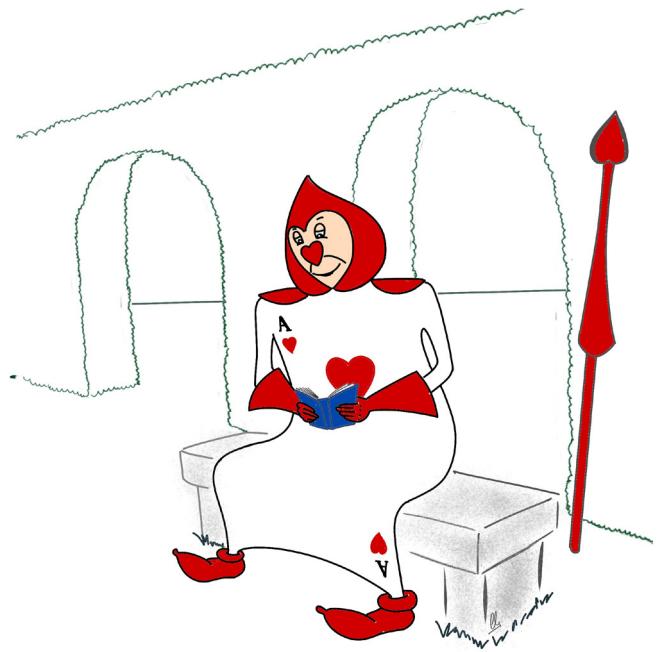
Cette garde du cœur n'est autre chose que l'intention forte de faire toujours ce qui plaît à Dieu.

Ne perdez pas confiance ; Dieu, les saints, vos anges sont là pour vous faire garder fi-

dèles dans cette résolution.

Cet exercice, vous devez le pratiquer sans cesse. Il suffit de faire de tout votre cœur votre devoir à chaque instant : prière du matin, aide à la maison, devoirs scolaires, services rendus aux frères et sœurs, récréation. Tout avec Jésus. Tout par amour pour Jésus. Votre âme doit être comme une sentinelle vigilante : elle surveillera tous les mouvements de votre cœur, toutes vos pensées, paroles, actions, afin que tous soient selon le cœur de Jésus.

Que ferait Jésus ; comment se comporterait-il à ma place ? Que me conseillerait-il ?



Que demande-t-il de moi en ce moment ? Telles sont les questions qui viendront spontanément à votre esprit.

Demandez cette grâce à Notre-Dame qui, jamais, ne déplut à Dieu. Cette résolution vous aidera par exemple à être plus recueilli dans la prière familiale. À ce moment particulier, vous penserez que Dieu, Notre-Dame, votre saint patron et votre ange vous regardent, qu'ils souhaitent que votre prière soit toute divine.

Alors, chers enfants, prenez courage. Combattez la paresse spirituelle ; repousssez vos impatiences ; oubliez vos rancunes et caprices ; combattez la recherche de la louange dans vos actions, la jalousie, le manque de respect vis-à-vis de l'autorité, les murmures... Quel trésor de belles actions à faire pour plaire à Jésus !

Chers enfants, je ne veux pas vous cacher qu'il va vous falloir des efforts, que vous ne parviendrez pas à cette bonne habitude en quelques jours. Jésus nous a prévenu qu'il nous faudrait de la force. Mais en même temps, je peux vous promettre que votre fidélité dans cet effort vous obtiendra de grandes grâces, de grands progrès dans la vertu et que, par là, vous deviendrez beaucoup plus agréables à Dieu. Quel bonheur !

Le diable en sera bien fâché, car il verra que vous vous préparez un trésor pour

le ciel et certainement en train de réduire beaucoup le temps à passer au purgatoire.

Pour vous aider dans cette résolution, souvenez-vous que par la grâce du baptême, rendue - si on a eu le malheur de la perdre - par une bonne confession, Dieu est présent réellement dans vos cœurs. À tout instant, Il a les yeux sur vous pour discerner vos actions.

Ô Marie, ma Mère Immaculée, aidez-moi ! Je ne veux plus me dérober à votre douce voix : « Arrête-toi, mon fils, rectifie ton cœur. Non, il n'est pas vrai qu'en ce moment tu poursuives uniquement la gloire de Dieu. »

À faire avant de se coucher :

Je prends donc la résolution de commencer à pratiquer la garde du cœur. En particulier dès demain, j'essayerai de faire (citer telle ou telle action) spécialement pour plaire à Jésus avec le cœur le plus généreux possible.

Au lever :

Se rappeler sa résolution, demander à Dieu du courage pour la pratiquer avec ardeur.

À faire le soir à l'examen de conscience :

Ai-je été fidèle à ma résolution de garde du cœur au moment prévu ?

Vies de saints

Saint Michel Garicoïts (1797-1863)

Saint Michel Garicoïts est né en 1797 à Ibarre, petit village du pays basque. Il est issu d'une famille de paysans, pauvres et ardemment catholiques et, par le fait même, contre-révolutionnaires.

Le petit Michel a du caractère. Dans ce pays de basse montagne, le climat rigoureux, les travaux de la ferme et l'éducation stricte de ses parents, ont tôt fait de l'aguerrir. « Sans ma bonne et pieuse mère, dira-t-il, je sens que je serais devenu un scélérat. » Il avait une grande espérance du Ciel. Un jour,

voyant le bleu du ciel toucher le sommet de la colline à laquelle la maison familiale était adossée, il s'imagina qu'on y pourrait entrer par-là. Il y grimpa alors, laissant les moutons de son père à la garde du chien. Déception ! le ciel avait reculé jusqu'au pic voisin. Il y courut et, de là, jusqu'au troisième. Et sans qu'il y prît garde, la nuit déjà submergeait la montagne. L'enfant redescendit, désechanté. Mais sa cuisante déception grava plus profondément encore dans son âme le désir du Ciel, le vrai !

Affamé de l'Eucharistie, il voulait être prêtre, mais ne put commencer ses études qu'à l'âge de quatorze ans. Doué d'une vive intelligence et acharné dans son travail, il



rattrapa son retard, et fut ordonné prêtre en décembre 1823. La source cachée de son ministère, déjà à cette époque, était la dévotion au Sacré-Cœur de Jésus, dont il établit une confrérie, et au Cœur Immaculé de Marie. Il a la confiance de son évêque qui confie à son secrétaire : « L'abbé Garicoïts est un saint que je vénère ; je veux en faire le directeur de toutes nos religieuses, et vous verrez qu'il ravivera dans le diocèse la sève de l'esprit chrétien et religieux. »

De fait, il réussit en très peu de temps à restaurer au grand séminaire de Bétharram, où il a été nommé professeur de philosophie en 1825, la discipline, la piété et le zèle des études, jusqu'au jour où l'évêque de Bayonne décide en 1832 de ramener ses séminaristes près de lui, à Bayonne, et laisse le Père seul. Entre-temps, deux événements capitaux se produisent : d'abord, ce que saint Michel appela sa « conversion ». Il avait été nommé en 1828 aumônier des Filles de la Croix, tout près de Bétharram, et il y rencontre Jeanne-Élisabeth Bichier des Âges, leur sainte fondatrice. Au contact de ces sœurs qui pratiquent une belle pauvreté évangélique, il comprend que le Cœur de Jésus l'appelle au radicalisme des saints.

Ensuite, c'est pendant la révolution de 1830 que Michel Garicoïts mesure le danger de l'Église puisque Lamennais s'est levé en son sein, prêchant la réconciliation de l'Église avec la Révolution au nom de l'Évangile. Or, ce n'est pas une simple révolution politique, c'est Notre-Seigneur en Personne, vrai Roi de France, qui est détrôné. Saint Michel Garicoïts monte aux remparts : l'Église souffre d'un grand mal appelant un puissant remède. Il fonda alors un nouvel institut, Les pères du Sacré-Cœur, missionnaires de l'Immaculée. Un « camp volant de missionnaires » se constitua à Bétharram dès 1834, et c'est grâce à eux que la foi et les mœurs du pays basque furent préservées. On peut dire qu'ils ont préparé le terrain, pour qu'au jour de ses apparitions à Lourdes, en 1858, l'Immaculée trouve un peuple bien disposé, prêt à entrer dans ses vues. Sainte Bernadette vint en pèlerinage à Bétharram et y acheta ce chapelet de deux sous qu'elle égrenait pendant les apparitions. Saint Michel Garicoïts, le premier peut-être parmi le clergé de la région,



adhéra aux apparitions de 1858 et se fit le garant de la petite voyante auprès de Mgr Laurence, l'évêque de Tarbes.

Il introduit dans son institut les confréries du Saint-Rosaire, du Cœur Immaculé de Marie refuge des pécheurs et du Saint-Scapulaire. Pour les frères coadjuteurs qui aident aux tâches matérielles du sanctuaire et des missions, il achète une ferme dans les environs qu'il baptise Ferme Sainte-Marie. La première école qu'il fonde est l'École Notre-Dame. Toutes les fêtes de la Sainte Vierge et tous les premiers samedis du mois sont célébrés à Bétharram par le chant de la messe et des vêpres, avec assistance de la communauté entière, religieux et élèves. Le chapelet est récité quotidiennement, en commun, et le soir, toute la famille religieuse se regroupe aux pieds de Notre-Dame pour chanter l'*Ave maris Stella* et le *Sub tuum præsidium...*

Au mois de juillet 1858, Mgr Laurence qui avait en grande estime le supérieur de Bétharram, lui envoya Bernadette. De leur entretien, rien n'a filtré. Les témoins se souviennent seulement du visage rayonnant du saint et de la petite voyante, qui reviendra plusieurs fois à Bétharram recevoir les conseils du saint. (...) « Que Dieu est bon ! disait saint Michel Garicoïts, comme il comble de grâces nos Pyrénées. » (...) Il soutiendra de ses deniers la construction de la basilique de l'Immaculée Conception



à Lourdes et, à plusieurs reprises, se mêlera humblement à la foule des pèlerins.

Il contemplait et méditait sans fin le mystère de l'Incarnation et la réponse de la Sainte Vierge : Ecce ancilla Domini, voici la servante du Seigneur, le ravissait car elle correspondait parfaitement à l'Ecce venio, me voici, du Fils de Dieu. « Du Cœur du Père dans le sein de la Vierge, disait-il, quel chemin s'ouvre devant nous ! Jésus est descendu par Marie. Levons la tête vers notre médecin. Et montons nous aussi par Marie. »

« ME VOICI, SANS RETARD, SANS RÉSERVE, SANS RETOUR, PAR AMOUR ! » Saint Michel reçut sur ce mystère ineffable de l'Incarnation des lumières particulières. Dans la nuit de Noël 1830 par exemple, on le vit tout transfiguré au moment de l'Incarnatus est du Credo et, d'autres fois, on le vit s'élever du sol après la consécration. Imitons-le dans cet abandon au Sacré-Cœur et à la Sainte Vierge Marie. En effet, nous sommes souvent tentés par ce souci du moi, le moi devenant la fin des choses. On met l'homme à la place de Dieu, nous nous matérialisons, nous nous humanisons au lieu de nous diviniser, au lieu d'être les uns pour les autres les images de Notre-Seigneur Jésus-Christ rapportant tout à son Père.

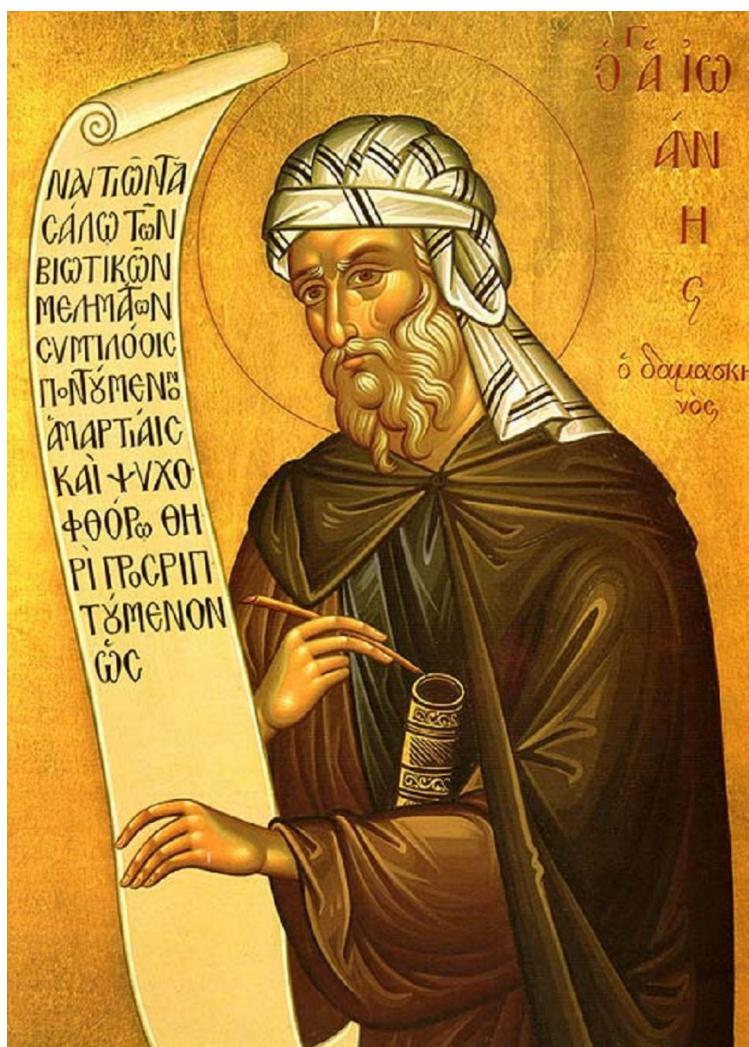
« Le règne de l'humanité, c'est l'oubli de Dieu ; la révolte contre lui, c'est le crime de Lucifer, le crime qui a précipité le tiers des anges dans l'enfer... » Pour restaurer le règne de Dieu, « les prêtres de Bétharram se sont sentis portés à se dévouer, pour imiter Jésus anéanti et obéissant, et pour s'employer tout entiers à procurer aux autres le même bonheur ». « Me voici, pour faire votre volonté, sans retard, sans réserve, sans retour, par amour. » Jusqu'au dernier jour, saint Michel a pratiqué cette maxime, héroïquement. Il s'éteignit paisiblement le 14 mai 1863.

Saint Jean Damascène (776-880)

Saint Jean Damascène, ainsi nommé parce qu'il naquit à Damas, en Syrie, est le dernier des Pères grecs et le plus remarquable écrivain du huitième siècle. Son père, quoique zélé chrétien, fut choisi comme mi-

nistre du calife des Sarrazins, et employa sa haute situation à protéger la religion de Jésus-Christ. Il donna comme précepteur à son fils un moine italien devenu captif, et auquel il rendit la liberté. Ce moine se trouvait être un saint et savant religieux ; à son école, Jean développa d'une manière merveilleuse son génie et sa vertu.

A la mort de son père, il fut choisi par le calife comme ministre et comme gouverneur de Damas. Dans ces hautes fonctions, il fut, par suite d'une vile imposture et d'une basse jalousie, accusé de trahison. Le calife, trop promptement crédule, lui fit couper la main droite. Jean, ayant obtenu que cette main lui fut remise, se retira dans son oratoire, et là il demanda à la Sainte Vierge de rétablir le membre coupé, promettant d'employer toute sa vie à glorifier Jésus et sa Mère par ses écrits. Pendant son sommeil, la Sainte Vierge lui apparut et luidit qu'il était exaucé ; il s'éveilla, vit sa main droite jointe miraculeusement au bras presque sans trace de séparation. Le calife, reconnaissant, à ce miracle, l'innocence de son ministre, lui ren-



dit sa place ; mais bientôt Jean, après avoir distribué ses biens aux pauvres, se retira au monastère de Saint Sabas , où il brilla par son héroïque obéissance.

Ordonné prêtre, il accomplit sa promesse à la Sainte Vierge en consacrant désormais le reste de ses jours à la défense de sa religion et à la glorification de Marie. Il fut, en particulier, un vigoureux apôtre du culte des saintes Images, si violemment attaquées de son temps, par les Iconoclastes.

Ses savants ouvrages, spécialement ses écrits dogmatiques, lui ont mérité le titre de docteur de l'Église. Il a été, par sa méthode, le persécuteur de la méthode théologique qu'on a appelée Scholastique.

Ses nombreux et savants ouvrages lui laissaient encore du temps pour de pieux écrits. Sa dévotion envers la Très Sainte Vierge était remarquable ; il l'appelait des noms les plus doux. A Damas, son image avait occupé une place d'honneur dans le palais du grand vizir et nous avons vu par quel miracle il en fut récompensé. Les discours qu'il a composés sur les mystères de sa vie, et en particulier sur sa glorieuse Assomption, font assez voir comme il était inspiré par sa divine Mère.

Ses immenses travaux ne diminuèrent point sa vie, car il mourut à l'âge de 104 ans. Il est fêté le 27 mars.

Abbé L. Jaud, Vie des Saints pour tous les jours de l'année

Saint Roch (1340-1379)

Saint Roch était le fils d'un gouverneur de Montpellier. Ses parents, âgés, obtinrent sa naissance par de persévérandes prières, se promettant de donner à Dieu l'enfant qu'il leur accorderait. Il se signala en grandissant par une grâce spéciale d'hospitalité envers les pauvres et les voyageurs.

A la mort de ses parents, il avait 20 ans ; il décida alors de vendre ses biens, de se faire pauvre du Christ à l'exemple de Saint-François d'Assise. Il entra dans le Tiers-Ordre, et, vêtu en pèlerin, il prit le chemin de Rome, en demandant l'aumône.

La peste sévissant en Italie, il se dévoua aux soins des pauvres pestiférés et à son contact, il eut beaucoup de guérisons. Il y

vécut trois ans sans faire connaître son nom, ni son origine.

Atteint lui-même de la maladie, il se retira, mourant, dans une cabane de son pays où un chien lui apportait chaque jour un petit pain. (C'est de là que vient le proverbe « c'est St Roch et son chien » pour désigner des personnes inséparables).

Miraculeusement guéri, il reparut à Montpellier comme un étranger. Il fut mis en prison comme espion et y mourut au bout de cinq ans après avoir reçu les Sacrements.

On le reconnut alors. Son culte est devenu et demeure populaire dans toute l'Église.

Il est fêté le 16 Août.



Belles prières

Prière de consécration à Notre-Dame de Guadalupe

Notre-Dame de Guadalupe, je sais avec certitude que Vous êtes la parfaite et perpétuelle Vierge Marie, Mère du vrai Dieu. Vous me montrez et m'offrez Votre amour, Votre compassion, Votre aide, Votre protection. Vous êtes Mère miséricordieuse, Mère de tous ceux qui Vous aiment, de ceux qui Vous implorent, de ceux qui ont confiance en Vous. Vous entendez mes pleurs et mes douleurs. Vous soignez et allégez mes souffrances, mes besoins, mes malheurs. Vous me demandez de ne pas être troublé ou écrasé par mes chagrins et de ne pas craindre les maladies, les vexations, les anxiétés, les douleurs. Vous êtes ma Mère et je suis sous Votre protection. Vous êtes ma Fontaine de vie et je me blottis dans Vos bras ! Mère de miséricorde, avec amour, je Vous consacre tout mon être, ma vie, mes souffrances, mes joies, tous ceux que Vous m'avez confiés et tout ce qui m'appartient. Je désire être tout à Vous et marcher avec Vous sur le chemin de la sainteté. Ô Vierge immaculée, écoutez la prière que je Vous adresse avec une filiale confiance, et pré-



sentez-la à Votre divin Fils. Notre Dame de Guadalupe, Patronne des enfants à naître, donnez-nous la grâce d'aimer, de donner, d'accueillir et de respecter la vie, dans le même amour avec lequel Vous avez conçu dans votre sein la vie de Jésus, Votre Fils bien aimé. Sainte Marie, Reine des foyers, protégez et aidez nos familles, afin qu'elles soient toujours unies ; assistez-nous dans l'éducation de nos enfants et bénissez-les. Je Vous en prie, Mère très sainte, donnez-moi un grand amour de l'Eucharistie et de la Confession régulière, le goût de la prière et de l'oraison, pour que je puisse apporter la paix et la joie par Jésus-Christ notre Seigneur qui, avec Dieu le Père et l'Esprit Saint, vit et règne pour les siècles de siècles. Ainsi-soit-il.

Prière pour la vie

Ô Marie, Aurore du monde nouveau, Mère des vivants, nous vous confions la cause de la vie : regardez, ô Mère, le nombre immense des enfants que l'on empêche de naître, des pauvres pour qui la vie est rendue difficile, des hommes et des femmes victimes d'une violence inhumaine, des vieillards et des malades tués par l'indifférence ou par une pitié fallacieuse.

Faites que ceux qui croient en votre Fils sachent annoncer aux hommes de notre temps avec fermeté et avec amour l'Évangile de la vie.

Obtenez-leur la grâce de l'accueillir comme un don toujours nouveau, la joie de la célébrer avec reconnaissance dans toute leur existence et le courage d'en témoigner avec une ténacité active, afin de construire, avec tous les hommes de bonne volonté, la civilisation de la vérité et de l'amour, à la louange et à la gloire de Dieu Créateur qui aime la vie. Ainsi-soit-il.

Saint Jean-Paul II



Je reste à la maison, Seigneur !

Je reste à la maison, Seigneur !
Et aujourd'hui, je m'en rends compte,
Vous m'avez appris cela,
Demeurant obéissant au Père,
Pendant trente ans dans la maison de Nazareth,
En attente de la grande mission.

Je reste à la maison, Seigneur,
Et dans l'atelier de Joseph,
Votre gardien et le mien,
J'apprends à travailler, à obéir,
Pour arrondir les angles de ma vie
Et Vous préparer une œuvre d'art.

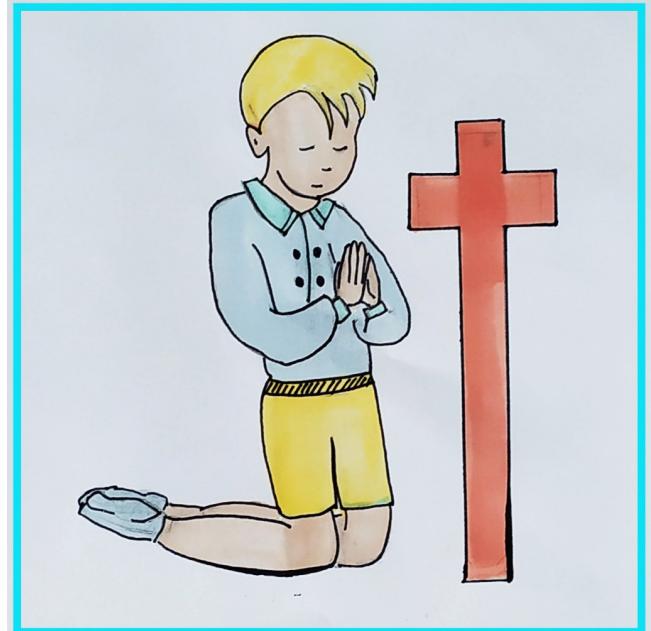
Je reste à la maison, Seigneur !
Et je sais que je ne suis pas seul
Parce que Marie, comme toute mère,
Est dans la pièce à côté, en train de faire
des corvées
Et de préparer le déjeuner
Pour nous tous, la famille de Dieu.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et je le fais de manière responsable pour
mon propre bien,
Pour la santé de ma ville, de mes proches,
Et pour le bien de mon frère,
Que Vous avez mis à côté de moi,
Me demandant de m'en occuper
Dans le jardin de la vie.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et dans le silence de Nazareth,
Je m'engage à prier, à lire,
Étudier, méditer,
Être utile pour les petits travaux,
Afin de rendre notre maison plus belle et
plus accueillante.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et le matin, je Vous remercie
Pour le nouveau jour que Vous me donnez,
En essayant de ne pas le gâcher
Et l'accueillir avec émerveillement,
Comme un cadeau et une surprise de
Pâques.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et à midi, je recevrai
La salutation de l'Ange,
Je me rendrai utile pour l'amour,
En communion avec Vous
Qui Vous êtes fait chair pour habiter parmi



nous ;
Et, fatigué par le voyage,
Assoiffé, je Vous rentrerais
Au puits de Jacob,
Et assoiffé d'amour sur la Croix.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et si le soir me prend la mélancolie,
Je Vous invoquerai comme les disciples
d'Emmaüs :
Restez avec nous, le soir est arrivé
Et le soleil se couche.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et dans la nuit,
En communion de prière avec les nombreux malades
Et les personnes seules,
J'attendrai l'aurore
Pour chanter à nouveau Votre miséricorde
Et dire à tout le monde que,
Dans les tempêtes,
Vous avez été mon refuge.

Je reste à la maison, Seigneur !
Et je ne me sens pas seul et abandonné,
Parce que Vous me l'avez dit :
Je suis avec vous tous les jours.
Oui, et surtout en ces jours
De confusion, ô Seigneur,
Dans lesquels, si ma présence n'est pas nécessaire,
Je vais atteindre chacun, uniquement avec
les ailes de la prière.
Ainsi-soit-il.

Par un prêtre atteint du coronavirus

Les petites vertus du foyer

Connaissez-vous les petites vertus du foyer de Mgr Chevrot ? Ce sont des pépites pour vivre nos dernières semaines de carême dans une grande charité, et surtout dans le confinement ! On ne les remarque pas mais quand elles manquent, les relations entre les hommes sont tendues et pénibles...au contraires nos petites vertus vont rendre notre vie familiale supportable et agréable. Et oui c'est là, chez nous, que Jésus nous demande d'observer sa loi... « En vous proposant la pratique, ce n'est pas une perfection au rabais que je vous prêcherai, mais la divine vertu de charité, dont les petites vertus du foyer sont comme la menue monnaie ».

L'effacement

Pour que la courtoisie règne à votre foyer, une seconde vertu est nécessaire : la petite vertu d'effacement. Prenez l'exemple de la Vierge Marie : le début de l'Évangile de saint Luc gravite autour d'elle ; elle n'intervient qu'une fois durant la mission du Sauveur : c'est elle qui obtient de son Fils le miracle de Cana. Le reste du temps, elle disparaît, laissant la place aux saintes femmes qui prennent soin du maître et des apôtres. Elle s'efface jusqu'à l'heure tragique de la Croix, où elle revient auprès de son fils qui va mourir. Regardez saint Joseph, l'Évangile signale sa présence chaque fois que l'Enfant et sa mère ont besoin de ses services. Ensuite il n'est plus question de lui.

Quant à Jésus, le fils de Dieu, qui s'est abaissé à notre niveau de créature, rappelez-vous comment Il se dérobe aux ovations des foules. Il ne veut pas qu'on ébruise les guérisons qu'Il opère. Il s'efface devant son Père dont Il n'est que l'Envoyé. « Je suis venu, déclarait-il, non pour être servi, mais pour servir. »

Vous avez entendu le conseil de Notre Seigneur : « Efface-toi devant les autres. Si tu as le choix, occupe la dernière place ». Ne vous en plaignez pas, vous serez ainsi plus près de Lui. Charles de Foucauld dut sa conversion à cette simple parole de l'abbé Huvelin : « Jésus a tellement pris la dernière place que personne n'a pu la lui ravir ».

Mais l'amour propre s'affirme, il ramène tout à lui. Vous lui opposez les autres ? Il ne connaît que ce que les autres lui doivent ou ce qu'il en peut tirer. De là, surgissent les conflits qui ruinent la bonne entente entre les hommes. « Pourquoi passerais-je après les autres, ne suis-je pas aussi capable qu'eux ? Pensera l'un. J'ai les mêmes besoins qu'eux, opine l'autre... »

L'Évangile est une école de grandeur et d'audace. Bien loin de nous annuller, il nous oblige au contraire à tirer tout le rendement possible de nos qualités naturelles, à nous mettre en avant pour agir, mais après avoir agi de notre mieux, à ne pas nous mettre en valeur. C'est le premier aspect de la vertu d'effacement. Je ne puis m'effacer qu'après avoir agi ; je ne puis disparaître qu'après m'être montré. L'humilité ne consiste pas à se cacher pour ne rien faire, mais à ne pas s'admirer quand on a fait le plus et le mieux possible. Si l'on veut réussir un travail, il faut n'avoir en vue que ce travail, sans chercher les compliments. La fierté n'est pas l'orgueil : bien plus, elle l'exclue.

La petite vertu d'effacement ne nous diminue pas, elle s'apparente à la charité. Le disciple de Jésus Christ ne s'admirer point ; en revanche, il se plaît à reconnaître ce que les autres font de bien et de mieux que lui-même. Comme il disparaît derrière son œuvre bien faite, il s'efface très simplement devant les qualités et mérites des autres. Saint Paul écrit : « Que chacun d'entre vous estime en toute humilité que les autres lui sont supérieurs ».

Cherchons toujours à reconnaître les qualités des autres et effaçons-nous loyalement devant leur supériorité.

Sachons nous effacer devant les désirs ou les préférences de ceux avec qui nous vivons. En dehors des cas où l'autorité a le devoir d'exercer ses responsabilités, la bonne entente sera toujours mieux assurée au foyer lorsque chacun se proposera de faire plaisir aux autres. Il serait injuste que la maman fût la seule à s'effacer, tous doivent l'imiter et contribuer au bien-être du foyer. Au règne de l'égoïsme, le Christ a substitué



celui de l'amour qui implique l'oubli de soi. On trouve son bonheur à rendre les autres heureux. Au lieu de s'emparer du siège le plus confortable ou de guetter la meilleure part, chacun songe à les offrir aux autres et il se réjouit de leur accorder ce plaisir.

Et vous, les enfants, croyez-vous que papa et maman ne renoncent pas souvent à leurs aises pour vous donner une satisfaction ? Ils sont heureux de votre joie. A votre tour, ne laissez passer aucune occasion de deviner

leurs préférences et effacez-vous gentiment sans le faire remarquer. Dans une famille où tout le monde s'efforce de pratiquer la vertu d'effacement, nul n'est sacrifié. On n'a plus besoin de penser à soi, les autres y pensent avant vous.

- C'est le paradis sur terre ?
- Ma foi, je le crois bien, et je souhaite de tout mon cœur que vous en fassiez l'expérience.

Prière des enfants

« Mon Bon Petit Jésus (...) obéir c'est très joli ; je ne suis pas méchant comme les mauvais anges, je ne crois pas que je puisse faire tout ce qui me plaît, comme si j'étais le Bon Dieu, mais je trouve qu'obéir, il y a des moments où cela n'est pas amusant du tout.

D'abord, cela dure toute la journée. Pendant qu'on joue, on entend : « Ne fais pas ci, ne fais pas ça, ne touche pas ci, ne touche pas ça, ne taquine pas ta sœur, laisse ton petit frère tranquille, ne cours pas si vite. » Et puis encore, et puis toujours .

A table, cela recommence.

« Tiens-toi comme il faut, tiens bien ta fourchette. Demande poliment, dis merci. Ne remue pas tes pieds sous la table, ne bois pas la bouche pleine, ne mets pas tes doigts dans ton assiette. » Et puis je ne sais plus quoi encore...

On est bien en train de jouer à la marchande ou au père et à la mère ; tout d'un coup on entend crier : « Viens ici. » Et il faut tout quitter. Ou encore on fait plein de beaux dessins avec des crayons de couleur ou de l'encre et on vous dit : « Viens te laver les mains. » Enfin, on est jamais tranquille.

L'Enfant Jésus : « C'est vrai, mon pauvre petit enfant, on n'est jamais tranquille, on ne peut jamais faire absolument ce que l'on veut et c'est comme cela toute la vie. Il faut s'y habituer dès maintenant pour n'en pas trop souffrir plus tard. Mais veux-tu que je t'apprenne un moyen de n'en pas souffrir dès maintenant ? Il suffit d'aimer pour de bon. Désobéir, c'est oublier qu'on aime, obéir

c'est s'en souvenir.

Quand on aime bien quelqu'un, on aime faire pour lui des choses difficiles, et même des choses qui font souffrir. C'est parce que ton papa et ta maman t'aiment beaucoup qu'ils travaillent beaucoup et se donnent du mal. Toi, tu déjeunes, tu dînes, tu dors, tu joues ; la seule chose difficile pour toi, la seule chose qui montre que tu les aimes, c'est obéir.

Quand tu es bien en train de jouer et que ton papa ou ta maman te demande quelque chose qui t'ennuie, dis-toi seulement : « Est-ce que j'aime mon papa, est-ce que j'aime ma maman plus que mes constructions, plus que mes soldats, plus que mon petit chemin de fer, plus que mes beaux dessins » et tu le feras tout de suite, et tu te sentiras content dans ton cœur.

Il y a encore un autre moyen d'obéir sans trop de peine : c'est de penser à moi. Car moi qui suis le maître du monde, moi qui commande au vent et à la mer, j'ai obéi. (...)

Quand on a envie de faire le mal, il faut toujours regarder d'un autre côté. Et sais-tu, surtout, de quel côté il faut regarder ? Du côté de ma croix.

C'est facile, car elle est partout. Il y en a une dans ta petite chambre, une au-dessus du lit de ton papa et de ta maman ; il doit y en avoir une en classe, il y en a une même dehors, en plein ciel, à la pointe du clocher de l'église. On la voit d'à peu près partout quand on se promène, et les hirondelles viennent s'y poser.



Cette croix où j'ai l'air de tant souffrir avec mon pauvre corps étendu, mes pieds et mes mains clouées, ma tête endolorie et mes yeux à moitié fermés qui pleurent de grosses larmes, (...) cette croix rappelle au monde le plus grand acte d'obéissance qui fût jamais. »

Extrait de l'Imitation de l'Enfant Jésus, de Jean Plauevent

Prière

Mon Bon Jésus,
Je vous adore et je vous aime.

Aidez-moi à toujours être obéissant, parce que je vous aime et que je veux vous aimer toujours plus.

Comme vous avez obéi à la Sainte Vierge et à Saint Joseph quand vous aviez mon âge, aidez-moi à obéir joyeusement, même lorsque cela m'ennuie.

Lorsque cela sera difficile je vous regarderai sur la croix, et je comprendrai qu'en obéissant à mon tour rapidement et dans la joie je soulagerai un peu votre peine et votre douleur.

Bénissez mes parents, mes frères et sœurs, et tous ceux que j'aime. Guérissez les malades, secourez les pauvres, et donnez à tous la grâce de Vous connaître et de Vous aimer.

Sainte Vierge Marie, vous qui avez toujours obéi à Dieu, aidez-moi à toujours faire Sa volonté.

Mon bon ange, comme l'ange Gabriel qui est venu visiter la Vierge Marie, vous aussi êtes près de moi, jour et nuit. Protégez-moi, conseillez-moi, et portez près du Bon Dieu mes prières et mes bonnes actions.



AU QUOTIDIEN

Atelier jardinage

Le Jardinage du moment

Heureux propriétaire d'un lopin de terre, d'un balcon, de fenêtres ou de plantes cet article est pour vous ! Le beau temps est arrivé, il est temps de vous occuper de votre verdure. Voici quelques conseils d'entretien :

Si vous prévoyez d'entamer votre première tonte, privilégiez une tonte haute pour éviter un jaunissement de votre pelouse



cultures en aérant le sol, à l'aide d'une grelinette (c'est mieux qu'une pelle bêche, cela évite de faire remonter les bonnes bactéries à la surface et qu'elles n'agissent plus dans la terre)

- ◊ Semez vos premières légumineuses (radis, carottes, salades de printemps)
- ◊ Faîtes des apports de sang de bœuf séché (cela se trouve en jardinerie) sur tout votre sol extérieur, pour fertiliser le sol.

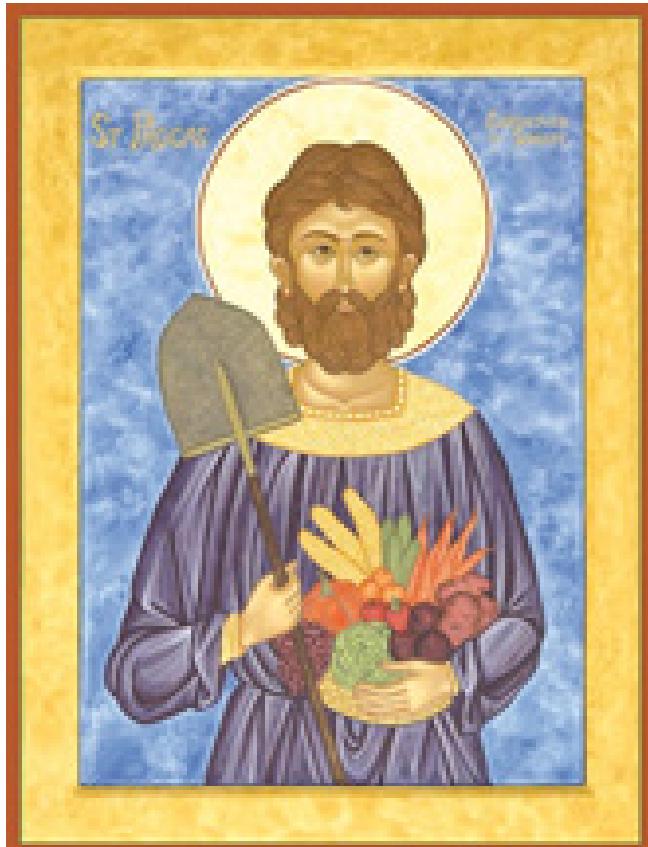
Idées de plantations

- ◊ *Loropetalum* (plante fleurie à feuilles pourpre qui fleurit du mois d'avril jusqu'au mois d'octobre / à mettre en pleine terre et à l'ombre)

◊ *Anisodonta* (arbuste à mettre en pot ou en pleine terre (pratique lorsque vous avez un balcon / Il fleurit d'avril à novembre, fleurs roses)

Et surtout, ne posez pas n'importe comment vos râteaux, car « râteaux à l'envers : dentition à refaire ! »

Jardiner en priant



Nous mettons à l'honneur Saint Phocas, martyr au IV^{ème} siècle, Saint Patron des jardiniers. Il souffrit de multiples outrages pour le nom du Rédempteur à Sinope sur la Mer noire, il est fêté le 22 septembre. Il fait encore aujourd'hui des miracles, nous pouvons lui en demander en cette période !



Atelier cuisine

Poisson au fenouil à la Provençale

Point info : il paraît que les pêcheurs n'arrivent pas à écouler leur stock parce que 50 % de leur pêche est vendue aux restaurateurs... une bonne raison de faire du poisson (frais) à la maison !

Pour 6 personnes :

Ingédients pour le fenouil :



- ◊ En fonction de leur taille (et de la faim des convives !), 4 ou 5 fenouils.
- ◊ 2 gousses d'ail
- ◊ Sel, poivre, piment d'Espelette, huile d'olive, romarin.

Ingédients pour le poisson :

- ◊ 900 g de filet de poisson blanc (cabillaud, lieu, julienne, ...)
- ◊ 1 citron non traité
- ◊ 1 oignon
- ◊ 2 gousses d'ail
- ◊ Les têtes de fenouil
- ◊ Romarin
- ◊ Piment d'Espelette, sel, poivre

Ingédients pour la tapenade :

- ◊ Un pot d'olives vertes dénoyautées
- ◊ 1-2 anchois
- ◊ 1-2 cuillères à café de câpres
- ◊ Huile d'olive
- ◊ ½ gousse d'ail

Ustensiles :

- ◊ Planche à découper
- ◊ Couteaux
- ◊ Casserole
- ◊ Poêle
- ◊ Ecumoire
- ◊ Assiette
- ◊ Sopalin
- ◊ Passoire
- ◊ Mixeur
- ◊ Mandoline (facultatif)

Recette :

Préparer le fenouil : couper les têtes et les garder pour le bouillon. Couper le reste du fenouil en fines tranches avec une mandoline ou un couteau. Rincer. Dans une poêle, faire revenir avec un filet d'huile d'olive les gousses d'ail coupées en deux et dégermées. Rajouter le fenouil, mouiller et laisser cuire avec le romarin à feu doux et à couvert pendant une demi-heure environ. Assaisonner de sel, poivre et piment d'Espelette. Lorsque le couteau s'enfonce sans résistance dans le fenouil, celui-ci est cuit.

Préparer le bouillon : couper l'oignon et le citron en quatre, les gousses d'ail en deux et enlever le germe. Mettre à cuire dans la casserole avec le romarin et mouiller.

Préparer la tapenade : mixer les olives, les câpres, les anchois, l'ail et l'huile d'olive. Réservoir dans un bol.

Couper le poisson en 6 filets si ce n'est pas déjà fait. Mettre à cuire le poisson dans le bouillon juste avant de passer à table, une dizaine de minutes. En fonction de la taille, de l'épaisseur et de la variété de poisson, le temps de cuisson n'est pas exactement le même donc surveiller la cuisson. Une fois le poisson cuit, le mettre sur du sopalin pour absorber l'excédent de bouillon.

Dresser avec le fenouil, une cuillère de tapenade, le poisson assaisonné avec du sel, du poivre, du piment, un filet d'huile d'olive.

Granola

200 g flocons d'avoine, 200 g 5 céréales,



120 grammes de graines de courge, lin, tournesol, sésame (en choisir 3), 2 cuillères à soupe bombées de miel, 2 cuillères à soupe bombées de pâte d'amande (à faire soi-même en mixant des amandes pendant 10 minutes par à-coup de 2mn pour ne pas esquinter le moteur), 3 cuillères à soupe bombées de compote sans sucre, 150 g de fruits secs concassés (amandes/noisettes), 140 g de pralinoise coupée en petits morceaux (ou chocolat noir si vous préférez ; l'avantage de la pralinoise est que c'est un peu mou et donc facile à couper au couteau). Tout mélanger dans l'ordre sauf les fruits secs et le chocolat. Mettre sur une plaque couverte de papier cuisson dans un four non préchauffé et faire cuire pendant 40 mn environ à 150°. Remuez régulièrement. Ajoutez les fruits secs au bout d'un quart d'heure de cuisson. Quand tout sera froid, rajoutez le chocolat en petits morceaux.

Gâteau aux fruits rouges, biscuits roses et fromage blanc



Préparation : 20 minutes – Une nuit au frais. Pas de cuisson

Les anniversaires arrivent et quoi de mieux qu'un gâteau léger et frais aux allures estivales.

Pour 6 à 8 personnes :

◊ 250g de biscuits roses de Reims (ou tout

simplement biscuits à la cuillère)

- ◊ Un grand bol de fruits rouges mélangés (l'occasion de vider le congélateur des framboises de l'été dernier)
- ◊ 250g de fromage blanc
- ◊ 150g de crème fraîche épaisse
- ◊ 100g de sucre en poudre
- ◊ 3 feuilles de gélatine
- ◊ Un jus de citron
- ◊ Un petit verre de kirsch ou de ratafia de champagne (optionnel)

Ramollir la gélatine dans un peu d'eau et la faire fondre dans le jus de citron chauffé. Battre le fromage blanc avec le sucre et mélanger avec la crème battue et mousseuse. Ajouter le jus de citron ainsi que les fruits bien égouttés.

Tapisser le fond et les bords d'un moule avec les biscuits roses passés rapidement un à un dans l'alcool mélangé à un peu d'eau. Remplir le moule du mélange, couvrir de biscuits imbibés et mettre une nuit au frais après avoir posé un poids sur le moule. Démouler sur un plat de service et napper de fruits rouges ou d'un coulis.

Crumble aux butternut, chèvre et noisettes



Une petite recette d'un plat qui sort de l'ordinaire, simple et qui saura rassasier vos grands gaillards !



- ◊ Un butternut (1 kg environ)
- ◊ Une bûche de chèvre
- ◊ 120g de farine de votre choix
- ◊ 120g de beurre
- ◊ 80g de parmesan râpé
- ◊ 2 poignées de noisettes concassées (si vous avez des noisettes entières, mettez-les dans un sac congélation et frappez-les avec un rouleau à pâtisserie pour les casser)
- ◊ Une pincée de sauge séchée

1. Préchauffez le four à 180°.

2. Épluchez ou rincez le butternut, puis coupez le en morceaux d'environ 3-4cm. Mettez-le dans un plat à gratin avec trois cuillères à soupe d'eau, du sel et du poivre et une pincée de sauge.

3. Enfournez pendant environ 30 mi-

nutes : vous pouvez retirer le plat quand le butternut s'écrase avec une fourchette.

4. Pendant ce temps, préparez la pâte à crumble : mélangez du bout des doigts la farine, le beurre et le parmesan pour obtenir une consistance sablée. Ajoutez les noisettes.

5. Coupez la moitié de la bûche de chèvre en rondelles, et l'autre moitié en petits morceaux.

6. Sortez le plat du four, écrasez grossièrement le butternut avec la fourchette, puis ajoutez les petits morceaux de chèvre ; mélangez. Par-dessus, répartissez les rondelles de chèvre, puis la pâte à crumble.

7. Enfournez 20 minutes toujours à 180°.

8. Dégustez avec une petite salade.

Atelier vie pratique

Lessive maison

Ingédients :

- ◊ 50 g de savon de Marseille râpé
- ◊ 1 L d'eau
- ◊ 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- ◊ 1 cuillère à soupe de cristaux de soude
- ◊ Facultatif : huiles essentielles de menthe, lavande, lavandin, ...

Ustensiles :

- ◊ Balance
- ◊ Casserole
- ◊ Cuillère
- ◊ Récipient qui ferme pour conserver la lessive (ancien bidon, bouteilles, gros pot en verre)
- ◊ Entonnoir (facultatif)
- ◊ Mixeur (facultatif)

Préparation :

Faire chauffer l'eau et le savon de Marseille dans une casserole. Lorsque le savon est entièrement fondu, couper le feu et rajouter le bicarbonate et les cristaux. Attendre que cela refroidisse en mélangeant de temps en temps pour que le bicarbonate et les cristaux se dissolvent entièrement. Mixer si né-

cessaire et mettre dans un récipient. La lessive se met soit dans le compartiment à lessive soit dans le tambour directement. Secouer avant utilisation.

Petites astuces :

Utiliser de préférence un savon de Marseille à 72% d'huile d'olive sans glycérine pour éviter que la lessive ne s'agglomère. Si c'est le cas, mettre le récipient dans un bain d'eau chaude. L'inconvénient du savon à l'huile d'olive est son odeur, assez particulière. En général, j'achète des pains de savons que je râpe à la main, c'est très rapide et plus économique que le savon déjà râpé. Tous les ingrédients sont disponibles dans un supermarché normal, pas besoin d'aller en magasin Bio. Les cristaux de soude ne sont pas indispensables, ils sont utiles surtout si l'eau est dure.

Les vêtements n'auront pas d'odeur, sauf si la lessive est parfumée aux huiles essen-



tielles, l'odeur sera cependant moins importante que pour les lessives chimiques. Pour les femmes enceintes et allaitantes, se renseigner auprès de son pharmacien sur les huiles essentielles utilisables pendant la grossesse et l'allaitement. On peut soit mettre directement 10-15 gouttes dans le récipient, soit 1-2 dans le bac avec la lessive.

Penser à bien étendre sa lessive peu après

la fin de la machine, le linge n'ayant pas d'odeur, il prendra plus vite une mauvaise odeur de linge mouillé et d'humidité.

Mon bilan après un an d'utilisation : la lessive marche très bien, est beaucoup plus économique qu'une lessive chimique et ce n'est pas une contrainte de la fabriquer. Je garde cependant un pot de lessive chimique « si jamais ! »

Atelier bricolage

Couronne de fleurs de cortège / communion

Matériel :

- ◊ Du fil de fer un peu épais pour le tour de tête (ici il est recouvert de corde)
- ◊ Du fil de fer plus fin pour accrocher les fleurs
- ◊ Des fleurs stabilisées et / ou séchées (les fleurs stabilisées seront moins fragiles, ici c'est un mélange des deux)
- ◊ Un ruban
- ◊ De la patience !

Explication :

- ◊ Faire avec le fil de fer épais un tour de tête de la taille de l'enfant avec deux boucles au bout pour passer le ruban, qui maintiendra la couronne.
- ◊ Découper les fleurs en petits bouquets qu'il faudra accrocher en enroulant le fil fin tout autour.
- ◊ Recouvrir toute la couronne de fleurs et ajouter un ruban pour l'accrocher !



CULTURE

Le coin de l'historien

Tom Morel et les combats des Glières (31 janvier – 27 mars 1944)

Théodore Morel (dit « Tom ») est né le 1^{er} août 1915 à Lyon. Il est issu d'une famille bourgeoise lyonnaise.



Il fait de brillantes études dans la région lyonnaise. Il y est scout de France, l'un de ses Chef de Patrouille est le futur Abbé Pierre. Il s'oriente ensuite vers une carrière militaire. À sa sortie de Saint-Cyr, en 1937, nommé sous-lieutenant, il choisit d'être af-

fecté au 27^e Bataillon de Chasseurs Alpins d'Annecy. En novembre 1938, il épouse une Annécienne, Marie-Germaine Lamy.

Blessé le 18 juin 1939 à la frontière italienne, il reste à la tête de sa section et repousse les troupes italiennes. Il est fait chevalier de la légion d'honneur à l'âge de 24 ans.

En 1941, il est nommé instructeur à Saint-Cyr, alors repliée en zone sud à Aix-en-Provence.

En novembre 1942, Tom Morel entre dans la résistance en Haute-Savoie. Le 31 janvier 1944 il dirige la résistance au plateau des Glières et y instaure la devise « Vivre libre ou mourir ». Il est tué à Entremont dans la nuit du 9 au 10 mars 1944.

Tom Morel a eu 3 enfants : le lieutenant Robert Morel tué accidentellement dans les rangs du 27^e BCA en Algérie le 16 octobre 1961, le vice-amiral Philippe Morel mort le 22 juin 2010, François Morel, mort accidentellement le 15 août 1944.

Sa femme meurt le 14 novembre 2010.

Tom Morel fut un chef exemplaire, tant par son sens du devoir que par son esprit patriotique allant jusqu'à donner sa vie pour son pays. Cet amour pour son pays qu'il a su inculquer à tous ses maquisards était sa priorité. Il a fédéré des combattants de tous horizons, tant sur le plan ethnique que religieux ou bien politique, dans un unique but commun, défendre la France. Il a suscité et suscite encore aujourd'hui beaucoup d'admiration et de motivation.

Janvier 1944, l'armée secrète en Haute-Savoie constitue des stocks d'armes clandestins ainsi qu'un réseau de mobilisation en Haute Savoie. Le 31 Janvier, le lieutenant Tom Morel, avec cent-vingt maquisards, prend la tête de la résistance et s'installe



sur le plateau des Glières. La mission consiste à réceptionner d'importants parachutages d'armes pour mener à bien la résistance et libérer la Haute-Savoie. Cinquante-deux républicains espagnols, vétérans de la guerre d'Espagne, viennent mettre leur expérience du combat au service de Tom Morel.



Février 1944, les maquisards s'organisent et répartissent leurs forces sur le plateau, le Poste de Commandement est placé au centre pour faciliter la communication vers les différentes sections. Le ravitaillement se fait en descendant dans les vallées. Les maquisards sont aidés par les paysans pour échapper à la milice et aux Groupes Mobiles de Réserve (GMR) qui sont de plus en plus nombreux.

La garde mobile n'hésite pas à ouvrir le feu sur les maquisards qui ripostent et tendent des embuscades. C'est la guerre entre français. La bataille des Glières prend de l'ampleur. Le 14 février, un premier parachutage a lieu sur le plateau. Cinquante-quatre tubes métalliques remplis d'armement permettent d'armer les maquisards. Le 20 février, Tom Morel rassemble pour la première fois toutes les sections au pied du mât des couleurs. Ils sont environ trois-cents résistants. Il leur inculque sa devise : « Vivre libres ou mourir ». Quelques jours plus tard, une cinquantaine de maquisards « Francs Tireurs et Partisans » rallient le plateau des Glières.

Dans la nuit du 9 au 10 mars, Tom Morel organise une mission pour récupérer le mé-

decin du plateau, fait prisonnier quelques jours auparavant à Entremont, petit village dans la vallée. Lors de cet assaut, il est lâchement assassiné par le chef des GMR qui était fait prisonnier et qui dissimulait un revolver. L'assassin est abattu et cinquante-sept GMR sont emmenés comme otages.

Dans la nuit du 10 mars, un deuxième parachutage de masse remotive les maquisards : cinq-cent-quatre-vingts parachutes sont envoyés !

Le 18 mars, le capitaine Anjot se porte volontaire pour remplacer le Lieutenant Tom Morel à la tête du plateau.

Les forces de Vichy n'arrivant pas à réduire la résistance, l'armée allemande, forte de sept-mille hommes, décide d'encercler le plateau. L'aviation et l'artillerie allemande bombardent à répétition le plateau.

Le 26 mars, une première attaque allemande est repoussée par les maquisards. Les Allemands se replient pour mener un assaut général le lendemain. Dans la nuit du 26 au 27 mars, le capitaine Anjot affirme que l'honneur est sauf, et donne l'ordre d'évacuer le plateau et de rejoindre les vallées et les maquis d'origine, en dissimulant un maximum d'armes et de munitions. Le Capitaine Anjot et de nombreux maquisards meurent en tentant de rejoindre les vallées.

Quelques semaines après l'assaut allemand, certains maquisards remontent récupérer les armes qui ont échappé aux ratissages. Les armes sont distribuées aux différents maquis de la région. Les opérations de sabotage se multiplient.

Le 1er août, le dernier parachutage sur le plateau des Glières permettra aux maquisards de libérer la Haute-Savoie, le 19 août 1944. La Haute-Savoie est le premier département français entièrement libéré par les seuls maquisards.



Le coin du bibliophile

Etoile au grand large

Guy de Larigaudie



GUY DE LARIGAUDIE

ÉTOILE
AU
GRAND
LARGE

Seuil

Guy de Larigaudie, célèbre routier du XX^{ème} siècle ayant parcouru le monde, animé d'un amour incroyable de Dieu et de la Vie, nous livre dans ce court recueil ses pensées et réflexions les plus profondes. Aventurier, il écrit pour partager sa quête spirituelle. La partager tout d'abord aux scouts, mais de manière plus large à tous ceux qui liront ses écrits, leur portée étant universelle. Très sensible également à la beauté du monde, son désir immense de Dieu et sa joie de vivre sans pareille transparaissent dans ses lignes.

Dans Etoile au grand large beaucoup de thèmes sont abordés : l'amour de Dieu, la joie, le sourire, la prière, le bonheur, l'effort, notre vocation... On peut y trouver également de courtes prières, des conseils face aux tentations par exemple, qui sont basés sur des expériences qu'il a vécues et nous partage. Tout cela sous la forme de très courtes phrases qui sonnent comme des maximes, ou de plus longues dans lesquelles il développe ses pensées. L'auteur dévoile dans cette œuvre des pensées très belles et profondes, tout en restant atteignable, très concret, rendant ainsi la lecture aisée. Plus loin nous pourrons trouver une dynamique quelque peu différente : à partir de courtes histoires ou d'anecdotes comme un plongeon, la route de Chartres, un trajet en avion entre Tunis et Casablanca... il parvient à mettre en lumière des conclusions qui nous élèvent.

Guy de Larigaudie tend, n'aspire qu'au Ciel : à travers les avions, les grands espaces, les étoiles... Les étoiles, mais surtout l'Étoile. Son âme est toute tournée vers son Créateur. Toute sa vie n'est qu'un chemin vers Dieu, l'Etoile au grand large qui est

notre Lumière. Et à travers ces textes magnifiques, cet hymne au Ciel et à la terre, il nous convie à en faire de même à sa suite.

« L'aventure la plus prodigieuse est notre propre vie et celle-là est à notre taille. Aventure brève : trente, cinquante, quatre-vingts ans peut-être qu'il faut franchir durablement, gréé comme un voilier cinglant vers cette étoile au grand large qui est notre repaire unique et notre unique espérance. Qu'importent coups de chien, tempêtes ou calme plat, puisqu'il y a cette étoile. Sans elle, il n'y aurait plus qu'à cracher son âme et à se détruire de désespérance. Mais sa lumière est là et sa recherche et sa poursuite font d'une vie humaine une aventure plus merveilleuse que la conquête d'un monde ou la course d'une nébuleuse. Cette aventure-là ne dépasse pas notre carrure. Il nous suffit de marcher vers notre Dieu pour être à la taille de l'Infini, et cela légitime tous nos rêves. »

Tu seras prêtre pour nous deux

Albert Hublet

Le père de Marcel est athée. Lorsqu'il découvre que son fils veut devenir prêtre, il décide de le retirer du collège Jésuite où Marcel effectuait sa scolarité et de l'inscrire au collège laïc de la ville. Marcel va devoir éprouver sa Foi, sa vocation et son esprit missionnaire. Mais pour cela, il n'est pas seul et peut compter sur Dieu et la prière, sa maman, son père spirituel, ses amis et le scoutisme...



A partir de 12 ans.

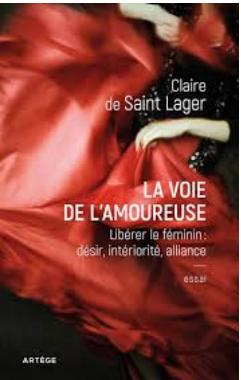


La voie de l'amoureuse

Libérer le féminin : désir, intériorité, alliance

Claire de Saint Lager

Comment comprendre et recevoir la féminité, ce mystère qui peut sembler parfois déconcertant ? Dans son essai plein de



delicatesse, Claire de Saint Lager invite chaque femme à redécouvrir avec émerveillement sa fécondité et sa vocation propre à travers une connaissance vraie du corps, de ses émotions, ses talents, ses désirs, ses qualités et sa vie spirituelle. Assumer ce que l'on est avec émerveillement, avec ses richesses et ses imperfections, permet de recevoir, de se donner et de rayonner pour les autres.

[Pour en savoir plus...](#)

Le coin du cinéphile

War room (2015)



Le couple de Tony et Elizabeth bat de l'aile : incompréhension mutuelle, échanges vifs, idées d'infidélité pour Tony. Elizabeth rencontre Danielle qui se rend compte de son mal être et lui donne son témoignage : elle a installé chez elle une petite pièce où elle prie et qu'elle a nommé sa salle de guerre (*war room*). Elizabeth décide alors de prier pour son mari et de se battre pour son couple.

Bien que très américain et évangélique, ce film montre cependant la force de la prière dans notre vie de tous les jours et ce que cela peut changer dans une famille. En ces heures graves pour notre pays et nos familles, c'est un bon moyen de nous faire comprendre l'essentiel : Dieu et la prière.

Durée : 120 minutes

La Grande Illusion. (1937)

Un film de Jean Renoir avec Pierre Fresnay, Jean Gabin, Eric Von Stroheim, Marcel Dalio et Julien Carette.

1916 : Première Guerre Mondiale. Prisonniers en Allemagne, des officiers français cherchent à s'éva-



der. Ce souhait les rassemble, la guerre semble les avoir unis, avoir surmonté les clivages. Mais au-delà d'elle, au-delà des parties, les conceptions, les visions du monde et de la société s'entremêlent. Le conflit est-il vraiment celui des nations et des blocs ? L'enjeu est-il vraiment là ? En bref, la « Grande Guerre » ne serait-elle pas la « Grande Illusion » ?

La « grande illusion » reprend le thème classique en cinéma de l'affrontement entre deux mondes : celui qui semble devoir irrésistiblement s'imposer et remplacer un autre que nous sommes, nous, irrésistiblement conduits à admirer et à regretter.

La Beauté du Diable (1950)

Un film de René Clair avec Michel Simon, Gérard Philippe et Simone Valère.

Sur le point de mourir, le vieux professeur Faust (M. Simon) sent que sa vie consacrée à la science a été totalement vaine et qu'il est passé à côté de l'essentiel. Méphisto lui apparaît et lui propose de troquer sa jeunesse contre sa vieillesse, puis la richesse et la gloire contre son âme. Il accepte. Ils échangent leur apparence. Faust devenu Henri s'aperçoit qu'il a fait un marché de dupe et se révolte contre le destin qui l'attend.

Adaptation du célèbre mythe de Faust, ce film fan-

GÉRARD PHILIPPE • MICHEL SIMON

LA BEAUTÉ DU Diable

Un film de RENÉ CLAIR



tastique livre de façon subtile les tactiques du diable tout en présentant la Rédemption comme toujours possible et accessible. La

remarquable prestation de Michel Simon allie le drame à une certaine légèreté qui aère le film sans en altérer le message.

Le coin du littéraire

La France est toute belle

Extrait de la Douce France, de René Bazin



Il faut être fier d'appartenir à une nation de vieille civilisation et de vieux renom, qui a donné tant d'exemples de sainteté, de courage militaire, de travail, de génie dans les arts et dans les sciences, de charité dans la vie. Notre sol est couvert de monuments bâtis par nos artistes pour exalter cette noblesse de la race. On ne citerait guère une commune de France où quelque grand personnage n'ait vécu ou passé. Là même où l'histoire n'a retenu aucun nom, il faut que vous vous souveniez à sa place. Elle n'a pas tout dit. Dans le même paysage où vous vivez, enfants, presque toujours vos parents ont vécu, non seulement ceux que vous avez pu connaître, mais ceux qui respiraient, parlaient et songeaient, au dix-huitième siècle, au quinzième, au treizième, et plus loin encore dans les âges écoulés. Eux aussi, ils ont été associés à la grandeur française. Quelle part y prenaient-ils ? celle de la tâche quotidienne. Les hommes gagnaient le pain de la famille ; les femmes tenaient le ménage ; ils obéissaient à la loi de Dieu ; ils ne causaient ni trouble dans l'État, ni préjudice

à leurs voisins : et cela suffit pour faire une vie admirable, utile à l'entourage et à toute la nation. Ils ont contribué à l'ordre, à l'aide fraternelle, à l'excellence du métier, à la richesse commune. Ne doutez pas, s'ils ont eu l'occasion d'un dévouement difficile, dans un danger public, qu'ils ne l'aient acceptée et comme il le fallait. Mais leur soumission à la loi de leur état, le progrès de leur expérience, leur âme toute ennoblie de l'idée d'un ciel à gagner, la famille qu'ils élevèrent pour les continuer : voilà de quoi furent faits les services certains qu'ils rendirent au pays. Par eux, la France fut soutenue et accrue. Vous pouvez dire, quand on vous parle des chansons de l'ancienne France : « Nos grand-mères les ont chantées » ; quand on vous parle de ses batailles : « Nos grand-pères les ont combattues » ; quand on vous parle de ses douleurs : « Nos grands-parents en ont pleuré » ; quand on vous parle des vertus de la race : « Ils les avaient » ; quand on vous parle de la France généreuse, courtoise et fière, vous pouvez répondre : « Ils l'ont faite ! »

La terre où vous vivez, enfants, est pleine de ces souvenirs, qu'elle soit du nord ou du midi. Elle a d'autres beautés, comme je l'ai montré, mais celle-là les dépasse toutes.

Marie, Vous aurez un Enfant

Maurice Carême (1899-1978)

Ne pouvant venir Lui-même,
Dieu envoya Son ange
Vers Marie filant de la laine
Dans Sa demeure blanche.

Marie, Vous aurez un Enfant
Lui cria par la fenêtre,
L'ange, avant même d'apparaître
Comme un vrai soleil blanc,



Et Il sera le Fils de Dieu »,
Ajouta-t-il, pressé
D'annoncer la chose insensée
Venant tout droit des Cieux.

Et Marie ne sait que répondre
À l'ange qui attend.
Elle regarde sur le pavement
La Croix que dessinent, dans l'ombre,
Deux clous luisants. »

L'Annonciation

Joseph-Eugène Boquet

O divin Créateur, descendez, voici l'heure
De venir habiter votre sainte demeure,
De venir annoncer son destin glorieux
A la Reine à venir de la terre et des cieux.

Dans son humble demeure, elle est seule, elle prie,
La Vierge d'Israël,
Quand l'ange Gabriel
Entrant tout lumineux, lui dit : « Salut Marie,

Le Seigneur est en vous ;
Vos grâces sont la joie et le parfum des âmes,
Vous vous trouvez bénie entre toutes les femmes,
Vierge au cœur humble et doux ;

L'Esprit-Saint répandra sa semence féconde
En votre jeune fleur,
Et sans nulle douleur

Vous concevrez, mettrez un homme dans le
monde ;

Et l'adorable Enfant
Sorti de votre sein, ce fruit du doux Mystère,
Sera le Fils de Dieu, le Sauveur de la terre,
Jésus, Dieu triomphant ;

Et l'ange précurseur de sa terrestre voie,
Vierge de Nazareth,
Naîtra d'Élisabeth

Dont le sein maternel est déjà plein de joie. »

Ah ! Seigneur, le grand jour est enfin arrivé
Où tout le genre humain, grâce à vous, est sauvé,
Où vous allez choisir pour nouvelle patrie
Le sein immaculé de la Vierge Marie,

Où vous rouvrez pour nous le royaume des deux,
Où nous allons vraiment être comme des dieux,
Oui, comme de vrais dieux, car une bouche humaine
Dit au Seigneur d'entrer en roi dans son domaine,

Décide de la sorte un fait plus merveilleux
Que le fait créateur de la terre et des deux ;
Oui, comme de vrais dieux, car une fille d'Ève
Sent couler en son sein Une divine sève,

Car la Vierge va dire avec le Tout-Puissant :
Mon-Bien-Aimé, mon Fils, au Dieu, Fils de son sang.



Le coin du photographe

par Eléonore Bournoville

Tous droits réservés sur les photographies illustrant cet article.

Comment s'occuper pendant le confinement ?

Dans le précédent numéro, je vous ai donné quelques conseils pour vous occuper pendant le confinement tout d'abord en mettant de l'ordre dans vos photos et ensuite en apprenant à observer d'un nouvel œil votre intérieur afin d'en faire ressortir une nouvelle facette et surtout développer votre créativité.

Aujourd'hui, je voudrais m'adresser plus particulièrement aux débutants. Quelque soit votre niveau et votre connaissance de la photographie, si vous sentez que vous avez un intérêt pour ce domaine et que vous ne savez pas par où commencer, voilà quelques petits conseils pratiques.

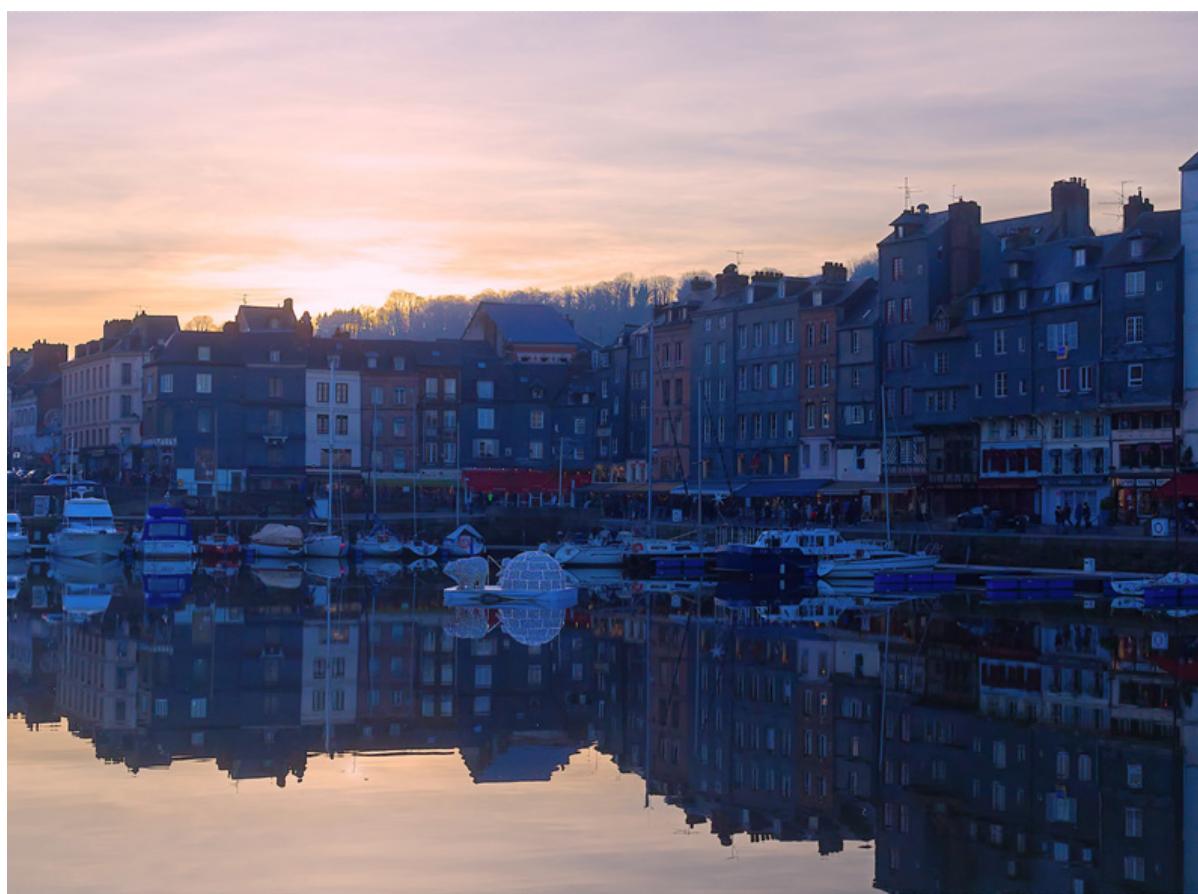
1. Définir un type de sujet qui vous touche particulièrement

Tout d'abord, vous devez définir ce que vous voulez prendre en photo. Selon votre sensibilité vous aimerez plus vous pencher sur la photographie de paysage, d'animaux, de portrait, de mode, ou encore beaucoup d'autres choses qui vous touchent personnellement. C'est votre créativité qui s'exprime à travers vos photos, et également votre sens de la beauté. C'est pourquoi, ce que vous prenez en photo doit vous plaire. Bien sûr, chacun à sa propre sensibilité et définition de la beauté, mais en prenant une photo de ce que vous

trouvez beau, vous donnez du sens à votre photo et vous serez ensuite capable d'en parler avec vos mots et vos émotions. En ce qui me concerne, je suis passionnée par l'humain, c'est donc tout naturellement que je me suis tournée vers la photographie de portrait. Les hommes et les femmes que je photographie me touchent particulièrement par leur unicité, leur beauté propre, leur originalité et parfois même leur personnalité qu'ils communiquent à travers les photographies. D'autre part, j'apprécie énormément prendre en photo mes voyages pour me permettre de me remémorer plus tard, l'atmosphère bien particulière de chaque endroit où je suis allée, je pense notamment, à l'Italie, au Portugal, à Cuba, la Croatie, et même partout en France...

2. Choisir son matériel

Une fois que vous savez ce que vous allez prendre en photo, vous pouvez commencer à vous procurer le matériel adéquat. Il existe de nombreuses vidéos et chaines Youtube pour vous aider à vous équiper. En effet, selon que vous souhaitez prendre des courses de Formule 1 ou des portraits, vos besoins seront différents. Cependant pour les débutants qui n'ont pas trop les moyens de s'of-



frir un bel appareil, vous pouvez toujours commencer avec votre smartphone qui j'en suis sûre prend de très belles photos (notamment les iPhones, Huawei P20 pro, P30 pro et Samsung). Sur certains appareils vous avez même un mode pro, qui vous permet de prendre vos photos en manuel, comme sur un reflex, en choisissant les ISO, la vitesse d'obturation et l'ouverture du diaphragme. En fait, le matériel n'est pas le plus important pour bien démarrer en photographie, même si cela devient beaucoup plus important une fois qu'on souhaite vraiment se lancer dans cette passion ! Pour commencer, le matériel le plus important, c'est votre œil !

3. Prendre des photos encore et encore

Lorsque vous vous lancez dans la photographie, à titre d'amateur j'entends, vous devez ouvrir l'œil (et même les deux !) pour voir ce que les autres ne voient pas forcément, ou alors pour montrer ce que les autres peuvent voir, mais selon votre sensibilité. On ne prend jamais trop de photos, surtout lorsque l'on fait ses classes, et que notre technique n'est pas encore à la hauteur de l'image que nous voulons rendre. Il faut parfois prendre plusieurs photos pour arriver à ce que nous voulons réellement. A force de prendre des photos (et de les regarder ensuite !), nous mémorisons nos erreurs et parvenons naturellement à des résultats meilleurs de jour en jour. D'autre part, ce que je vous recommande si vous voulez progresser encore plus rapidement, c'est de vous inspirer d'autres photographes dont le style vous plaît, de peintres, d'architecture, de la nature. Regardez les compositions, les lignes de force, les différentes lumières,



la perspective et essayez de les reproduire pour harmoniser et équilibrer vos clichés. De la même manière qu'un élève apprend aux côtés d'un maître, votre œil se forme par ce qu'il a vu jusqu'à présent. C'est pour cela que j'aime faire le parallèle avec la sensibilité du photographe et le fait que votre photo, c'est un peu comme votre reflet. Chaque photographe a donc son style propre, selon ses influences, sa sensibilité, sa psychologie.

4. Télécharger Lightroom pour apprendre à retoucher ses photos (la version gratuite suffit au début).

Lorsqu'on s'intéresse à la photographie, on apprend rapidement les principes de base, à savoir la sensibilité à la lumière (ISO), la vitesse d'obturation et l'ouverture du diaphragme de son appareil / objectif. Une fois ces notions maîtrisées, on passe en mode manuel sur son appareil reflex, et on fait ses photos avec ses propres réglages. Je vous recommande de prendre vos photos en RAW (c'est un fichier assez volumineux, mais qui contient beaucoup plus d'informations que les .jpeg). En effet, le format RAW est un fichier brut, c'est à dire qu'il a une grande capacité d'informations, et c'est lors du développement (la retouche) que vous allez pouvoir utiliser le potentiel



de votre photo. Lightroom est un outils de la suite Adobe, c'est la suite la plus utilisée par les photographes, et à ce jour, il n'y a pas mieux. C'est à la fois un outils super puissant en terme de productivité et assez facile à utiliser. Il y a des tutoriels de formation intégrés donc pour les débutants, c'est vraiment l'idéal. Je vous conseille de commencer avec la version gratuite sur mobile qui vous donnera un aperçu de ce que vous

pouvez réaliser dans Lightroom. Vous pourrez modifier la luminosité, et les contrastes de vos photos, utiliser des filtres déjà créés, ou créer vos propres paramètres prédéfinis pour pouvoir les appliquer sur toutes vos photos. Vous pourrez ensuite partager immédiatement vos photos à vos proches, ou sur les réseaux sociaux.

Le coin de l'archiviste

Les archives familiales

Il est bien dommage de ne plus voir sur les buffets ou commodes des maisons, les photographies des parents en jeunes mariés, les grands-parents dans la maison familiale, un oncle d'Amérique, une cousine le jour de son baptême, le grand-père en premier communiant avec le brassard blanc à la manche, le curé de la famille, ...

Ce sont des petits trésors issus de la sagesse populaire. Non seulement elle reconnaît le visage de ses proches mais elle pense à eux. Elle pense à ses défunt, au temps écoulé, aux générations qui se succèdent. Souvenons nous des jeux d'enfants, lorsque ceux-ci retrouvent dans le grenier de la maison familiale les enveloppes anciennes, les cartes postales, les échanges de mots affectueux, les nouvelles d'alors, les signatures inconnues, ... Ces petits trésors familiaux qui se transmettent, sont des supports qui nous aident à prier pour les vivants et les défunt. Ce sont de vrais petits trésors car ils manifestent un élément essentiel de la famille, un élément authentique de son caractère naturel, la filiation et la succession des générations.

Pourquoi négliger la sagesse populaire si accessible lorsque celle-ci pourrait rapprocher les familles du mystère de Dieu ? En cristallisant la filiation, ces trésors nous rapprochent d'un point essentiel de la Foi : le Fils de l'Homme, la filiation de Notre Seigneur avec Dieu le Père, notre propre filiation spirituelle depuis le baptême avec la Très Sainte Trinité. Notre religion catholique est la religion de l'Incarnation. Les

photographies, les courriers anciens, et autres papiers assimilables aux archives familiales ne manquent pas de noblesse et restent toujours accessibles à tout un chacun.



@bea.couturier

JEUX

Devinettes pour enfants

Quand sont apparues les lunettes ?

- 1) Au 13e siècle.
- 2) A la Révolution Française en 1789
- 3) Après la guerre de 1870.

Les lunettes sont apparues au 13e siècle, elles sont en bois et relativement lourdes. Les lunettes sont apparues au 13e siècle, avec des branches qui s'accrochent derrière les oreilles.

Les lunettes sont apparues au 13e siècle

Que signifie le mot « pyjama » ?

- 1) Vêtement de nuit
- 2) Vêtement de sommeil
- 3) Vêtement de jambes

Le mot « pyjama » signifie vêtement ou pyjama, dormiaient en chemise de nuit !

Le mot « pyjama » signifie vêtement de

Où est né Guignol en 1808 ?

- 1) A Toulouse
- 2) A Brest
- 3) A Lyon

Guignol est une marionnette créée à Lyon vers 1808 par Laurent Mourguet, marionnettiste en manipulant ses marionnettes. Le personnage de Guignol a donné naissance à plein de théâtres pour enfants.

En 1808, Guignol est né à Lyon

Jeux de société en famille

Cluedo



Qui a tué le Docteur Lenoir ? Des suspects, des armes, des pièces et mille possibilités d'énigmes pour des détectives en herbe. A partir de 8 ans.

[Pour en savoir plus...](#)

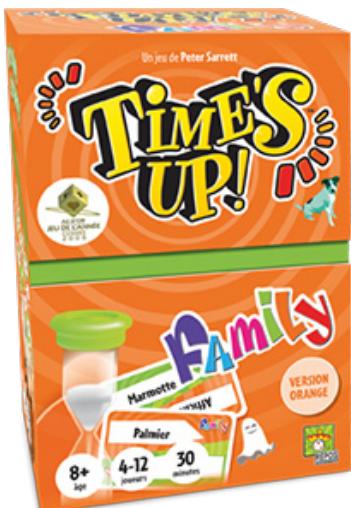
Esquissé



Un téléphone arabe, en dessinant. En fonction des talents de chacun, fous rires garantis !

[Pour en savoir plus...](#)



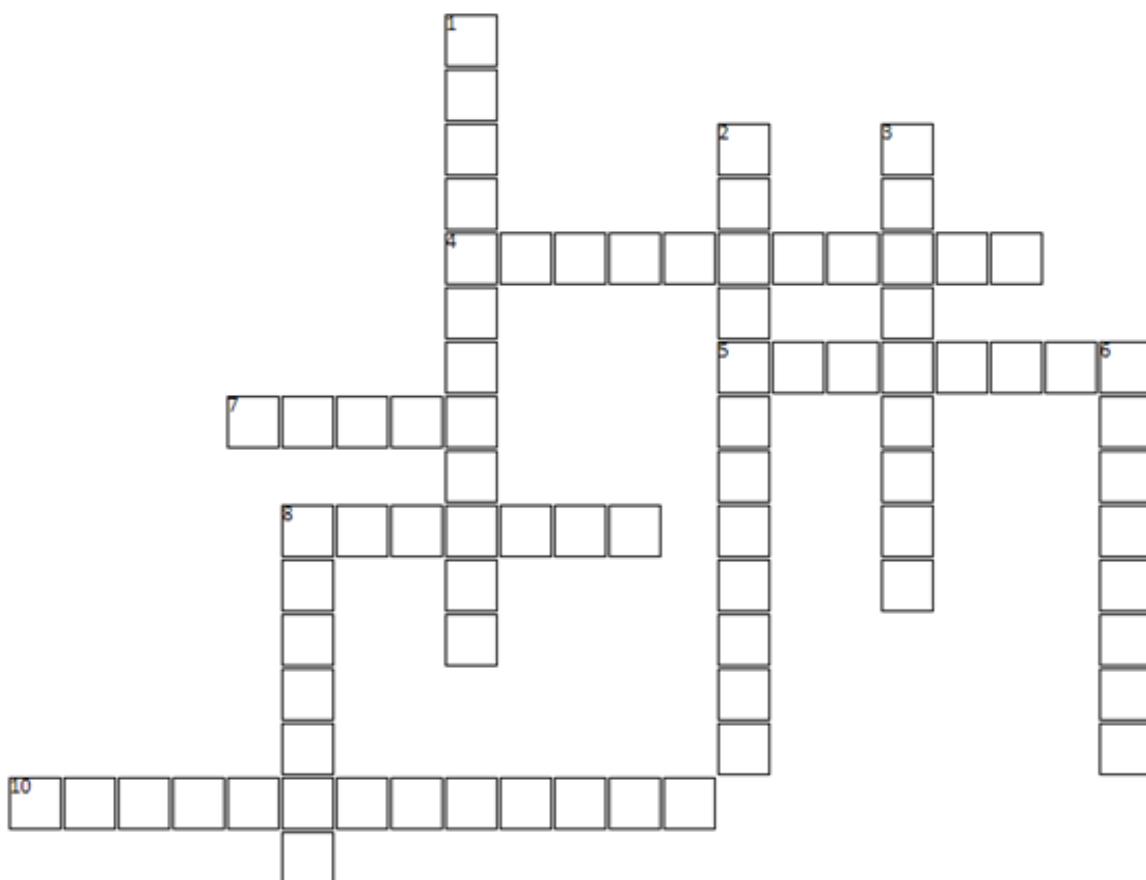


Time's up

Le but est de faire deviner 40 mots, personnages, etc à son équipe en trois manches : lors de la première avec au moyen de tous les mots qu'on veut utiliser, la deuxième avec un seul mot, la troisième en mimant.

[Pour en savoir plus...](#)

Mots croisés : l'Annonciation



Horizontal

4. Mystère de la foi
5. Ville où eut lieu l'annonciation
7. Fils de Dieu
8. Pays où eut lieu l'annonciation
10. Marie

Vertical

1. Paraclet
2. Fête du 25 mars
3. Cousine de Marie
6. Fruit du mystère
8. Archange



BELLES HISTOIRES

Marie et la venue de Jésus

La simple histoire de la Vierge Marie, *de Bastin R., O.M.I*

Après ses fiançailles, Marie quitta Jérusalem pour préparer à Nazareth la maison qu'elle occuperait avec Joseph, lorsqu'elle serait mariée.

Ne vous imaginez pas une belle maison ! En Orient, les demeures ne sont pas très jolies. Gros blocs carrés, percés de petites fenêtres afin que le soleil ne pénètre pas (le soleil est très chaud dans ce pays), elles ressemblent à un jeu de cubes qu'on aurait dispersés dans le jardin.

L'intérieur en est fort pauvre aussi. On y trouve juste le strict nécessaire pour faire la cuisine et pour le sommeil.

Comme Marie avait beaucoup de goût, elle avait disposé ses humbles objets avec tant d'art que sa maison était vraiment très avenante.

Un soir de mars, près du feu de bois allumé pour couper l'humidité, Marie, ayant fini son ménage, s'était assise pour lire la Bible. Les langues rouges et jaunes des flammes léchaient les bûches noires et grises, et Marie, le livre ouvert sur les genoux, songeait doucement à ce Messie promis à travers toute l'Histoire Sainte et attendu avec quelle impatience !

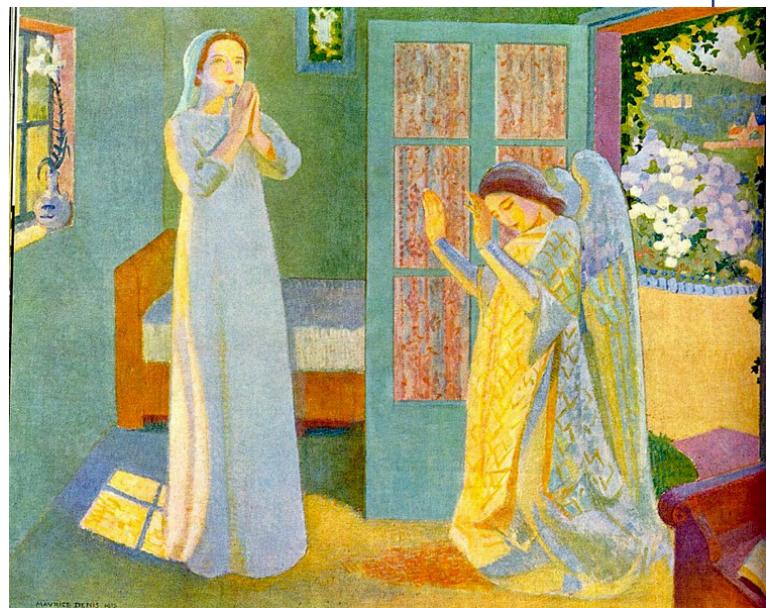
Il y a bien longtemps, le Bon Dieu avait annoncé qu'Il reviendrait sur la terre pour pardonner et réparer le péché d'Adam et d'Ève, lorsque les hommes seraient prêts à Le recevoir. Jusque-là, Il n'avait pas encore trouvé une âme assez pure pour devenir sa maman, assez fidèle pour n'aimer que Lui, assez forte pour accepter sa souffrance. Marie aurait tant aimé être choisie comme maman du Bon Dieu, mais elle se trouvait si humble, si petite, si pauvre qu'elle n'osait espérer un pareil honneur. Alors, elle pria de tout son cœur pour que les hommes, ces-

sant d'offenser le Bon Dieu, Lui permettent de réaliser son grand dessein.

Marie prie dans son cœur à Nazareth

Le feu de bois s'éteignait doucement. Les grandes flammes n'étaient plus dans l'âtre sombre qu'une poignée d'étoiles palpitantes. Et Marie se demandait ce qu'elle pourrait bien faire pour hâter la venue du Messie.

Soudain le feu siffla—on eût dit une corde de violoncelle qui, seule, eût chanté—and voici que les braises endormies, doucement, se réveillent. L'une après l'autre, les flammes se dressent de leur lit de pourpre, elles s'étirent, se courbent, se balancent ;



elles retombent mollement encore sur leur couche. La chanson se fait plus impérieuse ; alors, soudain dressées, elles montent à l'assaut de l'âtre en une flambée magnifique, chassant l'ombre dans les coins les plus reculés de la pièce et inondant de lumière et de chaleur Marie étonnée d'un tel réveil.

Une araignée, qui au bout de son fil faisait une petite sieste avant la chasse de la nuit, crut le matin déjà arrivé et remonta



bien vite se cacher au plafond, maudissant sa paresse et ce long somme qui la mettait à la diète. Le canari s'ébroua dans sa cage entr'ouverte et, comme un oiseau d'or, vint se poser sur la cheminée, près d'un gros bouquet d'ancolies dont les corolles, mordues par la lumière, posaient à chaque feuille une petite auréole tremblante.

Marie, de ses yeux limpides, regarda l'oiseau, les fleurs, la lumière et, tout à coup, eut l'impression qu'il y avait quelqu'un derrière elle.

Brusquement, elle se retourna sur son bas tabouret et découvrit un ange si beau, si majestueux qu'elle tomba à genoux, lâchant son livre pour mieux joindre les mains. À ses pieds, son ombre se recroquevillait, et, le plus doucement qu'il put, le canari regagna sa cage, sans faire le moindre bruit.

« Je vous salue, pleine de grâces », dit l'ange avec une telle gentillesse que Marie baissa la tête, toute gênée. Elle savait bien qu'elle aimait le Bon Dieu de tout son cœur, qu'elle ne l'avait jamais offensé, mais s'en-

tendre appeler « pleine de grâces » par un messager du ciel la remplissait de confusion.

Intimidée, elle pencha la tête un peu sur le côté pour mieux écouter l'ange :

« Le Seigneur est avec vous. Il vous aime spécialement : aussi m'a-t-il chargé de vous annoncer que bientôt vous serez la maman d'un petit garçon que vous appellerez Jésus. Il deviendra très puissant ; on le nommera le Fils de Dieu et, grâce à Lui, les hommes seront enfin sauvés, car son règne n'aura pas de fin.

« Voulez-vous bien devenir la maman de ce petit Jésus ? »

Marie était si heureuse, mais aussi tellement confuse qu'elle rougit encore plus et, d'une petite voix dans laquelle passait tout son cœur, elle murmura ce mot, doux comme un baiser : « oui ! »

Alors, le Saint-Esprit, se montrant sous la forme d'une colombe, vint poser sur Marie le double sceau de ses ailes blanches. tandis que dans son âme la grâce descendait.

Sainte Marie

www.maintenantunehistoire.fr

Une histoire vraie ? En voici une toute simple et jolie, qui nous fut contée par une des Sœurs Missionnaires-Catéchistes d'Alice Munet. Une de ces Sœurs blanches au calme et lumineux sourire, dont la vie est vouée au salut des Noirs.

O Vierge, comme vous êtes maternelle, pour vos enfants de la terre...

Le soir tombait. Un peu de vent se leva dans les palmes...

Le village, tout calme, se reposait au bord de l'oasis. Les troupeaux, lentement, s'en venaient boire à la source, plongeant leurs naseaux altérés dans l'eau vive. Les pâtres attendaient, les yeux fixés sur l'horizon, d'un rose-feu. L'heure était pleine de grâce.

Pleine de grâce... Sourire de la terre. Et sourire du ciel. Les Pères venaient d'arriver, en tournée de mission, dans ce village aux confins du désert, et non évangélisé encore. Quelques indigènes se groupaient autour

des robes blanches.

Les porteurs de la mission, accroupis autour d'un feu de lentisques, préparaient le repas du soir. Pour les Pères, ils songeaient à dispenser la Bonne Nouvelle, la parole de Dieu, le pain des âmes. Et déjà, pour que leur passage soit fécond, ils le confiaient à la Vierge, Mère de toute grâce. Le chapelet aux doigts, ils égrenaient des Ave, sous le ciel rose et pur.

Au bruit des Ave, une vieille Noire sortit d'une case voisine. Elle était vieille, oui, toute cassée, ses cheveux crépus blanchis par les ans... peut-être par la douleur. Elle s'approcha de ceux qui récitaient la prière mariale. Elle écouta le salut à la Vierge. Soudain, elle eut un cri léger, tendit la main vers le chapelet du plus âgé des Pères, le saisit d'un geste fervent.

Le Père laissait le chapelet dans la main noire, comme une bénédiction. La vieille femme tournait et retournait une médaille



d'argent, fixée près de la croix en bois d'olivier.

« La médaille de la Vierge. Elle est belle... » dit le Père.

Sans répondre, la vieille Noire chercha une médaille qui pendait à son cou, attachée par un cordon de raphia.

« Vois ! dit-elle gravement. Elle est pareille à celle que m'a donnée mon fils.

— Ton fils est baptisé ? »

Le bras tendu, elle désigna un tumulus, non loin de sa case.

« Depuis vingt ans, mon fils dort là, à l'ombre de ma demeure. Au temps de la Grande Guerre, il était parti en France, défendre le pays. »

Le pays ! Douceur d'entendre la France appelée ainsi, au sein de l'Afrique noire ! Une émotion coulait au cœur de ceux qui s'étaient exilés par amour.

« Il était parti... Il m'est revenu malade. Il m'est revenu pour mourir... Là-bas, on l'avait fait chrétien. Et chaque jour, il redisait : Sainte Marie... Il m'avait appris à le dire ».

L'émotion croissait, au cœur du Père.

« Tu es chrétienne ? »

Elle hocha sa tête crêpue.

« Pas encore. Mon fils était très malade... »

Des larmes embuaient les paupières flétries.

« Il en était à son agonie lorsqu'il me tendit cette médaille, et me souffla, tout épuisé, ces quelques mots : Maman, promets-moi de porter cela toujours sur toi et de dire tous les jours : Sainte Marie, Mère de Dieu, priez pour nous..., car je veux qu'à ta mort tu viennes me rejoindre près de la Sainte Vierge Marie.

— Et alors ?

— Mais, répliquai-je, qui est-ce cette Sainte Vierge Marie ? Il me répondit : Je n'ai plus la force de te l'expliquer et il me regarda..., d'un regard que je n'oublierai jamais... Puis il expira. Et ainsi, depuis vingt ans, je porte cette médaille sur moi ; elle

m'est chose sainte, et tous les jours je répète souvent : Sainte Marie, Mère de Dieu, priez pour nous... »

Chère âme de bonne volonté ! Miracle de la Vierge maternelle, qui avait ménagé la providentielle rencontre ! Tard dans la nuit, à la lueur rougeoyante des braises, et sous le feu d'argent des étoiles, le Père instruisit la vieille Noire qui désirait Dieu depuis si longtemps, et qui Le possédait déjà par le désir...

A l'aube, l'autel dressé dans une case, la vieille femme assistait à sa première messe, et répondait pour la première fois aux trois Ave qui la terminent, précédant le Salve Regina.

Encore un jour, plein de lumière divine, et de la grâce des « Sainte Marie »... Pour celle-là, il fallait se hâter. Serait-elle encore en vie, lors d'un prochain passage ? Mais les Ave Maria avaient ouvert son esprit à la vérité, et son cœur à l'amour. Et le soir, ce fut le baptême.

Quel nom imposer à cette nouvelle enfant de Dieu, sinon celui de la Vierge qui l'avait conduite à la lumière, celui de Marie ?

Radieuse, la baptisée s'en fut conter son bonheur à son fils.

« Cette fois, je suis bien sûre de te retrouver... »

Le lendemain matin, comme le Père s'éveillait, son catéchiste vint le rejoindre, très ému.

« Mon Père, la bonne vieille Marie est étendue morte, là-bas, sur la tombe de son fils »

Claude Solhac.



Le Moulin de Magdalena

par Priscille du Bois-Baudry ; illustration de Ségolène de Caslou

Nous avons tout prévu. Une lettre placardée à la mairie de Ceyreste avise la population de notre périple, bénit nos familles, et nous excuse auprès de l'instituteur : nous ne pensons pas être rentrés de sitôt.

La première heure de marche vers la mer est un véritable enchantement, baigné de lune.

Nous parlons d'étoiles et en inventons les noms.

Mais soudain, un terrible animal aux yeux de velours, un loup sûrement, nous oblige à courir à corps perdu vers une de ces grottes dont la falaise et Giorgio ont le secret.

Et quand, sûrs de pouvoir repartir sans danger aucun, le premier pied que nous possons hors de l'abri reçoit la caresse d'une délicate ondée, nous prenons la décision de tenir un conseil.

En tant qu'instigateur de cette expédition, je décide, chaudement approuvé par Inès et Giorgio, de repousser ce voyage à plus tard. Ainsi pourrions-nous prendre en compte certains détails, qui nous avaient jusque-là fortuitement échappés ...

Récupérer la lettre est chose facile. Personne ne doit savoir, sous peine d'un déshonneur complet de la confrérie.

Ainsi va l'existence, peuplée d'histoires fabuleuses et ornée de la simplicité provençale qui comble les cœurs.

Magdalena, pleine de vie, habitée de la douce gravité propre aux veuves, travaille avec courage au moulin, heureuse entre ses deux hommes et sa poulette Gisèle.

Mon cher Grégori, quant à lui est le héros caché de mon enfance. Poissons et oiseaux sont ses plus sûrs amis. Sous le sceau du secret, il m'apprend à fraterniser avec les cigales, construire un radeau, étudier la voie lactée.

Lui seul est capable de frotter deux cailloux, et qu'en sorte une flamme, vive et légère.

Et quand d'atroces hommes en noir

poussant une terrible charrette me l'emmenèrent je ne sais où, je crus ma dernière course achevée.

Magdalena tient de son père la profondeur d'un regard pur ouvert sur une âme tendre.

Les longs soirs d'hiver, quand autour du moulin la neige recouvre le jardin d'un scintillant tapis de ouate, ma mère tout en triant le grain, rend vivante l'image de son mari.

Dansent alors les scènes dans ma tête. Les rires de Magdalena, les promenades dans la garrigue sauvage, la farine blanche.

Elle fait si bien chanter la langue ! Dans la cheminée, les flammes en sarabande l'accompagnent.

Et moi fièrement, j'expose à mes chères bonnes gens les mille et un projets que j'ai pour le moulin, et surtout ce cirque sur la grande pelouse : une idée chevillée au cœur, car dis-je, les chevaux pourront brouter l'herbe et Grégori se reposera ...

Une fois encore, la langue si riche de Molière m'apparaît toute misérable pour traduire la merveille de la Noël.

Car pour certains, ces quatre lettres évoquent de mélancoliques souvenirs parfois teintés d'une amertume un tant révoltée.

Pour d'autres, la joie parfois naïve des présents offerts ou reçus et les jolies traditions provoquent une gaieté légèrement béate.

Pour beaucoup, elles réveillent au fond du cœur une indéfinissable bonté.

Mais pour moi, c'est une extraordinaire explosion de saveurs de l'âme, où émotions, sensations et raisons sont intimement unifiées.

La semaine avant ces temps bénis, Magdalena, Grégori, la poule et moi préparons avec fièvre le festin à venir pour accueillir l'Enfant-Dieu.

Car le moulin, le 24 décembre - alors que mistral et tramontane s'unissent contre les oliviers - le moulin reçoit tout le village.



Et tous participent aux préparatifs.

La vieille Mireille nous offre ses bouges en cire parfumée aux formes enchanteresses.

Grégori récolte le miel, tandis qu'Inès et son père confectionnent liqueur de lavande et vin cuit.

Et maman, efficacement aidée par son petit garçon, prépare les treize desserts.

Peu à peu, naît la féerie.

Emmitouflées dans les pelisses, toutes les bonnes volontés sont accueillies par la petite chapelle en pierre blanche.

Le père Romero apaise ses ouailles par la lecture véhément de la nativité ; on dépose son fardeau devant la crèche de santons recouverts de farine, figure de la neige qui tombe au dehors.

Puis, les massives portes du moulin s'ouvrent sur mille délices ...

Sur le buffet mon compère, trônent les amandes croustillantes, le nougat noir et blanc, l'onctueuse pâte de fruit et les calissons, dattes, figues, fougasses et raisins secs, le gibassié, les pommes écarlates, les poires et le melon vert.

Grégori et Mireille devisent sagement, les rides éclairées par les chandelles de cire.

Je contemple depuis la lucarne les flocons qui tapissent l'allée.

J'observe chaque détail, me remplit de chaque minute ; c'est une provision pour ma vie. Tout m'enchante.

Le petit piano de mon père se réveille sous les doigts agiles de la belle Inès ; je voudrais capturer les regards et les odeurs. J'en dessinerais un tableau avec toutes les dimensions.

Mais Giorgio et les enfants me tirent d'une rêverie éternelle pour une joyeuse ronde.

Les saisons défilent et je sens mon existence se construire peu à peu avec elles.

De plus en plus régulièrement, Vincent et ses robustes épaules viennent aider à moudre le grain, après les belles récoltes d'un été fructueux.

Ce n'est pas pour me déplaire, car ses larges poches renferment souvent sucres

d'orge et confiseries à la violette dont je suis très volontiers disposé à le délester.

Et puis c'est le père d'Inès, cette chère amie de mes vacances.

Et quand Grégori, avec toute la bienveil-



lance de son cœur de grand-père m'emmène devant la mer près de ma grotte préférée, pour m'annoncer le mariage de Vincent et Magdalena, une joie simple mais mélangée m'envahit. Je n'ai pas connu mon père, et le cortège de douleurs qui peut accompagner un remariage m'est étranger.

Et puis il semble beaucoup faire sourire maman. Il m'en est sympathique.

Mais c'est à voir. Il faudra qu'il soit en mesure d'approcher -ne serait-ce que de loin- un monde enfoui dont je suis le fervent défenseur.

Les lavandiers fleurissent ; dans l'air flotte un subtil parfum orangé, et sous l'olivier, une radieuse femme en blanc entame une ronde, suivie de multiples jupes colorées. Les hommes les rejoignent, et les rayons d'un soleil neuf inondent la scène.

C'est ma mère. Heureuse épousée de Vincent, que je ne peux me résoudre à appeler papa. Pour le moment, c'est Vincent,



et cela nous va.

La profonde joie de maman devient mienne et mes treize ans choisissent d'ignorer l'ombre qui obscurcit par moments furtifs ses yeux violets, et de taire pour l'instant la crainte.

Grégori qui, sans parole aucune, sent la puissance de mes états d'âme, pose sa main sur mon épaule, et me sourit du fond de sa personne.

C'est ainsi.

Vincent et sa fille vont venir s'installer au moulin, plus vaste que leur demeure. Ils emmènent avec eux Mireille l'aïeule, et l'ordre de mon univers bien-aimé en est bouleversé.

Peu à peu pourtant, l'espace de la maison se réorganise, et chacun contribue à la création d'un nouveau paysage familial.

Seules perdurent quelques joutes verbales entre Mireille et sa belle-fille, tout à fait innocentes à mon goût d'adolescent.

Passent les années sur les amandiers ; je sens monter en moi le désir grandissant de m'enfuir sur une île déserte à mesure que l'esprit des grandes personnes investit ma terre.

Je ne parviens pas à saisir le désintérêt progressif des adultes pour un royaume où les abeilles règnent en maître.

L'unique échappatoire que j'ai trouvée à cette fatale langueur, à laquelle je ne serai sûrement jamais confronté est le grenier du vieux moulin.

Mon grenier. Que je partage gracieusement avec Inès, et Giorgio.

Ces chers amis sont les seuls à qui je dévoile les recoins secrets d'un endroit rempli de trésors. Les générations qui se sont succédées ont entassé là un bric-à-brac aussi hétéroclite qu'amusant : quilles et coffres, fripes, longue-vue, grimoires et poussière.

Je suis le souverain ravi d'un univers enchanteur.

Et dès que la vie se fait ressentir trop violemment dans mon être, je cours chercher refuge dans cet antre sacré peuplé de complices et de songes.

Comme des perles, les années s'enfilent une à une, toujours plus vite.

Maman et Vincent aimeraient que j'ouvre davantage livres et cahiers, tandis que grandit en moi l'appel de l'infini.

L'aube exaltante de mes quinze ans se lève, entraînant celle moins excitante de mon certificat d'étude. Je ne suis pas en avance. Au grand dam de l'instituteur, qui discerne en moi -dit-il -un savant en puissance.

Je me demande à quoi il pense. A quoi me sert de savoir, si je ne peux sentir l'âme ? L'histoire de France aurait certes quelque attrait pour moi. Mais si je me passionne pour l'anatomie des insectes dans le soleil, leurs composés organiques ne m'intéressent que très médiocrement.

Je n'aime pas disséquer. Ni les bêtes, ni les êtres, ni les faits. Après, ils ne sont plus qu'un amas de composés. Rien d'autre. Ils ne sont plus.

Mon grand-père m'assure qu'il est utile d'étudier pour expliquer nos découvertes dans la nature. Je le conçois volontiers malgré ma répugnance, et pour lui faire plaisir et rassurer Magdalena, je m'attelle à cette terrible épreuve.

Par chance, je l'obtiens, sans trop comprendre comment ...

(à suivre...)

