



# Quatrième jour de l'Outaouais



**Édition spéciale – Covid-19 –  
mai 2020**

## Table des matières

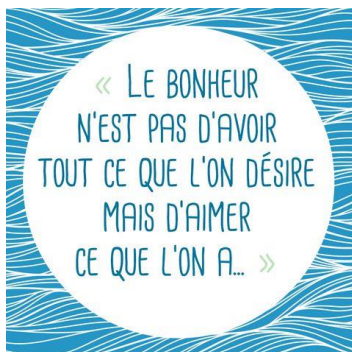
Éditorial	3
Et tout s'est arrêté	4
Car il passe le monde tel que nous le connaissons	6
Équilibre... enfin?	7
Mes nouveaux ultreyas	7
La Covid-19 et le confinement	8
Comment je vis le confinement : simple et parfois ennuyant...	9
L'humanité ébranlée et la société effondrée par un petit machin	10
À vous tous de l'Outaouais	12
Le professeur du ciel	12
Face à la situation actuelle	13
Prière d'acceptation	15
Lumière, où es-tu?	17
Une invitation	18
Prochaine date de tombée	19
Ma réflexion de confiné	20
L'invasion, une invitation	21
Déstabilisant, mais riche à la fois	22
Ce besoin d'aider, malgré tout	23
Mon vaccin contre la déprime	25
De quoi sera fait demain?	27
Ma nouvelle réalité	28
Confinement – printemps 2020	29
Ma réalité à moi	30



**Mon Dieu, envoyez-moi un miracle  
si vous en avez un de trop!**

## Éditorial

Le 12 mars, comme vous tous, ma vie a basculé. Fini la vie d'autrefois. Fini les accolades, les bisous aux petits-enfants, la visite pour souper, les courses à faire à l'épicerie. Oui, tout ça s'est envolé en de lointains souvenirs. Il a fallu apprendre à se réadapter, à vivre autrement.



J'ai réalisé que c'était facile d'être bonne et gentille envers les gens que je côtoie, que je rencontre à l'occasion. Mais vivre avec son conjoint 24 heures sur 24 peut faire en sorte que je remarque des petits détails qui me tapent sur les nerfs à la longue. Je suis certaine que plusieurs se reconnaissent en moi. Une blague que j'ai lue disait : « D'après moi, ma femme a attrapé la Covid-19 : elle ne peut plus me sentir! »

Jésus a dit : « Tu aimeras ton prochain comme toi-même. » Mon prochain est devenu mon conjoint. Je dois l'aimer inconditionnellement, en toute occasion. Donc, puisque Jésus est dans l'autre, Jésus est dans mon conjoint. Parfois, je me permettait de dire à Jésus : « Tu me tapes sur les nerfs en ce moment Jésus! » Mais à force de prier, à force de communiquer, en y mettant de l'amour, tout devient plus facile et la vie en est facilitée. J'apprivoise ma nouvelle réalité.

Au cours des dernières semaines, j'ai fait du ménage comme beaucoup d'entre vous. Je téléphone à des proches et des ami.e.s pour prendre de leurs nouvelles. Je passe beaucoup de temps à l'ordinateur. J'ai décidé d'envoyer, trois fois par semaine, des prières aux membres de ma cellule et aussi des petits jeux (devinettes, sudoku, anagrammes, mots croisés, etc.) pour leur permettre de se changer les idées et de faire travailler leurs neurones (si vous voulez vous abonner, laissez-le moi savoir).

Ne pouvant partager le repas de Pâques et de la fête des Mères avec nos six enfants, leurs conjoint.e.s et nos bientôt huit petits-enfants, je leur ai préparé le repas familial et un dessert pour que nous puissions tous manger la même chose et qu'ils puissent célébrer ces anniversaires en union avec nous. J'ai fabriqué des masques réutilisables à partir de taies d'oreillers pas trop usagées et j'ai remis trois masques à chacune des mamans de la famille.

J'ai deux oncles qui, en moins de deux semaines, sont décédés après avoir contracté la Covid-19. Ne pas pouvoir être présentes ni assister à l'incinération de leur corps a été très difficile et douloureux pour mes tantes âgées.

« Quand je me regarde, je me désole. Quand je me compare, je me console. » Malgré tout ce que j'ai à vivre, je remercie le Ciel d'être en bonne santé, d'avoir un conjoint aimant à mes côtés, d'être en bonne santé. En pesant le pour et le contre, je réalise que oui! La vie est belle! Gloire à Dieu!

**Cécile Tardif**  
**Rédactrice en chef**

## ❧ Et tout s'est arrêté... ❧



Ce monde lancé comme un bolide dans sa course folle, ce monde dont nous savions tous qu'il courait à sa perte mais dont personne ne trouvait le bouton « arrêt d'urgence », cette gigantesque machine a soudainement été stoppée net. A cause d'une toute petite bête, un tout petit parasite invisible à l'œil nu, un petit virus de rien du tout... Quelle ironie ! Et nous voilà contraints à ne plus bouger et à ne plus rien faire. Mais que va-t-il se passer après ? Lorsque le monde va reprendre sa marche ; après, lorsque la vilaine petite bête aura été vaincue ?

A quoi ressemblera notre vie après ?

### **Après ?**

Nous souvenant de ce que nous aurons vécu dans ce long confinement, nous déciderons d'un jour dans la semaine où nous cesserons de travailler car nous aurons redécouvert comme il est bon de s'arrêter ; un long jour pour goûter le temps qui passe et les autres qui nous entourent. Et nous appellerons cela **le dimanche**.

### **Après ?**

Ceux qui habiteront sous le même toit, passeront au moins trois soirées par semaine ensemble, à jouer, à parler, à prendre soin les uns des autres et aussi à téléphoner à papy qui vit seul de l'autre côté de la ville ou aux cousins qui sont loin. Et nous appellerons cela **la famille**.

### **Après ?**

Nous écrirons dans la Constitution qu'on ne peut pas tout acheter, qu'il faut faire la différence entre besoin et caprice, entre désir et convoitise ; qu'un arbre a besoin de temps pour pousser et que le temps qu'il prend son temps est une bonne chose. Que l'homme n'a jamais été et ne sera jamais tout-puissant et que cette limite, cette fragilité inscrite au fond de son être est une bénédiction puisqu'elle est la condition de possibilité de tout amour. Et nous appellerons cela **la sagesse**.

### **Après ?**

Nous applaudirons chaque jour, pas seulement le personnel médical à 20h mais aussi les éboueurs à 6h, les postiers à 7h, les boulangers à 8h, les chauffeurs de bus à 9h, les élus à 10h et ainsi de suite. Oui, j'ai bien écrit les élus, car dans cette longue traversée du désert, nous aurons redécouvert le sens du service de l'État, du dévouement et du Bien Commun. Nous applaudirons toutes celles et ceux qui, d'une manière ou d'une autre, sont au service de leur prochain. Et nous appellerons cela **la gratitude**.

### **Après ?**

Nous déciderons de ne plus nous énerver dans la file d'attente devant les magasins et de profiter de ce temps pour parler aux personnes qui comme nous, attendent leur tour.

Parce que nous aurons redécouvert que le temps ne nous appartient pas ; que Celui qui nous l'a donné ne nous a rien fait payer et que décidément, non, le temps ce n'est pas de l'argent ! Le temps c'est un don à recevoir et chaque minute un cadeau à goûter. Et nous appellerons cela **la patience**.

### ***Après ?***

Nous pourrons décider de transformer tous les groupes WhatsApp créés entre voisins pendant cette longue épreuve, en groupes réels, de dîners partagés, de nouvelles échangées, d'entraide pour aller faire les courses où amener les enfants à l'école. Et nous appellerons cela **la fraternité**.

### ***Après ?***

Nous rirons en pensant à avant, lorsque nous étions tombés dans l'esclavage d'une machine financière que nous avons nous-mêmes créée, cette poigne despotique broyant des vies humaines et saccageant la planète. Après, nous remettrons l'homme au centre de tout parce qu'aucune vie ne mérite d'être sacrifiée au nom d'un système, quel qu'il soit. Et nous appellerons cela **la justice**.

### ***Après ?***

Nous nous souviendrons que ce virus s'est transmis entre nous sans faire de distinction de couleur de peau, de culture, de niveau de revenu ou de religion. Simplement parce que nous appartenons tous à l'espèce humaine. Simplement parce que nous sommes humains. Et de cela nous aurons appris que si nous pouvons nous transmettre le pire, nous pouvons aussi nous transmettre le meilleur. Simplement parce que nous sommes humains. Et nous appellerons cela **l'humanité**.

### ***Après ?***

Dans nos maisons, dans nos familles, il y aura de nombreuses chaises vides et nous pleurerons celles et ceux qui ne verront jamais cet après. Mais ce que nous aurons vécu aura été si douloureux et si intense à la fois que nous aurons découvert ce lien entre nous, cette communion plus forte que la distance géographique. Et nous saurons que ce lien qui se joue de l'espace, se joue aussi du temps ; que ce lien passe la mort. Et ce lien entre nous qui unit ce côté-ci et l'autre de la rue, ce côté-ci et l'autre de la mort, ce côté-ci et l'autre de la vie, nous l'appellerons **Dieu**.

### ***Après ?***

Après ce sera différent d'avant mais pour vivre cet après, il nous faut traverser le présent. Il nous faut consentir à cette autre mort qui se joue en nous, cette mort bien plus éprouvante que la mort physique. Car il n'y a pas de résurrection sans passion, pas de vie sans passer par la mort, pas de vraie paix sans avoir vaincu sa propre haine, ni de joie sans avoir traversé la tristesse. Et pour dire cela, pour dire cette lente transformation de nous qui s'accomplit au cœur de l'épreuve, cette longue gestation de nous-mêmes, pour dire cela, ***il n'existe pas de mot***.

Écrit par Pierre Alain LEJEUNE sur son blog  
Prêtre à Bordeaux  
22 mars 2020

**Soumis par Yves Carrière  
Notre-Dame de Lorette**

## **Car il passe ce monde tel que nous le voyons \*** **(1 Co. 7,31)**

**\* Communiqué dans le site de l'Assemblée des évêques catholiques du Québec  
17-04-2020**

C'était bien parti. Le printemps s'annonçait dans quelques jours. Je venais de terminer la retraite annuelle à Jean XXIII donnée par l'abbé Rodhain Kasuba sur l'histoire de notre Église. Inspirante. Le lendemain 12 mars, c'est l'annonce du gouvernement concernant l'interdiction des rassemblements, et le communiqué des évêques qui suit et qui arrête les activités de groupes dans les églises. On nous met sur pause. Et plus ça va, et plus les consignes de confinement se resserrent.

Étant à la retraite, je n'ai pas le souci du travail. On ne garde pas les petits-enfants. Pour les cursillos, il faut bien sûr suivre les directives de la Santé publique. On doit reporter les rencontres prévues : des heures de prières, deux cursillos, l'AGA. Les ultreyas sont annulées. Il faut aussi avertir Noëlla. Une nouvelle expression entre dans mon vocabulaire : distanciation sociale.

Ces rencontres commencent à me manquer. L'ADN des cursillistes c'est de s'accueillir, se rencontrer, se serrer la main, se donner des accolades et des bisous. Rien de cela maintenant. C'est le sevrage abrupt! Mais bon, il y a des solutions.

Les évêques me parlent de la vie chrétienne dans les foyers. J'en deviens un témoin. C'est alors que je deviens spectateur et acteur dans une abondance de réconfort spirituel à la maison qui me vient de l'internet et du bon vieux téléphone. L'information arrive de partout : courriels, FaceBook, Messenger, messes en direct, capsules quotidiennes de prêtres engagés etc. On s'appelle et on se donne des nouvelles. Je découvre ZOOM et me voilà reparti : Rencontres des CA, ultreyas, réunions de famille etc. Le contact est revenu, mais différent. Je revois des visages connus et la joie revient.

Les jours commencent à se ressembler. Je comprends qu'il faut dé-confiner lentement. On va y arriver.

Est-ce que j'aurai appris des leçons de tout cela? Les plus démunis, les plus malades dans la société... Il y aura tellement à faire pour rendre mon milieu plus juste, plus égalitaire et plus accueillant.

Car il passe ce monde tel que je le vois...

On va se retrouver à l'automne! D'ici là, on continue à planifier : AGA/ultreya de secteur, cursillos des hommes et femmes, mini-cursillo. Je garde espérance. Il (Jésus) compte toujours sur moi.

De colores et ultreya!

**Gilles Vernier**  
**Cellule Jean XXIII**

## Équilibre... Enfin?

Dans la période pandémique actuelle, j'ai été interpellé par cette recherche précieuse de l'équilibre. Il va de soi que ce temps de chamboulements de toutes sortes a exigé des adaptations pour stabiliser le rythme personnel et répondre nécessairement aux contre-temps nombreux.



Quand est-ce que le tout va se stabiliser? La grande question qui surgissait après chaque vague d'efforts déployés pour s'ajuster. L'équilibre, ça siphonne de l'énergie.

Après réflexion, l'adaptation, l'ajustement, l'aiguillage, le changement portent tous le nom de l'équilibre. C'est parce que l'on veut vivre qu'on cherche l'équilibre. La journée où cette quête prend fin, on s'engage sur un chemin de mort parce que la vie est trop exigeante.

Vivre c'est s'équilibrer continuellement. Ce n'est pas reposant d'y travailler. L'équilibre permanent bien bétonné qui n'oblige plus d'efforts, c'est l'inertie totale : le déséquilibre. Lorsqu'on arrive au point où on ne voit plus rien à ajuster, on est juste très proche de l'abandon.

Le funambule avance parce qu'il s'équilibre à chaque pas pour atteindre son but. Le cycliste sait très bien que pédaler le garde en équilibre. La passivité n'est pas un gage d'avancement.

Chercher l'équilibre c'est continuer de vivre. Le contraire mène à la mort. Choisis : la vie ou la mort.

**Gaëtan Lacelle**  
**Cellule l'Espérance – Hawkesbury**



### Mes nouveaux ultreyas



Au début de la crise, je m'ennuie de mes frères et sœurs en Jésus. J'ai confiance en l'Esprit-Saint. J'ai aussi confiance en Danielle et David, les responsables de notre communauté. Ils ne nous laisseront pas tomber. L'Esprit-Saint brillera dans nos vies et nos responsables trouveront bien un moyen de nous réunir. Et voilà! Un Ultreya virtuel via Zoom... Faut le faire!

Je me suis dit : « Ça ne durera jamais. » Une équipe formidable se forme et s'organise. David et Danielle ont tout mis en place. Je n'y crois pas... puis j'y crois... puis je n'y crois pas... puis j'y crois... Zoom! Vive la technologie! Je vois mes frères et sœurs apparaître, là devant mes yeux. Tout le monde bouge et parle, émerveillés. Puis, c'est le silence : Jésus est là, bien présent parmi nous. Nous l'accueillons sagement, guidés par David. Discrètement, je jette un regard sur mes frères et sœurs : l'Amour nous habite, nous calme, nous unit.

Le silence est intime, profond. David observe; il veille sur le cœur de chacune de ses brebis! Finalement, je me sens intense, intériorisée, intimement acceptée. Aimée par mes frères et sœurs et, par-dessus tout, par Jésus.

Je prie que ces ultreyas durent longtemps, jusqu'à l'été et encore plus tard s'il le faut. Chaque mardi, je me sens réchauffée, bercée. Je me sens douce et nourrie, prête pour tous les ultreyas que j'aurai le bonheur de vivre. Vivre ce genre d'ultreya ou ceux que l'on vivra régulièrement.

De Colorès,



**Monique Chénier**  
**Cellule L'étoile – Aylmer**

## **LA COVID-19 ET LE CONFINEMENT**

Comment je vis le confinement?

Il est facile de regarder tout ce qui est négatif, de chiâler après le gouvernement. Aujourd'hui, je prends le temps de mettre mes lunettes de couleur pour pouvoir voir les petits miracles qui se produisent jusqu'à maintenant dans le confinement.



Le premier petit miracle c'est la technologie, c'est le temps pris pour s'initier aux repas virtuels en famille. Que de beaux repas pris chacun de notre côté mais ensemble à bavarder comme si on était dans la même pièce. Que de beaux moments à voir mes enfants vivre des relations familiales épanouies par leur envoi de vidéos, de photos sur « Messenger ». Lorsque je vois ma petite Anaëlle qui chante et danse par vidéo, comme elle a l'air heureuse avec ses parents qui ont du temps de qualité à lui donner comme cadeau de vie! Quel cadeau de pouvoir être témoin de toutes ces attentions que Kim, François donnent à leur fille chérie. Aussi, lorsque je vois mon petit Henri, qui est né durant le confinement, apparaître avec une nouvelle photo chaque jour sur « Messenger », de son papa qui a un visage rayonnant, d'une maman avec les yeux remplis d'amour. Quand je vois ma fille œuvrer à livrer de l'épicerie pour les gens confinés. Oui! J'ai tellement hâte de les prendre dans mes bras, de les caresser, de leur donner plein d'amour, mais en les voyant vivre de loin et en voyant leur bonheur, ça me remplit le cœur de joie et d'admiration.

Oui, c'est un temps difficile que l'on vit, mais si je regarde le bien qui se passe dans mon entourage, ça m'aide à continuer d'espérer que ça va bien aller et que nous en ressortirons avec des richesses de cœur (amour, tendresse, respect, joie d'être ensemble, entraide) à transmettre à nos petits-enfants.

Alléluia! Le Christ nous accompagne sur cette route et saura nous mener à bon port.



**Mireille Cadieux,**  
**Animatrice spirituelle**





## **Comment je vis le confinement : simple et parfois ennuyant...**



Nous sommes revenus de la Floride un peu à l'avance, la quarantaine était l'obligatoire. En premier lieu cela m'a plu : j'avais tellement à faire, tout était bordélique dans le garage, ayant apporté des choses personnelles de l'entreprise vendue. C'est aussi le printemps, et qui dit printemps dit ménage.... Donc, Jacques et moi, ensemble, avons eu le temps de nous placer et de laisser aller beaucoup de vieilleries. La poubelle et le bac de recyclage en furent remplis.

Après quatorze jours, un peu de marche à l'extérieur nous a donné de l'énergie et nous avons fait de l'exercice en s'occupant de l'extérieur (balayage et raclage).

J'ai appris que nous pouvons nous rencontrer virtuellement. Donc, nous nous sentons moins seuls, grâce à la technologie. Et aussi en me branchant le matin à « La Victoire de l'Amour », quelle belle façon de commencer la journée. Du temps pour méditer, prier et relaxer.

Je me rends compte qu'il me faut une structure pour mieux fonctionner. Le confinement a ses bons côtés, c'est l'école de la vie. Et je rends grâce au Seigneur, car nous pouvons recevoir plein d'enseignements religieux à travers les sites internet.

Depuis peu, je vais deux jours semaine aider mes parents vivant seuls dans leur maison.

Il m'arrive quand même vivre de l'ennui; je manque les contacts physiques, le camping sera retardé et différent, mais je me dis : « Ça va bien aller, c'est pour un temps. »

Je me sens privilégiée : je ne suis pas seule. Mes frères et sœurs ainsi que nos enfants sont au bout de la ligne téléphonique ou Messenger.

De Colores,

**Mireille Farley**  
**Cellule Notre-Dame-de-Lorette**



# L'HUMANITÉ ÉBRANLÉE ET LA SOCIÉTÉ EFFONDREE PAR UN PETIT MACHIN



Un petit machin microscopique appelé coronavirus bouleverse la planète. Quelque chose d'invisible est venu faire sa loi. Il remet tout en question et chamboule l'ordre établi. Tout se remet en place, autrement, différemment.

Ce que les grandes puissances occidentales n'ont pu obtenir en Syrie, en Lybie, au Yémen, ... ce petit machin l'a obtenu (cessez-le feu, trêve...).

Ce que l'armée algérienne n'a pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (le Hirak a pris fin).

Ce que les opposants politiques n'ont pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (report des échéances électorales...).

Ce que les entreprises n'ont pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (remise d'impôts, exonérations, crédits à taux zéro, fonds d'investissement, baisse des cours des matières premières stratégiques...).

Ce que les gilets jaunes et les syndicats n'ont pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (baisse de prix à la pompe, protection sociale renforcée...).

Soudain, on observe dans le monde occidental le carburant a baissé, la pollution a baissé, les gens ont commencé à avoir du temps, tellement de temps qu'ils ne savent même pas quoi en faire. Les parents apprennent à connaître leurs enfants, les enfants apprennent à rester en famille, le travail n'est plus une priorité, les voyages et les loisirs ne sont plus la norme d'une vie réussie.

**Soudain, en silence, nous nous retournons en nous-mêmes et comprenons la valeur des mots solidarité et vulnérabilité.**

Soudain, nous réalisons que nous sommes tous embarqués dans le même bateau, riches et pauvres. Nous réalisons que nous avons dévalisé ensemble les étagères des magasins et constatons ensemble que les hôpitaux sont pleins et que l'argent n'a aucune importance, Que nous avons tous la même identité humaine face au coronavirus.

Nous réalisons que dans les garages, les voitures haut de gamme sont arrêtées juste parce que personne ne peut sortir.

Quelques jours seulement ont suffi à l'univers pour établir l'égalité sociale qui était impossible à imaginer.

La peur a envahi tout le monde. Elle a changé de camp. Elle a quitté les pauvres pour aller habiter les riches et les puissants. Elle leur a rappelé leur humanité et leur a révélé leur humanisme.

Puisse cela servir à réaliser la vulnérabilité des êtres humains qui cherchent à aller habiter sur la planète mars et qui se croient forts pour cloner des êtres humains pour espérer vivre éternellement.

Puisse cela servir à réaliser la limite de l'intelligence humaine face à la force du ciel.

Il a suffi de quelques jours pour que la certitude devienne incertitude, que la force devienne faiblesse, que le pouvoir devienne solidarité et concertation.

Il a suffi de quelques jours pour que l'Afrique devienne un continent sûr. Que le songe devienne mensonge.

Il a suffi de quelques jours pour que l'humanité prenne conscience qu'elle n'est que souffle et poussière.

Qui sommes-nous? Que valons nous? Que pouvons-nous face à ce coronavirus?

Rendons-nous à l'évidence en attendant la providence.

Interrogeons notre « humanité » dans cette « mondialité » à l'épreuve du corona virus. Restons chez nous et méditons sur cette pandémie.

Aimons-nous vivants!

***Mustapha Dahleb***  
***Soumis par Huguette Drolet***  
***St-Matthieu / Jean XXIII***



## À vous tous de l'Outaouais

Des nouvelles de moi. Bien oui! Ça va très bien. Depuis deux mois, je me suis portée volontaire pour coudre : jaquettes, chapeaux et masques pour les médecins d'une clinique en Outaouais. Je joins l'utile à l'agréable : les médecins en ont besoin et moi, je fais ma petite part pour pouvoir dire avec tout le monde : « Ça va bien aller! »

Je vis à la campagne et tout renaît dans la nature. Le jardin commencera bientôt. Les oiseaux sont au rendez-vous. Merci à nos « anges » qui prennent soin de nous. Mes prières sont beaucoup pour toutes ces personnes malades et leur famille.

Je suis encore « en couleur ». J'ai hâte de reprendre la vie normale et je suis consciente que rien ne sera plus jamais comme avant. Je fais confiance à la Vie.



**Fernande Bélec-Marenger**  
**Communauté Perkins**

## Le professeur du ciel

Il y a certainement des messages positifs que Jésus nous transmet au-travers de la tragédie de la Covid-19.

Il n'y a qu'à écouter et Le remercier d'essayer de nous éveiller à la détresse des gens âgés.

Ceux devant perdre une partie de leur indépendance, intimité, habitudes et enfin leur dignité face à des étrangers qui décident pour eux.

Car même avec de bonnes intentions mais débordés, sous-payés, mal formés, fatigués et frustrés, le personnel de ces institutions gouvernementales ou privées se plaignent des conditions de vie depuis des années.

J'ai travaillé plus de vingt ans dans ce domaine en tant que salariée ou bénévole et la situation a été dénoncée maintes et maintes fois.

Aujourd'hui les responsables sont à découverts et devront réagir...les familles sont révoltées et Dieu supportera ceux qui sont indignés que ça se passe en 2020, au Canada, un pays où on prêche le respect des aînés.

Merci Jésus de ton aide en ce domaine.



**Gynet Pilotte**  
**L'étoile d'Aylmer**



## Face à la situation actuelle



### Le 26 avril

Par la force des choses, je me sens, égale au minuscule virus Covid-19. C'est-à-dire, aussi petite qu'une puce face à un troupeau d'éléphants (**grands décideurs à la tête d'organisations et de grandes puissances de ce monde**). Je suis placée dans la condition d'affronter la traversée d'un désert (**situation inconnue et menaçante**),

Deux choix s'offrent alors à moi.

Ou bien, je me sens impuissante et je me laisse écraser, abattre par les événements.

Ou bien, je choisis de m'engager dans la traversée en confiance avec la force de Vie qui m'anime.

Je choisis la deuxième option.

Je m'élève au-dessus de la situation. Je monte sur le dos de l'éléphant de tête. Et..., au fur et à mesure que le troupeau avance, les éléphants **s'épuisent, tombent et meurent** les uns après les autres. Quand le dernier éléphant tombera, je me laisserai porter sur le dos d'une souris. Timide, agile et curieuse, la souris mène une vie nocturne très active. Elle court avec une grande rapidité. Son ouïe fine et son odorat sont exquis et il n'y a pas d'endroit où elle ne puisse se faufiler. Tout comme **l'énergie, le positif, l'amour, soit l'Esprit de Vie**. Douée d'une grande fécondité, elle pullule dans tous les lieux abondants en grains et en provisions. Tout comme **s'exercent présentement la bonté, la compassion et les dons de toutes sortes**. L'hiver, **quand les événements ne lui sont pas favorables**, elle loge dans les trous dans la terre, les vieilles murailles et dans les planchers pour que le froid ne l'engourdisse pas. Tout comme l'Esprit, qui, beau temps mauvais temps, se loge **au plus profond des cœurs brisés ou vaillants**. On dit qu'elle est sensible à la musique. Comme nos artistes, elle prend un grand plaisir à se déplacer sur les touches d'un piano laissé ouvert. Porteuse de présages, elle est un symbole de la vie souterraine. Tout comme la Vie **qui fructifie dans le sol fertile des cœurs ouverts, la souris est gardienne des trésors enfouis**. Autrefois, on prétendait que les souris qui s'enfuyaient d'un bûcher enflammé **pour brûler les personnes qui défiaient les autorités en place** étaient l'âme des sorcières - **pourquoi pas des fées?** Les enfants qui affectionnent particulièrement les souris, leur offrent leur dent de lait en échange d'une pièce apportée pendant la nuit. **(...laissez venir à moi les petits enfants)**. Cependant, ses apparitions surprises sont fort incommodes et inspirent l'horreur aux humains qui cherchent à s'en débarrasser par le poison et les pièges **(peur, pression, oppression, violence et abus de pouvoir de toutes sortes)**. Pourtant, malgré ces petits larcins et méfaits, certains s'attachent à ce rongeur qui devient un animal de compagnie. Il ne faut pas oublier que sa curiosité et son effronterie sont égales à son **insatiable appétit de vie!** (*Adapté de la définition du symbolisme de la souris.*) zimzimcarillon, animaux légendaires, oraculaires dans la magie et la sorcellerie.

Et..., alors, au sortir du désert, ayant fait confiance à la Vie, plus forte que tout, qui me porte et grâce aux jeunes générations à l'esprit plus ouvert et plus enclins à une vie saine, simple et juste, je verrai une nature verdoyante, abondante et riche de vitalité reprendre ses droits. **Aussi, et surtout, l'être aura priorité sur l'avoir et le pouvoir.**

### Le 27 avril

Lors de ma réflexion de ce matin, j'approfondis ma réflexion d'hier que je trouve finalement très intéressante, Je réalise que les éléphants sont mes émotions et mes sentiments intérieurs.

J'ai besoin de faire face à mes éléphants, de les reconnaître, de les nommer et de les laisser mourir. Ils sont nombreux : indignation, jugements, colère, incompréhension, sentiment d'injustice, sentiment d'oppression, d'asservissement, sentiment d'impuissance, d'incertitude, de crainte.

La souris, c'est aussi moi : énergique, positive, beaucoup d'amour et vivante de l'Esprit. Je suis forte, puissante et résistante. Je mets de la musique et des messages positifs afin d'encourager les résident.e.s à garder le moral.

J'entre en moi, je suis plus fidèle à ma méditation quotidienne, à mon Qi gong, à l'écoute de musique douce, de chants d'oiseaux, de conférences motivantes et à plus de pleine conscience au cours de mes journées. Je prends soin de moi, j'élimine des énergivores, j'écoute mon corps et je suis mon intuition.

Ainsi, cette pandémie aura servi, pour ma part, à ralentir le temps, à descendre plus profondément en moi. À m'amener à faire le point à savoir ce qui me plaît vraiment et me fait vivre davantage. Et, peu importe les conditions extérieures, l'être demeure intact et intouchable. Je repense à Nelson Mandela et à Ann Frank.

### **Le 29 avril**

Lors de ma réflexion de ce matin, j'approfondis ma réflexion des jours derniers. J'élargis ma vision sur la situation.

Sachant que ce qui est à l'intérieur de soi (sur la terre) est le reflet de ce qui est à l'extérieur de soi (comme su ciel) et vice versa. Je réalise que la société en général s'est aussi retrouvée en face-à-face avec un troupeau d'éléphants. De là son urgence d'entrer en guerre.

Les têtes dirigeantes de la société devraient aussi, comme la puce, s'élever au-dessus de la mêlée afin d'avoir une meilleure vue d'ensemble. Dans la rue, on ne voit pas bien; dans la maison, encore moins. En hélicoptère, on voit plus grand et plus loin.

La société, y compris ceux et celles qui la gouvernement, aurait besoin aussi de faire face à leurs éléphants, les accueillir, les reconnaître, les nommer, les laisser s'affaiblir et mourir. Ils sont nombreux ses éléphants : sentiment de peur, d'incertitude, d'impuissance, d'incompétences, d'être jugés, de ne pas être à la hauteur, de perdre le contrôle, de perdre des avoirs, de perdre des profits, de perdre la face etc., etc.

La souris, c'est moi et c'est aussi tous ceux et celles qui nourrissent leur esprit de l'énergique positive : l'amour, le service, la compassion, la recherche de vérité, de sens et de sagesse. C'est la Vivance à l'œuvre. C'est l'Esprit au cœur de chaque personne énergique, forte, puissante, résistante, dévouée, compatissante et d'une générosité sans borne auprès des autres, des malades et au sein de la communauté. C'est l'incarnation de Dieu dans son cœur, sur ses lèvres et dans ses mains.

Je m'unis à l'Esprit de Vie, confiante que cette pandémie aura servi à ralentir le temps, descendre au cœur de soi, retrouver l'essentiel, permettre aux décideurs de faire le point, répondre à l'appel d'une prise de conscience humanitaire et écologique. Une telle prise de conscience appelle à un changement de paradigme. Un besoin de reconnaître

qu'il y a pouvoir sur, pouvoir faire et pouvoir être. À convenir de l'importance de relations humaines décloisonnées au sein d'une société fraternelle et conviviale. À s'ouvrir l'esprit à une diversité de références plus larges et plus compétentes qu'une courte vue. À admettre qu'une visite des petits-enfants auprès de grands-parents malades ou mourants vaut souvent beaucoup mieux que des médicaments.

Espérance et confiance me portent.

Merci la Vie.

**Édith Savard**  
**Cellule Jean-XXIII**



**Bonjour mes ami.e.s,**

**Je viens partager avec vous ce que cette courte et profonde prière a fait pour moi dans ma vie que vous retrouvez à la page précédente. Elle a été ma bouée de sauvetage.**

**Pas facile de tout accepter, le confinement qui a tout chamboulé nos vies.**

**J'anticipais avec une grande joie, de vivre le 457e au mois d'avril en partageant les Deux Fils.**

**Août 2015, six mois avant de prendre ma retraite, la maladie s'est mise de la partie.**

**J'ai eu plusieurs problèmes de santé qui m'ont gardée plus souvent qu'à mon tour confinée. Les seules sorties que je pouvais me permettre étaient les rendez-vous médicaux. Ce n'était pas la retraite que j'avais anticipée.**

**Je ne reviendrai jamais la même personne que j'étais. Je fus diagnostiquée avec trois maladies sévères : dystonie tardive, dyskinésie et parkinsonisme (maladie dégénérative des articulations et muscles) avec perte de la motricité du bras droit. Tout un cocktail! Ça pris un an avant de trouver le bon médicament.**

**Une journée, j'ai trouvé cette belle petite prière que vous avez lu à la page XXX... Je me suis abandonnée à Jésus.**

**Lors du partage à mon ultreya, je me suis adressée à Jésus : « Je ne sais ce qui se passe avec mon corps, mais c'est épeurant. Dans cette prière, tu me dis: si j'accepte les choses qui m'arrivent, elles cesseront de me faire si mal. Moi je te dis : bien d'accord, j'accepte ma condition mais tu vas m'aider à la vivre ». J'avais beaucoup de conversations avec Jésus. Car je passais mes journées au lit, me levant seulement pour manger.**

**Mon état de santé n'est pas à 100%, mais je suis fonctionnelle grâce au bon moral qui m'habite. En plus, je suis chanceuse car le Seigneur m'a fait cadeau de Claude qui m'accompagne toujours dans ce chemin inconnu.**

**Il est important d'accepter les choses que l'on ne peut changer. L'acceptation nous fais avancer car elle nous fait faire des petits Pas Sages.**

**Je te rends grâce mon doux Jésus pour ce souffle de vie que tu me donne chaque matin.**

**De Colores,**

***Rollande Prud'homme  
Cellule L'Oasis St-René***



## LUMIÈRE, OÙ ES-TU?



Nous traversons une étape corona-virée :  
Les infos s'évertuent à nous faire chavirer.  
Faut-il être obéissant et surtout docile?  
Se montrer récalcitrant n'est pas tâche facile.

Pour prévenir, il y a le confinement;  
Mais pour nous guérir, c'est le déconfinement.  
L'incertitude et la confusion persistent.  
Le menaçant déséquilibre résiste.

Certains sombrent dans l'individualisme;  
D'autres chercheurs de coupables font de l'âgisme.  
Les purs se surprotègent avec masques et gants  
Les durs s'exposent comme gardiens arrogants.

Les commerces déploient mille et une forces  
Pour devenir des agences de divorces.  
On ne tolère pas les couples et les familles  
Car ils sont porteurs de virus qui fourmillent.  
Reconnaissons bien que, dans cette hécatombe,  
Œuvrent des anges et archanges dans l'ombre;  
Contre tout entendement et discernement,  
Ils sont les grands modèles du dépassement.

C'est avec corps et âmes qu'ils vont de l'avant;  
Sans compter leur temps, ils guérissent le présent.  
Le devenir appartient au Plus-Grand-que-soi  
À condition qu'on dépasse le petit-moi.



**Gaëtan Lacelle**  
**Cellule l'Espérance – Hawkesbury**

Combien de temps encore avant de voir les yeux bleus d'Huguette Séguin? Combien de temps avant de pouvoir taquiner Réal Villemaire? Combien de temps encore avant d'échanger des farces avec Gérard Roy? Combien de temps avant d'entendre la guitare de Charles-Guy Turpin? Combien de temps avant d'assister aux funérailles de René Ouellet et de partager la peine d'Agathe en personne? Combien de temps?... Combien de temps....

Je m'ennuie de vous et de tous les autres que je n'ai pas mentionnés, faute d'espace, mais pas d'intention. La liste est très longue.

À ma communauté, l'Étoile, nous avons pris l'habitude depuis quelques temps de commencer nos ultreyas par un temps de silence. Graduellement, ce temps est devenu notre temps d'aller au puits – le puits de la Samaritaine où Jésus nous attend. Dans notre confinement, nous avons gardé cette habitude et chacun de son côté, mais ensemble, nous nous rendons au puits tous les mardis soir à 7h15. Nous nous réunissons avec Jésus, dans le cœur de Jésus et nous formons le corps de Jésus. Nous nous rencontrons hors du temps, hors de l'espace, libres des contraintes physiques, motivés seulement par l'amour et la foi.

Pour moi et pour d'autres personnes de ma communauté, ce temps au puits est un temps béni. Jésus est toujours là qui nous attend, qui nous accueille. Nos amis sont là qui nous étreignent et échangent avec nous. Vu que ce temps est hors du temps, on peut aller au puits aussi souvent qu'on le veut. Le puits a son propre fuseau horaire et là c'est toujours mardi soir, 7h15. Impossible d'être en retard.

J'ai rencontré plusieurs d'entre vous au puits. J'ai vu les yeux bleus d'Huguette. Je me suis rendu compte que les liens d'amour qui nous unissent sont plus forts que la distance. Au Cursillo, nous avons partagé ensemble le pain de nos vies et nous avons expérimenté ensemble la présence de Jésus parmi nous et en nous. De cette communion ont jailli des liens qui traversent l'isolement et qui se prolongent dans l'éternité.

Nazaire est au puits de temps en temps, toujours entouré de personnes. Il n'y a pas de distanciation sociale au puits. J'entends l'accent de Blaine de temps en temps et je croise parfois le regard de Fernande. Nicole D'Amours est là avec Guy, et Georges et Huguette Soucy descendent de l'autobus que Georges conduit. J'entends de la musique et je sais que c'est Martin ou Guyane qui chante. C'est la clausura du Puits!

Le 5 mai, je m'y suis rendu. Tout était différent. Pas de bruit, peu de lumière. Jésus était là, seul, assis sur la margelle. Il pleurait.

« Pourquoi tu pleures », lui ai-je demandé en m'asseyant à côté de Lui. « Que est-ce qui se passe? »

« Je pleure parce que vous souffrez et que je ne peux rien y faire ».

Très surpris, je regarde les larmes qui coulent sur son visage et je vois bien qu'Il souffre Lui aussi. Je Lui mets le bras autour des épaules pour Le reconforter. Ensuite Il me demande :

« Veux-tu m'aider? Veux-tu être mes bras, mes yeux, ma voix? Veux-tu Me laisser étreindre avec tes bras? Veux-tu me laisser consoler par tes yeux? Veux-tu me laisser encourager avec ta voix? Est-ce que je peux compter sur toi? »

Alors, je Lui dis « Oui ». Il peut compter sur moi. Et je me rappelle ma croix de Cursillo. C'est mon expérience au puits. C'est toujours différent. Parfois, il ne se passe rien. Parfois, toute la vie est là. Il serait très facile pour moi d'attribuer cette expérience à mon imagination fertile qui vagabonde. Mais l'analyse intellectuelle n'est pas utile. Alors, je choisis de faire appel à l'intelligence de mon cœur qui dépasse le superficiel et qui cherche ce qui est fondamental.

Cependant, je me suis rendu compte que souvent la qualité de mon expérience dépend de la qualité de ma préparation et plus mon cœur est ouvert et exempt des tracas quotidiens, plus il est disposé à l'écoute. Jésus, le Verbe de Dieu, ne peut influencer ma vie si je ne suis pas à Son écoute. Et souvent je ne le suis pas.

Alors, si ton cœur le veut, tu es invité(e) au Puits le mardi soir à 7h15. Souviens-toi que si le mardi soir ne te convient pas, il est toujours mardi soir 7h15, heure normale du puits, peu importe l'heure à ta montre. Pas besoin de carte pour te rendre – tu prends la route de ton cœur. Pas besoin de préparation spéciale autre que quelques minutes de détente et de prière. Quelques minutes pour relaxer, t'intérioriser, ralentir. Quelques minutes pour visualiser cette rencontre au puits. Et ensuite accepter ce qui vient. De toute façon, tu connais tout le monde qui est là. On t'attend. On sera content de te voir. Jésus est toujours là qui t'accueille. Si tu Lui demandes, comme Thomas, de te montrer Sa main, tu vas remarquer qu'en dessous de la marque du clou, ton nom est inscrit!

**David Johnston**  
**Cellule l'Étoile – Aylmer**



Si tu as des questions au niveau de la préparation ou de l'expérience, STP, me contacter à [dave1johnston@gmail.com](mailto:dave1johnston@gmail.com)

**Tu veux faire cadeau de ton témoignage, d'un texte, d'une pensée avec tes frères et sœurs cursillistes? Tu veux participer à rendre le Quatrième Jour de l'Outaouais plus vivant?**

**Le thème de la prochaine parution sera : comment entrevois-tu l'avenir du Cursillo? Qu'est-ce qui te manque le plus? As-tu des idées ou des suggestions pour resserrer les liens de ta communauté ou du mouvement?**

**Envoies le tout à Cécile Tardif à l'adresse suivante :**

**[csil.tardif@gmail.com](mailto:csil.tardif@gmail.com)**

**En indiquant « 4<sup>e</sup> Jour » dans ton titre.**

**Date de tombée pour la prochaine édition :**

**11 juin 2020**

**Merci d'avance! J'ai hâte de te lire et de partager tes commentaires.**

## **Ma réflexion de confiné**

Comme on vit incarcéré depuis-19 !!! Changera... Changera pas?

Vous l'avez tous su, entendu, vu : le déconfinement s'amorce, très, très lentement, très graduellement, très prudemment et dangereusement.

Pas sûr que ce soit une bonne nouvelle cette libération conditionnelle. L'humanité est-elle prête à assumer cette liberté?

Les gens salivent à pouvoir retourner dans les gym, au travail, au chalet, au parc, au club, à la bonne vieille routine, aux habitudes bien ancrées qui les rendaient si heureux.

Est-ce dire que la pandémie n'a rien changé chez les ex-opprimés / confinés?

L'histoire de l'humanité nous a appris que la peste, la grippe espagnole, le choléra, les fléaux pandémiques de toutes sortes n'ont pas changé l'être humain dans son fin fond. Ces derniers s'adaptent aux nouvelles conditions.

Cependant, selon l'histoire, ce sont plutôt les structures sociales qui changent leur façon de fonctionner.

C'est probablement cette retombée que nous allons voir apparaître dans les temps à venir dans les organismes bien organisés mais non-fonctionnels. Nous n'avons qu'à regarder la décrépitude des soins de santé, des résidences pour aînés débordées, des services sociaux essouffés, des réseaux de transport mal aiguillés, des foyers d'accueil mal agencés, des organismes protecteurs des violentés dépassés.

Les structures vont changer inexorablement. Et l'humain? Il n'aura qu'à s'adapter pour faire partie des pages inchangées de l'histoire de l'humanité. À moins que...

**Gaëtan Lacelle**

***Toujours de la Communauté l'Espérance – Hawkesbury***



Seigneur, veille sur  
tous les malades.  
Si tu as besoin de mes yeux,  
de mes oreilles, de mes lèvres,  
de mes mains, de mon cœur,  
je te les offre volontiers  
pour que, par moi,  
tu puisses accorder réconfort,  
soulagement et guérison  
à tes amis qui souffrent  
et qui mettent en toi  
toute leur confiance



## **L'invasion, une invitation**



Depuis la mi-mars, une petite « bibite » invisible mais bien puissante chamboule la planète. Je suis tenue comme tout le monde de m'isoler, verrouiller portes et fenêtres, ne laisser entrer personne par peur d'une invasion qui pourrait me tuer. Que faire pour ne pas être submergée par la peur, le découragement ??? Surtout après deux mois !!! Ouf! C'est long ça!.....

### ***J'ai décidé d'habiter le confinement par en dedans***

Comme les apôtres en prière au Cénacle, les portes étant verrouillées, Christ est venu les visiter par en dedans... Ils furent tous remplis de l'Esprit-Saint.



Ce temps est devenu pour moi très précieux...

Je passe des heures à méditer, lire la Parole, suivre les commentaires bibliques de Mgr Durocher sur YouTube, écouter de beaux chants inspirants. Je fais des appels de courtoisie à des aînés qui vivent seuls, isolés et parfois découragés. C'est devenu mon bénévolat quotidien. Chaque matin, au lever, je demande à l'Esprit de m'inspirer des noms pour un contact quotidien.

### ***Seuls mais ensemble dans la confiance***

*J'ai pris le temps de faire une relecture de ma vie et j'y ai découvert la présence de Dieu que je n'ai pas toujours reconnue, comme les disciples d'Emmaüs. Je découvre de quel amour Dieu m'a aimé de toute éternité.*

*« Avant de te former dans le ventre de ta mère; déjà Je te connaissais.  
Avant la naissance, je t'ai choisie » (Jr.1,5;)*

*D'où je viens? Quel est mon chemin? Cette pandémie va m'emmenner où? Plein de questions m'habitent jour après jour...*

*Chose certaine, je prends conscience de ma fragilité humaine et je remets ma vie entre les mains de mon Dieu. Tous les matins, je prie ce beau chant dont les paroles sont inspirées de Ste Thérèse d'Avila :*

*Dieu seul suffit  
Que rien ne te trouble ô mon âme  
Que rien ne t'effraie car tout passe  
Dieu ne change pas.  
Dieu seul suffit  
De tout la patience triomphe  
En Dieu nous ne manquons de rien  
Dieu seul suffit*

*(Youtube, Mix-Lumières 2015- Gianadda)*



**Thérèse Bouchard  
Cellule St-André-Avellin**

### **Déstabilisant mais riche à la fois**

Déstabilisant reflète ces changements imposés par cette période de confinement. La solitude m'habite y camouflant mes peurs. Je vis l'inconfort des nouvelles des médias, de l'énergie sournoise des gens en faisant l'épicerie, d'un horaire intense de travail les soirs et les fins de semaine en plus du travail régulier qui n'ont fait qu'augmenter drastiquement mon niveau de stress provoquant ainsi des symptômes physiques, craignant à tout moment d'attraper ce virus.

Ceci étant dit, j'ai la possibilité de revisiter mes priorités, de me créer de nouvelles habitudes dont celle de mettre soit par écrit ou avec des images mes états d'âme, mes sourires de la journée et également sous forme de capsules (comme des petites prières) les moments de la présence de Jésus à travers les gens que je croise durant mes marches quotidiennes, les appels téléphoniques ainsi que par les signes de la vie. Mon fils est de retour chez moi pour compléter sa session universitaire. C'est doux pour mon cœur de mère de le sentir avec moi afin de vivre ces moments privilégiés. Je réalise que c'est parfois lourd d'avancer avec tous ces bagages et ces soucis et que c'est libérateur de me poser et de laisser Jésus me porter pour mieux avancer.

**Lucie Dutil  
Communauté Notre-Dame de Lorette**





## **Ce besoin d'aider, malgré tout**



### **CHRONIQUE / Ils ont consacré les 36 dernières années de leur vie au bénévolat.**

En 2014, *Le Droit* et *Radio-Canada* soulignaient leur contribution exceptionnelle à la communauté en leur remettant le prix annuel « Coup de cœur » lors du gala des « Personnalités de l'année » de l'Outaouais et de l'Est ontarien.

Aujourd'hui âgés de 86 et de 83 ans, Adrien et Géraldine Desbiens habitent une résidence privée pour aînés de Gatineau. Et comme tout le monde, ils sont en confinement depuis la mi-mars.

Comment occupent-ils leur temps ? Avec ce couple, poser la question est y répondre. Car pour passer les heures, ils font du... bénévolat. Ils aiment aider, c'est plus fort qu'eux, et ce n'est pas un virus qui les arrêtera.

« On n'a jamais arrêté de faire du bénévolat, dit M. Desbiens. Mais il faut maintenant le faire d'une manière détournée parce qu'on n'a pas le droit de sortir de notre logement. »

Avant le début de la pandémie, certaines familles démunies desservies par la Société Saint-Vincent-de-Paul (conférence Saint-Alexandre de Limbour) communiquaient avec M<sup>me</sup> Desbiens, et c'est elle et son époux qui s'assuraient que ces familles obtiennent la nourriture nécessaire à leurs besoins. « Ma femme s'occupait des épiceries et moi j'étais son chauffeur » lance M. Desbiens.

Mais isolement oblige - leur âge aussi - M. et M<sup>me</sup> Desbiens ont dû trouver une façon « détournée » pour continuer d'aider ces familles dans le besoin de leur secteur.

« Ma femme est la personne-ressource de notre Saint-Vincent-de Paul, explique M. Desbiens. Elle reçoit de 20 à 25 appels par jour de familles dans le besoin. Ça fait plus de 35 ans qu'elle fait ça, son nom et son numéro sont rendus partout. On reçoit des appels de familles de Buckingham, d'Ottawa et d'un peu partout. Mais il faut se limiter au secteur desservi par notre Saint-Vincent-de-Paul. Alors elle doit faire un tri là-dedans et elle s'occupe des familles démunies d'ici.

« Donc elle évalue les demandes, elle envoie le nom des familles qu'on aide à la présidente de la Saint-Vincent-de-Paul, et celle-ci prépare un bon d'achat qu'elle envoie à son tour au Métro Limbour. Puis Géraldine appelle ensuite chaque famille pour les aviser de l'heure et du jour qu'elles doivent passer chez Métro pour chercher ce dont elles ont besoin. Puis notre Saint-Vincent-de-Paul paie le tout chez Métro chaque fin de mois avec l'argent que nous amassons grâce à notre guignolée annuelle.

« Il y a un barème à respecter, précise M. Desbiens. Je n'ai pas les chiffres exacts, mais une famille d'un adulte et de deux enfants reçoit, par exemple, un bon de 130 \$. Une famille de deux adultes et de deux enfants reçoit un peu plus. Ça va selon le nombre de personnes par famille. Le montant est inscrit sur le bon d'achat et la facture à la caisse ne doit pas dépasser cette somme. Et personne n'a le droit d'utiliser ces

bons pour se procurer de la bière et/ou des cigarettes. On s'est fait jouer un tour une fois. Une dame a demandé un bon pour sa famille, mais elle a juste acheté de la nourriture pour ses chats et ses chiens ! », ajoute l'octogénaire dans un éclat de rire.

M. et M<sup>me</sup> Desbiens pourraient bien ralentir un peu, profiter de la vie et laisser le bénévolat aux suivants. Après 36 années à aider leur prochain, personne ne leur en voudrait s'ils pensaient un peu plus à eux et un peu moins aux autres.

« Géraldine a peur que les gens meurent de faim si elle arrête, laisse tomber M. Desbiens. Si on arrêtait, les centaines de personnes qui ont son numéro de téléphone ne sauraient plus où appeler. On aime faire ce qu'on fait. Ça nous fait du bien et ça fait du bien aux autres, ça donne du bonheur. Et ça donne un sens à notre vie. »

—Et comment vont les choses pour vous deux en confinement, M. Desbiens ?

—Ça va très bien ! Ça fait 61 ans qu'on est mariés, on s'entend bien. Et j'ai tellement de temps maintenant que j'ai pu compléter mon autobiographie, en cinq tomes. C'est sûr qu'on se sent parfois un peu prisonniers. Mais au moins, il n'y a pas un seul cas (de coronavirus) dans notre bâtisse. On a le droit à une marche d'une heure par jour à l'extérieur. Et on doit marcher autour de l'édifice. Il y a toujours des employés et des bénévoles pour nous surveiller et s'assurer qu'on ne s'éloigne pas trop. Moi, je fais du jogging. Je suis le seul de la gang qui fait du jogging. J'ai 86 ans, mais je me sens comme un jeune de 60 ans, ajoute-t-il avec un sourire dans la voix, lui qui a fait carrière et obtenu le grade de capitaine au sein des Forces armées canadiennes.

- Et que pensez-vous de la situation dans certains CHSLD du Québec (et d'ailleurs) ?
- On trouve ça terrible ! Ma femme et moi n'irions jamais vivre dans une place comme ça. Jamais. Et ce que je n'arrive pas à comprendre, c'est qu'il y a des CHSLD privés qui chargent des gros montants comme 5 000 \$ par mois, mais qui ne peuvent même pas payer leurs employés plus que le salaire minimum. Je pense qu'il est là, le gros problème. »

**Article de Denis Gratton dans Le Droit 30 avril 2020  
Soumis par Gilles Vernier**







## **Mon vaccin contre la déprime**



Qui aurait pu se douter au début de l'année 2020 que la planète entière serait bouleversée par un ennemi d'une efficacité redoutable, si minuscule qu'on ne peut le déceler qu'au microscope! Bien vite, nous avons appris son nom : coronavirus ou COVID-19.

Les premiers cas confirmés sont apparus à Whuan, en Chine. C'est si loin! Ici, nous nous sentions en sécurité. Nous avons un excellent système de santé, de bons médecins, des chercheurs de renommée internationale. Et pourtant. Ce satané virus s'est infiltré sournoisement dans nos vies. Nos certitudes ont été déboulonnées, nos croyances ont été secouées, nous avons été foudroyés par une situation sur laquelle nous ne pouvons exercer aucun contrôle.

Nous avons aussi appris une nouvelle terminologie : pandémie, transmission asymptomatique, propagation virale, isolement volontaire, distanciation sociale, confinement, contagiosité, urgence sanitaire, et surtout...**QUARANTAINE!**

Lorsque, en mars, le premier ministre Legault a annoncé une quarantaine de deux semaines, tout présageait que cette période s'étirerait bien plus longtemps mais j'espérais contre tout espoir que la situation serait réglée à temps pour la Semaine Sainte. C'est donc avec une extrême déception que j'ai appris la fermeture des églises pour une période indéterminée. Il n'y aurait pas de célébrations de la Semaine Sainte, un temps fort de l'année s'il en est un. Il a donc fallu que je m'adapte à cette nouvelle situation, ce que je n'ai pas toujours fait sans maugréer un peu...

C'est avec plaisir que j'ai suivi les célébrations de la Semaine Sainte en direct de Rome, avec le pape François. Il était très émouvant de voir ce petit homme frêle s'avancer péniblement (sciatique) vers le maître autel pour présider les cérémonies pascales avec dignité. La magnificence des lieux, désertés par les touristes en raison de la COVID-19, les chants exceptionnels, et surtout le Chemin de Croix en soirée, tout concourrait à un recueillement que je n'aurais pas cru possible par le truchement de l'ordinateur!

Pendant cette période, j'en ai profité pour écouter plusieurs films sur Jésus, historiques et romancés, des documentaires de sommités internationales sur cet homme qui a changé le monde par son enseignement tout simple. Mais j'ai surtout prié. Prié. Prié.

Malgré tout, j'avais le cœur bien lourd le matin de Pâques; c'était la première fois en 46 ans que les enfants et petits-enfants ne feraient pas de « chasse aux cocos en chocolat » chez-moi. Pour contrer cette déprime passagère, j'ai fait une petite vidéo dans laquelle j'exprimais tout mon amour pour eux, et je l'ai envoyée à toute la famille.

En confinement volontaire depuis le 13 mars, je consacre plus de temps chaque jour à la prière; j'aime m'asseoir bien tranquille, dans le silence, quand la maisonnée n'est pas encore éveillée, et attendre le lever du jour. Ce temps me permet de lire, de parler à Dieu, à Marie, et d'écouter. J'ai par ailleurs découvert dans l'Internet le site de Notre-Dame-de-Lourdes où on récite le chapelet en direct de la grotte de Massabielle où ont eu lieu les apparitions et où des messes sont célébrées chaque jour.

J'écoute assidûment les points de presse de nos dirigeants, en espérant qu'ils nous annonceront de bonnes nouvelles, en particulier une diminution marquée du nombre de décès dans nos CHSLD. Je ne sais pas pour vous, mais pour ma part, c'est avec consternation que j'ai appris la situation alarmante qui y régnait. Par contre, le courage et l'abnégation des travailleurs de la santé, redonnent espoir en l'humain et je prie

chaque jour pour ces « anges gardiens » qui risquent leur vie pour soigner les personnes en fin de vie, victimes de cet ignoble ennemi, la COVID-19.

Cette période singulière n'a pas que des répercussions négatives. La planète se repose un peu. La pollution a diminué sensiblement un peu partout dans le monde. Les gens communiquent plus que jamais par Face Time, Messenger. Les liens familiaux se sont renforcés, de même que nos amitiés. La plupart d'entre nous se sont attelés à la tâche pour fabriquer des masques de protection artisanaux pour nos proches (pour ma part, j'ai fait neuf prototypes avant de trouver un modèle à mon goût, le premier ressemblait à une burka!). Un nouvel ordre mondial, impensable il y a quelques semaines seulement, semble s'instaurer. Il y a eu des changements radicaux dans nos habitudes de vie et le monde tel que nous le connaissions ne sera plus jamais le même. Tous ces changements sont difficiles à intégrer, certes, mais avec Dieu, rien n'est impossible. Je dresse donc un bilan positif de la situation actuelle, malgré les incertitudes, les inquiétudes, les doutes.

Sans Dieu, il me serait impossible de traverser cette pandémie. Prier chaque jour, c'est mon vaccin contre la déprime, une inoculation d'espoir pour secouer le pessimisme.

Je termine par une citation de Victor Hugo : « Lorsque nous cherchons Dieu, l'amour dit : par ici! ».

**Dominique Beaulieu**  
**Communauté St-René**



## ***De quoi demain sera fait ?***

Dis-moi, Seigneur,  
de quoi sera fait demain,  
mon demain à moi,  
celui de ceux que j'aime ?  
Tous ces demains semés d'espérances  
qui attendent de germer,  
les vois-Tu, Seigneur ?

Les vois-tu ces espérances enfouies  
au plus profond de nos jardins secrets,  
là où personne n'entre  
sinon Toi et Toi seul ?  
Dis, les feras-tu éclore un jour  
nos espérances en graines,  
nos rêves, nos projets ?

De quoi sera fait demain ?  
Après tout, qu'importe,  
puisque Ta présence, Seigneur,  
m'accompagnera au cœur de mes déserts,  
comme au plus fort de mes joies.  
Ta présence qui m'invite déjà  
à vivre aujourd'hui  
comme pour mieux réaliser demain.  
Non, ne me dis pas Seigneur  
de quoi demain sera fait.

Dis-moi seulement que Tu es là.



***Robert Riber, Français  
Soumis par Mireille Cadieux  
Animatrice spirituelle***



## **Ma nouvelle réalité**

J'ai fini de travailler au Foyer du Bonheur le 13 mars dernier et ensuite, je ne pouvais plus y retourner.

Ma fille m'avait organisé une belle fête pour mes 70 ans. Ça lui a fait de la peine de savoir qu'elle devait annuler (à cause du virus). Je lui ai dit de ne pas s'en faire. Le 22 mars, le jour de ma fête, j'ai demandé à mon Dieu d'amour qu'avec ce qui se passe sur la terre, je voulais avoir une belle fête ensoleillée et beaucoup d'appels téléphoniques. Ce que j'ai demandé, je l'ai reçu. J'étais contente de ma journée!

J'ai beaucoup aimé quand Lucie, notre responsable de communauté, m'a appelée dernièrement pour la soirée de l'ultreya qui est devenue virtuelle dans notre communauté. J'ai beaucoup aimé ma soirée, mais j'ai eu un peu d'émotion car je les entendais rire, mais je les ai écoutés avec les yeux du cœur.

Les gens que j'accompagnais me manquent beaucoup. Heureusement, les familles m'appellent pour me donner de leurs nouvelles. J'ai la chance de téléphoner à deux personnes et ça leur fait du bien.

Personnellement, je suis chanceuse d'avoir une belle famille cursilliste à Notre-Dame de Lorette.

Je vous aime. De Colores,

**Fernande Bélisle**  
**Cellule Notre-Dame de Lorette**



## **CONFINEMENT - PRINTEMPS 2020**

### **(CE QUE JE TROUVE DIFFICILE)**

Absence de mon amoureux.  
Absence de mes arrières petits-enfants et ne pas les prendre dans mes bras.  
Cette sensation d'avoir perdu ma liberté.

### **(CE QUE J'APPRIVOISE)**

La patience, l'endurance, la résilience, l'attente, l'acceptation, demander.

### **(CE QUE J'AMÉLIORE)**

La prière, la méditation, les exercices, le nettoyage, le ménage.

### **(CE QUE JE DÉCOUVRE)**

Le beau et le moins beau de l'être humain.  
Tout ce que je gaspille : temps, argent, etc. etc.

Je résume ma pensée dans le poème qui suit :

Quand tu me disais : « ta présence me suffit »  
Aujourd'hui, je saisis et j'ai compris.  
De ne pas embrasser mes petits  
Demeure le plus grand défi !

Le plus grand des cadeaux, c'est la liberté  
Non, non, je n'ai pas oublié la santé.  
De ne pas savoir combien de temps cela va durer  
C'est aussi une grande difficulté !

Une occasion unique de développer la patience  
Vertu tellement indispensable à notre errance  
D'autres aussi s'ajoutent : endurance, résilience  
Des cadeaux à développer pour le reste de notre survivance !

Les attentes, les demandes à apprivoiser  
Les prières et méditations à prolonger  
Les exercices, ménage, nettoyage à exécuter  
Vont finir par faire de moi une personne améliorée !

Quand l'être humain fait des pieds et des mains  
Pour aider, soigner, accompagner son prochain  
Une personne plus sensible et compréhensive je deviens  
Pour que demain je gaspille moins !

*Huguette Drolet  
St-Mathieu / Jean XXIII*



## **Ma réalité à moi**



En ce temps de confinement, malgré que je vive seule, tout va très bien. Je pense que le fait d'avoir Jésus dans ma vie fait toute la différence. Je Le sens très présent, je sais qu'Il me soutient. Je lis la Parole de la journée et j'écoute le message de Monseigneur Durocher en lien avec l'évangile qui donne toujours de beaux messages. J'écoute de la belle musique et de beaux chants sur YouTube. J'y ai découvert un violoncelliste merveilleux qui s'appelle Hauser; sa musique est apaisante et je peux à travers celle-ci méditer et découvrir encore plus la grandeur de Dieu. Je me trouve chanceuse d'avoir cet outil disponible. Il n'y a pas seulement des mauvaises choses sur internet. Enfin, j'ai aussi ma merveilleuse fille qui est présente par le biais de Messenger. Je peux la voir et lui parler à tous les jours. Elle fait pour moi mes épicerie et quand elle me les apporte, ça me permet de la voir en personne et de jaser de vive voix.

Aussi, le contact avec le cursillo à travers tous les courriels me permet de comprendre que nous ne sommes jamais seuls. La prière fait des merveilles.

S'il y a des journées où je m'ennuie un peu, eh! Bien, je prends mon auto et fais juste un petit tour pour changer de paysage et ça fait du bien.

Malgré tout, malgré la solitude, je ne suis jamais seule, il y a Jésus, ma fille, mes frères et mes sœurs, ma famille cursilliste qui sont toujours présents spirituellement.

Vive l'amour et vive la Foi! Je rends grâce à Dieu pour toutes Ses merveilles.

**Louise Riel, secrétaire  
Communauté Ste-Rose**

