



Quatrième jour de l'Outaouais



Édition – septembre 2023

Table des matières

Éditorial	3
Poussés par l'Esprit, avançons au cœur du monde	4
Dans le silence de ce jour naissant	6
Le lancement de l'année	7
Croire en la Providence divine	9
Mon début de journée	10
Applique la prière dans ma vie de tous les jours	10
Quelle magnifique prière que celle du matin	11
Une réussite pour le premier pique-nique annuel	12
Une façon parfaite d'accéder au bonheur	13
Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit	14
Rien n'est aléatoire pour Dieu Tout-Puissant	15
Mes commentaires sur la prière du matin	17
Date de la prochaine parution du 4 ^e Jour	18
Seule la prière peut m'aider	19
Prochaines dates importantes à mettre à votre agenda	19
Afin qu'en me voyant vivre	20
La louange, tout simplement	20
Voir au-delà des apparences tes enfants comme Tu les vois toi-même	21
Faire de son mieux dans la vie	22
Les mains	23
5 ans déjà!	24
Une belle leçon de Dieu à travers la nature	25
Ils sont entrés dans leur 5 ^e Jour	26



ÉDITORIAL

La fameuse prière du matin! Celle qui m'accompagne depuis plus de 30 ans de vie cursilliste. Je n'ai pas commencé à la réciter assidûment tout de suite, mais j'ai fini par l'apprendre par cœur et je la récite maintenant depuis plusieurs décennies en pensant à chaque bout de phrase.

Personnellement, je rêve d'une invention qui me permettrait d'avoir les paroles qui défileraient devant mes yeux à environ un pied de ma vision durant la journée et me rappelleraient les préceptes de cette si belle et profonde prière. Comme je travaille beaucoup devant les écrans d'ordinateurs et pour m'aider à m'en souvenir et à l'appliquer, j'ai copié chacune des phrases, les ai découpées et je les colle une à la fois au bas de mon écran. Un bon rappel pour essayer de mettre en pratique ce qui est inscrit.

Tout le monde connaît bien la prière à la page 17. Dans cette nouvelle édition du 4^e Jour, vous verrez que certaines parties reviennent plus souvent que d'autres et que les cursillistes les appliquent dans leur vie chacune et chacun à leur manière.

Mais la prière se poursuit à la page 18 et là encore, elle est digne de sens. Pour ma part, j'aime la toute dernière phrase qui, pour moi, résume bien ce que devrait être le but de ma vie d'enfant de Dieu : « *Aide-moi à rayonner ton Amour, ta Paix et ta Joie afin qu'en me voyant vivre, d'autres te rencontrent et glorifient le Père qui est dans les cieux.* »

Tout un programme de vie! Parfois, j'en suis très loin, mais voilà à quoi je suis appelée. Rares sont les personnes qui vont venir me dire qu'elles ont rencontré Dieu en me voyant vivre, mais le fait que je fasse une différence dans leurs vies, si minime soit-elle, est un signe de la bonté de Dieu qui passe par moi.

Il y a une chanson que David Johnston a écrite pour un événement du Cursillo il y a très longtemps. Elle est moitié française, moitié anglaise. Elle mentionne en résumé : « Fais de moi le pain que tu donnes aux affamés. Fais de moi le vin que tu donnes à ceux qui ont soif. Ouvre mes yeux pour un court instant, juste assez longtemps pour que je puisse Te voir sourire. » À chaque fois que je l'entends, les larmes coulent sur mes joues et je pleure comme une Marie-Madeleine. Oui, si par mon attitude, mes paroles, mon écoute, mes actions, mes sourires ou mes clins d'œil je peux faire sourire Jésus, alors je participe à l'avènement d'un monde meilleur et rejoins ma mission de vie en gardant ma flamme allumée.



Cécile Tardif
Communauté l'Étoile d'Aylmer



Poussés par l'Esprit : avançons ensemble, au cœur du monde, au-delà de nous...

L'année dernière, après trois longues années de repli sur soi-même, nous nous sommes engagés sur la voie du changement et nous avons pris la route...Ensemble... Sous la mouvance de l'Esprit, le Cursillo a repris vie. Nous sommes sortis de notre coquille... de magnifiques

papillons sont sortis de leur cocon. Un avenir tout en couleurs s'est pointé le nez. Oui, ce dicton : « Toujours de l'avant, jamais plus de l'arrière » n'a jamais été aussi vivant dans le cœur de chacun de nous.

L'Esprit Saint a été notre Guide pour éclairer notre route. Un Esprit de renouveau, de renaissance a caractérisé notre première année comme responsables. Bien humblement, nous n'avons fait que notre devoir : être une présence agissante et aimante pour chacun et chacune d'entre vous. Mais, pour citer St-Paul : « Ce n'est plus nous qui vivons, c'est le Christ qui vit en nous! » Pardon pour toutes les fois où nous aurions pu être des éteignoirs dans votre vie.

Cette année, nous voulons faire un pas de plus : il ne faut pas seulement prendre la route, mais **avancer ensemble**, ce qui signifie, pour nous, un engagement basé sur un choix personnel, en toute liberté. Mais nous savons que nous ne serons jamais seuls... Jésus sera notre compagnon de route.

Nous avons choisi de produire un petit livret qui illustre notre thème de l'année. Une œuvre d'art c'est magique, mais on la sort uniquement lors de nos grands rassemblements. Ce pamphlet a été remis aux responsables de communauté, le 17 septembre afin qu'ils aillent le porter à tous les membres de leur communauté, actifs ou pas, afin que chacun fasse un pas de plus pour être une présence agissante au cœur de notre monde qui est en manque d'amour et qui vit dans la solitude même si nous sommes entourés d'êtres humains. Oui, notre monde se meurt d'un grand manque d'Amour.

Avancer au cœur du monde. C'est quoi le cœur? C'est d'abord et avant tout, le mien et aussi le tien. La route vers son propre cœur est sans doute le voyage le plus long et le changement le plus difficile. Changer son propre cœur pour être une Lumière agissante autour de soi. Et surtout ne pas être un éteignoir pour ceux et celles que Jésus met sur ma route.

Aider l'autre à découvrir la vraie merveille qui habite au fond de son cœur. Ce voyage vers l'autre est impossible sans la présence agissante de Jésus en moi et sans la Lumière de l'Esprit Saint. Et c'est seulement à ce-moment-là que nous pourrons nous avancer ensemble au cœur de notre monde. Seuls, nous ne pouvons rien. Ensemble, nous pourrons contribuer à bâtir un monde plus fraternel et plus chrétien.

Chacune des images de notre pamphlet est signifiante. L'Esprit Saint : une présence lumineuse au cœur de notre monde. Les couleurs de l'arc-en-ciel apportent de la Lumière, de l'Espoir et de l'Amour dans un monde rempli de ténèbres.

Puis, les marcheurs sur le bord de la plage. Est-ce le jour? La nuit? Vont-ils s'embarquer pour un long voyage? La seule chose qui est sûre : la présence de cette lumière à l'horizon... est celle du Christ. Il nous accompagne même si nous doutons, même si nous ne savons pas où aller. Et nous poursuivons notre route...chacun de nous en quête de bonheur...

Enfin, cette image d'enfants souriants se tenant la main et entourant notre planète. Aller au cœur du monde avec un cœur d'enfant qui s'émerveille, qui demande un peu d'amour mais qui en a aussi beaucoup à donner gratuitement tout autour de lui. Une telle vision demande à chacun de nous d'aller au-delà de nos propres frontières...pour aller vers l'autre.

Quel lien faire avec notre prière du matin? Vous remarquerez dans le pamphlet, notre objectif de l'année : « **Oser évangéliser là où l'Esprit nous conduit.** » Si nous avons à définir le mot « Évangéliser », nous pourrions méditer longtemps sur chaque mot de notre prière du matin. Accueillir l'autre tel qu'il est, sans le juger et le voir au-delà des apparences comme Jésus le voit lui-même.

Notre chant-thème : « **Je voudrais** » qu'en nous voyant vivre, étonnés les gens puissent dire : « Voyez comme ils s'aiment, voyez leur bonheur. » Notre chant rejoint les paroles de la prière du matin : « Que je sois si bienveillant et si joyeux que tous ceux qui m'approchent sentent Ta présence. »

Quand je parviendrai à mettre en pratique cette prière, je pourrai dire que j'ai commencé à accomplir ma mission d'Évangéliser les personnes autour de moi. Mais je ne pourrai le faire qu'en demandant à Dieu de me revêtir de sa beauté pour qu'au long de ce jour, je Le révèle. Tout un contrat, tout un engagement! Seul, je ne peux rien. Je peux tout avec la présence de l'Esprit Saint en moi.



Oui, cette année, sortons de notre zone de confort et osons nous avancer au cœur du monde. Soyons des témoins de la Lumière du Christ autour de nous. Jésus nous envoie deux par deux, annoncer la Bonne Nouvelle à tous : Dieu nous aime infiniment et nous sommes Ses enfants. Dans l'immensité de l'Univers, Dieu nous connaît par notre nom et nous avons du prix à Ses yeux.

C'est tout simplement cela : **Être des lumières et Évangéliser.**

Bon cheminement avec Jésus comme notre Guide et notre Lumière.

Votre quatuor,

*Jésus,
Jacques Mayer, diacre permanent, animateur spirituel
Ghislaine Bergeron et André Brault, responsables du secteur*

Dans le silence de ce jour naissant

Depuis le début de mon diaconat, je termine mes homélies en assignant un « devoir » à faire en lien avec la Parole de Dieu que je viens de présenter. Un dimanche, j'ai assigné comme « devoir » de faire un signe de croix, dès que tu ouvres les yeux, avant même de mettre un pied en dehors du lit. C'était une façon de se centrer, dès le réveil, sur la personne de Dieu : Père, Fils et Esprit Saint. Une façon d'offrir à Dieu mes premiers moments d'éveil, mes premières pensées du jour. Quelques années plus tard, une paroissienne vient me confier que depuis qu'elle a commencé cette pratique, elle a moins de problèmes, moins de soucis.

J'aime le début du jour. J'aime ces moments de silence ponctués par le chant des oiseaux et par la respiration de mon épouse au repos à mes côtés. Je profite de ces moments privilégiés pour parler à Dieu. Je repasse avec Lui mes plans pour la journée. Je Lui confie les personnes que je dois rencontrer. Je Lui parle de mes préoccupations, de mes incertitudes, de mes craintes. Je Lui demande son aide pour faire mes activités, mon travail. Le silence me permet de me concentrer sur ma prière en minimisant les distractions. C'est dans le silence que l'intimité se crée avec Dieu.



Je suis alors prêt à affronter le jour qui s'offre à moi J'ai 24 heures, pas plus, pas moins, pour noircir avec mes choix d'activités la page blanche que ce jour me présente. Ce jour ne se présentera plus jamais. Il est unique. D'autres jours peuvent lui ressembler, mais aucun ne peut le remplacer. Demain, cette page de mon livre de vie fera partie de mon passé. Elle sera fixée dans un temps et un espace. Je ne pourrai rien y changer. Si j'ai fait des erreurs, il faudra les corriger au présent.

Le silence de ce jour naissant me prépare à entamer mes activités. Je suis alors invité à vivre dans mon quotidien le thème de cette nouvelle année cursilliste : « **Avançons ensemble au cœur du monde; au-delà de nous.** » Toute une mission à accomplir, une mission que je ne ferai pas seul. Une mission que nous ferons « **ensemble** » toi et moi à la suite de Jésus.

Tout seul, on va plus vite. Ensemble, on va plus loin.

Se dépasser, sortir du confort du connu pour s'aventurer vers l'inconnu. Faire confiance au Seigneur qui n'a pas eu peur de s'aventurer de village en village pour annoncer que Dieu est amour et que le Royaume de Dieu est proche. Jésus n'a pas toujours été bien reçu. Nous ne le serons pas non plus. Il ne faut pas se décourager. Nous ne sommes jamais seuls.

Bonne année cursilliste à tous.

*Jacques Mayer, d.p.
Animateur spirituel*

**Change les mots que tu emploies. Ne dis pas « Je suis chanceux, chanceuse ».
La chance n'a rien avoir dans ce que tu vis. Dis plutôt :
« Je suis béni, bénie! »**

*Richard Murphy
Saint-Antoine de Padoue, Perkins*

Le lancement de l'année

Le 17 septembre dernier avait lieu le lancement de l'année 2023-2024 où environ 80 personnes étaient présentes.



Ghislaine Bergeron et André Brault nous invitent à aller dire aux gens que Dieu les aime. Je suis poussé par l'Esprit Saint pour aller leur parler tout simplement en étant à leur écoute et les accueillir comme Jésus les aurait accueillis. En nous intéressant à ce qui les intéresse. En les accueillant et en les aimant comme ils sont. Pour les rejoindre, c'est facile : partout où je reçois des services, partout où je fais des rencontres. Leur demander leur prénom et les remercier avec notre plus beau sourire est une belle porte d'entrée.

Jacques Mayer est retenu à la maison et ne peut être présent puisqu'il a contracté la Covid, mais il nous écoute grâce au téléphone et nous dit même un petit bonjour.

Cette année, un pamphlet comprenant le thème de l'année et ses objectifs, la prière de l'année, le chant-thème de l'année et la prière de Saint-François d'Assise est remis aux responsables et co-responsables des communautés. Ghislaine et André les bénissent et les envoient en mission.

Les participants sont invités à réfléchir et partager sur les 4 questions suivantes :

1. Le thème de l'année nous invite à aller au cœur du monde... Qu'est-ce que cela veut dire pour toi?
Comment on fait cela?
2. Que signifie pour toi évangéliser? Ça peut faire peur...
3. Comment rejoindre la jeunesse au cœur de son vécu quotidien?
4. Comment rester jeune tout en vieillissant?

Après une belle réussite face au cursillo de paroisse qui a eu lieu au mois d'avril dernier à la paroisse St-Paul d'Aylmer, on annonce qu'il y aura un second cursillo en paroisse à St- Gabriel d'Ottawa en avril 2024.

Un changement a été apporté au Cursillo : il y a maintenant 11 membres dans une équipe. Des modifications ont été apportées au déroulement de la fin de semaine. Les changements respectent les directives du MCFC (Mouvement des Cursillos Francophones du Canada) et les responsables de l'équipe des rollos : Nicole et Gaëtan Lacelle qui ont été consultés et ont donné leur bénédiction. Le MCFC a élaboré un nouveau rollo nommé « Semeur d'Évangile, semeur d'Espérance » qui remplacera « Formation et action » mais qui gardera l'essentiel du message du précédent. Les rollos : « Les 2 fils » et « La souffrance » ont été retranchés. Ils seront intégrés à l'ensemble du weekend. Les participants auront plus de temps pour respirer et auront 1h30 pour l'heure du dîner. Ayez confiance! Ce sera très positif et très constructif.

Nous vous annonçons un petit changement pour les prochaines clausuras : l'accueil se fera à compter de 13h00 et une activité aura lieu de 13h15 à 13h45. Par la suite, les parrains et marraines pourront aller retrouver leurs filleul(e)s pour l'envahissement. Cette année encore, aucun corsage floral ne sera remis aux filleul(e)s. Pensez d'apporter votre Guide du Pèlerin lors des clausuras puisque le chant-thème s'y retrouve et que vous pouvez y insérer votre prière de l'année.

Les formulaires d'inscription seront acceptés jusqu'au vendredi de la semaine précédant la fin de semaine. Dans le cas de la prochaine fin de semaine qui se tiendra du 13 au 15 octobre pour les femmes, les formulaires devront être remis au plus tard le 6 octobre. L'heure d'arrivée des candidats est devancée

à 18h15 et la fin de semaine débutera le vendredi soir à 19h00. Le coût de la fin de semaine est de 150 \$.

Sur le formulaire d'inscription, il y a un ajout : un numéro de contact d'urgence et un espace pour les notes concernant les besoins spéciaux. Si votre filleul(e) a des besoins particuliers (en chaise roulante par exemple), nous vous demandons de l'accompagner et d'en profiter pour venir vous ressourcer spirituellement.

Dans le but de créer des liens solides et de pouvoir donner toute l'attention requise au nouveau ou à la nouvelle cursilliste, nous demandons à ce qu'un(e) seul(e) candidat(e) soit parrainé(e) par une même personne seulement.

La cantine sera de retour à Plantagenet. Il y aura une légère augmentation du coût des articles vendus compte tenu de l'inflation. Une nouvelle liste de prix sera affichée. Merci de votre fidélité!

Pour recevoir la revue « Pèlerins en marche », plusieurs opportunités s'offrent à vous : l'abonnement individuel en version papier envoyé directement à votre domicile est de 22 \$. Le prix de l'abonnement électronique est de 10 \$. Nous pouvons aussi payer 15 \$ pour la copie papier pour le diocèse au complet. C'est Louise Riel qui les reçoit et les distribue aux communautés lors des clausuras ou événements spéciaux. Vous pouvez aussi avoir un abonnement par communauté au coût de 17 \$ en autant qu'il y ait un minimum de 2 abonnements pour la communauté. L'envoi se fera directement au responsable de chaque communauté. Sur le site Web du cursillo de l'Outaouais, nous avons accès gratuitement aux revues du « Pèlerin en marche » pour les années 2003 à 2023 inclusivement. Enfin, nous pouvons souscrire à un abonnement de soutien au montant de 50 \$ dont un reçu d'impôt vous sera émis pour un montant de 30 \$. Les abonnements doivent être reçus avant le 15 novembre prochain et la commande finale sera envoyée le 30 novembre.

Cette année encore, il y aura une vente de billets pour le tirage 50/50 du MCFC dans le but d'amasser des fonds pour le Mouvement. Il est à noter que cette vente est réservée uniquement aux gens habitant au Québec. L'échéance de retour pour les billets sera le 8 novembre prochain.

Parmi toutes les personnes présentes, nous avons fait un tirage de 3 prix de présence :

Le premier est un montant de 75 \$ applicable lors d'une fin de semaine pour un membre d'équipe ou un cursilliste candidat. C'est Monique Levesque de la communauté L'Étoile d'Aylmer qui le remporte. Elle pourra l'utiliser pour elle-même lorsqu'elle se joindra à une équipe, en faire cadeau à un membre d'une équipe formée ou pour un(e) cursilliste qui vit un second cursillo. Elle pourrait aussi choisir de le donner à un candidat qu'elle parraine.

Le deuxième est aussi un montant de 75 \$ applicable lors d'une fin de semaine pour un candidat ou une candidate (premier cursillo). C'est Michelle Lanoue de la communauté Les Messagers de St- Gabriel d'Ottawa qui gagne le tirage.

Enfin, Christine Desormeaux de la communauté St-Rosaire remporte un abonnement d'un an à la revue « Pèlerin en marche ». Félicitations aux heureuses gagnantes!

Si vous êtes intéressés à recevoir de la belle visite au cours de l'année à venir en la présence de Ghislaine Bergeron et d'André Brault, vous êtes priés de communiquer avec eux. Ils aimeraient bien faire la tournée de toutes les communautés au cours de l'année.

Des remerciements bien sentis sont adressés à tous les membres impliqués dans le Mouvement, que ce soit au niveau de la musique, du son, du site Web, des palancas internationales, de la préparation de la salle à Plantagenet avant et après les weekends, des repas du samedi soir, de la mise en sacs de toutes les lettres acheminées, de la publication du « 4^e Jour de l'Outaouais » et de tous ceux qui

partagent des tranches de vie, aux membres de l'école des rollos. La liste est longue et fait foi de la bonne santé du Mouvement en Outaouais.

La rencontre se termine après la récitation de la prière de l'année et le chant-thème « Je voudrais » de Robert Lebel.

Cécile Tardif
Communauté l'Étoile – Aylmer

Croire en la Providence divine

J'apprécie beaucoup le sujet, émis par Cécile, de ce mois-ci. La phrase aujourd'hui qui m'interpelle est : « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit ».

Je suis en gratitude pour tous les événements des derniers mois, entre autres de la présence de chacune et chacun aux funérailles de ma maman. Ce qui m'amène à vous remercier pour votre présence au service, votre support, vos mots encourageants, vos prières, vos pensées et toute forme d'affection procurée dans ce moment difficile.

Il est important pour moi de laisser mes pensées prendre le temps de voir les signes que la vie me procure. Je veux vous partager un de ses signes. Ma mère, avant de mourir, nous a laissé une carte avec des mots d'amour. La photo de cette carte était un oiseau. Suite à son départ, nous étions à la fenêtre de la cuisine de notre nouvelle maison et voyant un oiseau se pointer le nez, nous sommes sortis dehors et un deuxième oiseau est apparu en avant de nous. Ces oiseaux ressemblaient beaucoup à la photo de la carte que ma mère nous a laissée.



Nous n'avons pas d'arbre sur notre parterre et voilà deux oiseaux sur le trottoir de la maison, à cinq pieds de nous, picochant la mauvaise herbe entre les pierres. Nous aurions dit qu'ils se parlaient. Aussi incroyable que cela semble être, les deux oiseaux se sont vraiment retournés et nous fixaient paisiblement. Après un long moment, nous les avons laissés picocher en douceur et sommes entrés dans la maison, tout en gratitude pour cet événement.

Cet événement était comme la visite de mon père et de ma mère pour me dire qu'ils sont heureux, qu'ils nous aiment, que nous avons fait un bon choix à l'achat de la maison et qu'ils seront toujours là près de nous.

Ça me fait réfléchir sur les oiseaux du ciel dans la parabole de Jésus-Christ présente dans l'évangile selon Matthieu 6 :25-33 et dans l'évangile selon Luc (12 :22-32) Elle invite à croire en la providence divine. Ce sont des pensées du genre qui nous font grandir Jacques et moi. S'émerveiller des petits signes de la vie. Nous sommes certains que cela vous arrive à vous aussi, c'est beau et c'est grand lorsque l'Esprit Saint nous guide.

Jacques Chouinard et Mireille Farley
Communauté Saint-Joseph

Mon début de journée

La dernière fois que j'ai lu la prière du matin, c'était à mon rectorat, mai 2022.

En la lisant aujourd'hui pour tenter d'écrire un petit mot pour le 4^{ième} jour, je me suis aperçu qu'il me manquait quelques phrases dans mes propres prières du matin.

Presque chaque matin, je me lève, me fais un bon café, je m'assois dans ma chaise confortablement et commence mes prières du matin.

Je commence par mes louanges et remerciements, mes demandes et encore des mercis.

Les lectures du jour et méditations, ensuite le chapelet.

Le chapelet est très important. Si je ne le dis pas le matin et je ne trouve pas assez de temps le reste de la journée, ma journée n'est pas complète et je me déçois de ne pas avoir prié pour les personnes qui me demandaient de prier pour elles. Je trouve que la prière est très importante car c'est souvent la seule chose que l'on puisse faire.



Au début, j'ai écrit qu'il me manquait quelques phrases à mes prières.

« Voir au-delà des apparences les autres comme Tu les vois Toi-même et ainsi ne voir que le bien en chacun. »

« Ferme mes oreilles..... »

« Garde ma langue..... »

« Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

De Colores

Gilbert Labranche
Cellule Jean XXIII

Appliquer la prière dans ma vie de tous les jours

SEIGNEUR, dans le silence de ce jour naissant, je viens te demander la paix, la sagesse, la force.

Cette prière du matin, je l'aime beaucoup, du début jusqu'à la fin. Je la récite et la médite à tous les jours. Elle m'invite à ajuster les activités de ma journée dans un rythme paisible. J'invite le Seigneur à me guider tout au long de la journée à travers la prière. Je demande au Seigneur de me la faire vivre selon Sa sagesse pour me garder sur le droit chemin. Je lui demande aussi la force pour être tenace devant l'adversité (le démon).

« Je veux regarder aujourd'hui le monde avec des yeux tout remplis d'amour ». Je veux regarder les gens avec un sourire, les saluer, m'intéresser à eux.

« Être patient, compréhensif, doux et sage ». Prendre du temps avec l'autre, l'écouter avec respect et partager de ma personne avec eux, sans aucun jugement, avec délicatesse.



De Colores!

« Voir au-delà des apparences tes enfants comme tu les vois toi-même, et ainsi ne voir que le bien en chacun ». Les aimer tels qu'ils sont avec leurs défauts et leurs qualités, comme Dieu nous aime.

Il n'est pas toujours facile pour moi d'appliquer parfaitement cette prière dans ma vie de tous les jours, face aux événements malheureux qui peuvent arriver dans ma famille. Aussi, je m'en remets à l'Esprit d'Amour qui redonne force, courage et espérance.

Merci et bonne prière du matin!

André Plamondon
Communauté Petite-Nation

Quelle magnifique prière que celle du matin.

Choisir une phrase, un mot, m'a demandé sans doute comme vous une réflexion, car pour moi cette prière est la description de ce qu'est Jésus, notre Sauveur.

Quelle belle mission que de tenter de Lui ressembler!

« Voir au-delà des apparences Tes enfants comme tu les vois Toi-même » est la phrase qui m'inspire le plus.

Regarder les gens que je rencontre, même les inconnus, comme les verrait Jésus.

Voir avec les yeux de Jésus. Alors, comment ne pas être bienveillante, douce et ouverte à leurs besoins?

Faire comme Jésus. Être dans ma vie au service des personnes qui m'entourent et de celles que je rencontrerai au fil des jours.

Et tout le reste de cette prière permet d'approfondir les autres aspects du visage de Jésus auquel j'aspire à ressembler.

Je suis une cursilliste en marche afin de témoigner du message de Jésus.

De Colores



Josette Béliveau
Communauté l'Étoile d'Aylmer

Une réussite pour le premier pique-nique annuel

Bonjour à tous nos frères et sœurs cursillistes,

Le 16 juillet dernier, nous, les Messagers de Saint-Gabriel d'Ottawa avons animé la messe à la Grotte Notre-Dame de Lourdes, à Ottawa. Pour une première, ce fut une belle réussite. Nous étions environ 50 cursillistes plus les membres de la paroisse Notre-Dame de Lourdes.

La température chaude était au rendez-vous et nous avons eu une belle journée ensoleillée.

Puis après la messe, ceux qui le pouvaient, soit environ 30 cursillistes se sont réunis à la paroisse Saint-Gabriel pour un pique-nique et un après-midi social. Les gens ont apporté leur goûter et finalement, la rencontre a eu lieu dans le sous-sol de la paroisse, la chaleur étant trop intense. Nous tenons à remercier Lynda Leroux pour la très belle et engageante animation lors de notre rencontre sociale.

Nous sommes privilégiés d'avoir la Grotte à la paroisse Notre-Dame de Lourdes. Tous les ans, la messe de midi se célèbre à la Grotte, à l'extérieur du mois de juin à septembre.

On peut faire brûler un lampion, il y a le chemin de croix et une montée au calvaire pour faire une prière à Jésus.

L'invitation est lancée à toutes les communautés pour l'an prochain, en juillet. Gros merci à tous les participants.

De Colores,



***Louise Lafrance et Paul Parent
Responsables des Régionaux***



Une façon parfaite pour accéder au bonheur

Pour ma part, la phrase qui m'interpelle dans cette belle prière du matin est : « Je veux regarder aujourd'hui le monde avec des yeux tout remplis d'amour. » Je dois avouer que je ne me regarde pas toujours avec des yeux d'amour. Je suis portée parfois à voir davantage mes manques, mes défauts, ce qui ne va pas. Évidemment, c'est pareil envers les autres. Il y a des jours comme ça où je vois seulement le côté négatif.

J'ai décidé de me servir de cette petite phrase pour changer le négatif en positif chaque fois que c'est nécessaire et je vous partage un article qui m'a fait penser à la prière cursilliste du matin en souhaitant que, tout comme pour moi, elle vous aidera dans votre cheminement.

Luce Samson
Les Messagers de St-Gabriel d'Ottawa

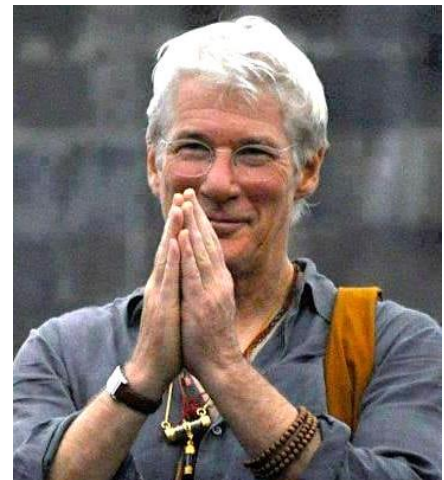
🙏 Je te souhaite le bonheur 🙏

Il existe un exercice puissant, assez simple,
Que j'ai commencé à utiliser il y a de nombreuses années.
Lorsque sur mon chemin je rencontre
Soit une personne, un animal ou même un insecte,
La première pensée qui me vient est:
"Je vous souhaite le bonheur" ou bien
"Je te souhaite du bonheur..."

Cela change complètement ce qui se passe
Entre vous et cette personne.
Je dis cela par expérience personnelle.
Quand vous rencontrez un "ennemi"
Quand vous vous trouvez face
À une situation difficile inattendue...
Cela est difficile, très difficile.
Et à ce stade, ...
Vous voyez comment cette émotion négative apparait.

Et AVANT qu'elle n'envahisse votre être entier,
Vous avez le temps de la changer...
Vous verrez les choses telles qu'elles sont :
Quelqu'un dans l'ignorance, la colère... Mais pas vous!

Laissez l'Amour transformer votre vis-à-vis
« JE TE SOUHAITE DU BONHEUR! »
Essayez et vous verrez
Combien tout cela va changer votre vie.



Richard Gere
Comédien bien connu

Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit

La phrase qui me revient le plus souvent en mémoire dans la prière du matin du Guide du pèlerin est la suivante :

« Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Voici quelques exemples :

Sur la route, quand je me fais dépasser par un fou de la vitesse... oups... « que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Ou à l'inverse, le branleux en avant qui ne semble pas savoir où aller... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Une situation stressante qui m'inquiète... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Ma petite-fille qui vit à l'autre bout du monde et qui est aux prises avec une période difficile... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

J'ai un problème de santé et je commence à m'inquiéter... non, non...
« Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Le p'tit hamster qui se met à courir dans ma tête... non, non...
« Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

L'autre à côté qui m'a fait du tort et que j'ai envie d'étouffer... non, non...
« Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »



La personne qui se plaint tout le temps sur tout... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

L'envie de rage parce que les choses ne se passent pas comme je l'avais prévu... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Le désir de vouloir tout contrôler... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

M'entêter dans une opinion et ne pas écouter l'autre... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Ne voir que le négatif d'une personne plutôt que de chercher le positif... non, non... « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

Je dis de plus en plus souvent : « Que l'Esprit Saint prenne le contrôle de mes pensées et que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. »

**Huguette Drolet
Communautés St-Matthieu/Jean XXIII**

Rien n'est aléatoire pour Dieu Tout-Puissant, **Ses plans sont saints et insondables**

Le 10 mai 2023, nous étions une trentaine venant de partout du Canada pour atterrir à Palerme en Sicile en anticipation d'un beau voyage de 16 jours. Tout se déroule comme on s'y attendait, mais quatre jours avant la fin du voyage, sur la petite île de Lipari, notre guide accompagnatrice canadienne souffre d'un « *accident vasculaire ischémique transitoire* » au beau milieu du souper. Elle avait les signes d'un ACV : perte de contrôle de son visage, pas capable de lever les bras, élocution difficile et enfin, elle s'est allongée par terre lors d'une crise cérébrale.

D'un rien, Thérèse (mon épouse depuis 46 ans) et moi étions à ses côtés. Notre groupe de 30 voyageurs passe à l'action, chacun selon ses talents : un pharmacien partage ses idées de médicaments, une infirmière spécialiste du cœur et qui parle l'italien porte bon conseil, tout le groupe aide. Un médecin (allemand) dans le même restaurant nous aide, et un employé du restaurant fait venir l'ambulance. Sous peu, notre guide est entre les mains des ambulanciers et en route à l'unique clinique d'urgence. Thérèse, avec un canadien d'origine italienne, partent à la marche-rapide vers notre hôtel pour entrer dans la chambre de notre guide. Grâce au canadien-italien, la communication est claire et le personnel de l'hôtel ouvre la chambre et le coffre-fort pour les papiers d'identité. Thérèse et une amie voyageuse sécurisent les €3,590 Euros de notre guide, font ses valises, complètent le contrôle de l'argent, les bijoux, le passeport, les papiers personnel, etc. Moi et mon copain, malgré l'heure tardive au Canada, retraçons le propriétaire de l'agence de voyage et un plan d'urgence est en marche : l'assurance voyage de la patiente est mise au courant, et un nouveau guide vient nous trouver dans les 24 heures. « Dieu merci », notre groupe utilise « WhatsApp » pour la communication entre les voyageurs et oui, les prières se multiplient.

Le souper est loin... Toujours avec mon copain et le guide local italien, nous patientons à la clinique pour obtenir des nouvelles de notre guide accompagnatrice canadienne. Enfin, on nous annonce qu'elle sera bientôt en route par hélicoptère vers un hôpital plus équipé pour l'aider. Nous lui offrons quelques paroles rassurantes avant le décollage et remettons sa valise qui est embarquée dans l'hélico. (Photo prise par Michel Hébert, participant du voyage.)



Le lendemain, le groupe quitte l'île de Liparie, direction Messina. Nous retrouvons notre guide à « University Hospital "G. Martino " » où nous lui remettons son passeport, cartes de crédit et son argent. Elle est déjà beaucoup mieux, et le lendemain elle se dirige au Canada. Par « WhatsApp », le groupe est renseigné et rassuré, notre voyage se poursuit.

' ... Jésus veille sur chacun(e) de nous continuellement, nous protégeant à la foi des dangers dont nous avons conscience et de ceux qui nous échappent. Il n'y a absolument pas de hasards dans notre existence. Merci Seigneur pour vos actions dans nos vies, de marcher avec nous sur nos routes humaines et nous accompagner partout, d'œuvrer en notre faveur et de pourvoir à tous nos besoins.'

J'essaie de comprendre, mais Ses plans sont saints et insondables. Lui qui peut tout, qui voit tout, :

- trente personnes de partout au Canada choisissent ce voyage et arrivent pour se lier d'amitié en Sicile, dont quatre parlent l'anglais, le français et l'italien ;
- les diverses expertises rassemblées pour éventuellement aider notre guide Canadienne ;
- ces voyageurs qui veulent servir et aimer leur prochain ;
- notre guide se trouve dans un restaurant où son malaise se déroule, entourée de ce bon monde et non pas dans sa chambre où elle demeure seule ;
- l'ambulance est disponible et arrive en peu de temps, dotée de personnel compétent et la clinique d'urgence est proche : à trois minutes de marche de l'hôtel ;
- les médecins de la clinique, guidés par l'Esprit Saint, l'envoient à l'hôpital « University Hospital "G. Martino " » à Messina ;
- son employeur travaille en arrière-plan pour informer les assurances, trouver un guide remplaçant, avertir sa famille et nous tenir au courant un pas après l'autre ;
- et enfin, elle est soignée en quelques jours et fait son chemin à la maison au Canada.

Je suis certain de manquer plusieurs actions de la part de notre Seigneur si humble et discret soit-Il. Souvent, les hommes pensent que c'est le hasard qui dirige l'univers ; en réalité c'est Dieu, « le créateur du ciel et de la terre », qui agit en notre faveur. »

Permettez-moi une dernière indulgence, une petite prière/chanson :

REGARDEZ L'HUMILITE DE DIEU

Admirable grandeur, étonnante bonté du Maître de l'univers
Qui s'humilie pour nous au point de se cacher dans une petite hostie de pain.

**R/ « Regardez l'humilité de Dieu, Regardez l'humilité de Dieu,
Regardez l'humilité de Dieu, et faites-Lui hommage de vos cœurs. »**

Faites-vous tout-petits, vous aussi devant Dieu pour être élevés par Lui,
Ne gardez rien pour vous, offrez-vous tout entiers à Dieu qui se donne à vous.

**R/ « Regardez l'humilité de Dieu, Regardez l'humilité de Dieu,
Regardez l'humilité de Dieu, et faites-lui hommage de vos cœurs. »**

<https://www.youtube.com/watch?v=aCX-FyB2XMo>

REGARDEZ L'HUMILITE DE DIEU
AS Rahm pour Graine de saints

Richard Murphy
Responsable des cursillistes Perkins, St Antoine de Padoue

P.S. En juin, nous avons dîné au restaurant avec nos amis d'Ottawa et notre guide. Elle va très bien et remercie Dieu et les voyageurs. En quittant, elle nous dit au revoir : « Inshallah » (si Dieu le veut).

Mes commentaires sur la prière du matin

Seigneur, dans le silence de ce jour naissant,
C'est une prière qui nous propose de le prier dès notre réveil....

Je viens te demander la paix, la sagesse, la force,

Tout est grâce! Si notre Dieu ne le permet pas, nous n'y arriverons pas...

Je veux regarder aujourd'hui le monde avec des yeux tout remplis d'amour.

Ça commence par le désir : JE VEUX REGARDER AUJOURD'HUI LE MONDE...

Être patient, compréhensif, doux et sage

JE VEUX ÊTRE PATIENT, DOUX ET SAGE...

Voir au-delà des apparences tes enfants comme tu les vois toi-même et ainsi ne voir que le bien en chacun.

Quel défi tu me demandes! J'ai donc besoin de Ta Grâce pour faire ça à temps plein !

Ferme mes oreilles à toutes calomnie.

Sa Grâce et mon choix...

Garde ma langue de toute malveillance.

On est donc limité... on a besoin de Lui

Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit.

Encore là, *je veux* remplacer les pensées négatives par des *louanges*.

Que je sois si bienveillant et si joyeux que tous ceux qui m'approchent sentent Ta Présence.

Ouf! Tu as du chemin à faire en moi Seigneur parce que j'ai besoin de Ta Joie.

Revêts-moi de ta beauté, Seigneur pour qu'au long de ce jour je te révèle. Amen

Uni par la grâce à tous les membres de l'Église universelle, je t'offre, Seigneur, ma vie, ma famille, mon travail, mes joies, mes peines et mes espoirs afin de pouvoir bâtir un monde plus humain et plus fraternel.

Tout offrir à Dieu POUR SA GLOIRE.

Seigneur Jésus, je t'accepte comme mon Sauveur.

Oui, avec Toi, on peut tout.

Remplis-moi de ton Esprit pour que je puisse vivre pleinement mon Baptême et te rendre présent dans toute ma vie.

Aide-moi à rayonner ton Amour, ta Paix et ta Joie afin qu'en me voyant vivre, d'autres te rencontrent et glorifient le Père qui est dans les cieux. Amen

Ce n'est pas inné de Lui ressembler.... Nous avons tout le temps besoin de Lui.... Je suis si petite et fragile, ce qui fait que je peux voir SA GLOIRE dans mon quotidien ! Merci Seigneur.



Tout est grâce! Sa Joie, Sa Paix, Sa Sagesse... Parfois, je me vois limitée avec mes découragements. Mais, en faisant le premier pas; soit, celui de changer mes pensées négatives en chants de louanges... le miracle se fait en moi! À force de Lui dire de belles choses (Tu es Grand, Fort, Puissant, Omniprésent, Miséricordieux...), je me trouve chanceuse que ce père du Ciel me voit! Il m'a désirée telle quelle! La vie m'a amenée à certains changements... IL M'AIME ENCORE! Il m'a donnée la grâce de croire en Lui, de Le prier *parce que ce n'est pas tout le monde qui y*

croit.

Dans mon cas, j'essaie de le remercier très souvent. Puis, dans le fond, rien n'est acquis. Pas la couleur de mes cheveux, ni la force de mes yeux, ni cette verdure qui m'entoure, cette vie qui grouille autour de moi! Tout peut brûler, s'éteindre... Mon rôle : m'accrocher à ce Dieu d'Amour!

Tout Lui offrir POUR SA GLOIRE! Ses Créations même! Aussi mes peines, mes joies, mes échecs, mes émerveillements, moi-même pour qu'il me fasse le cadeau de Lui ressembler d'avantage, POUR SON BONHEUR, pour le bonheur des siens, des nôtres et des autres.

Viens m'équilibrer Seigneur pour que je ne m'épuise pas à me donner trop! Viens me parler dans mon cœur, me confirmer avec Ta Parole ce que tu attends de moi. Viens mettre Ta Joie et Ton Amour en moi comme moteur qui me fera avancer vers les autres.

**Lynda Leroux,
Communauté l'Envol d'Alfred**



Le 4^e Jour de l'Outaouais est un outil pour rejoindre tes frères et sœurs cursillistes et les aider à cheminer par tes partages et tes témoignages.

Le thème de la prochaine parution sera :

« Le temps file. Qu'est-ce que je fais de ma vie? »

Envoie le tout à Cécile Tardif à l'adresse suivante :

csil.tardif@gmail.com

En indiquant « 4^e Jour » dans ton envoi.

Date de tombée pour la prochaine édition :

11 décembre 2023

Merci d'avance! J'ai hâte de te lire et de partager ton envoi.

Seule la prière peut m'aider



La phrase qui m'interpelle est la première : « *Seigneur, dans le silence de ce jour naissant.* » Comme je me réveille tôt, tout est silence ici et j'en profite pour redire ma prière quotidienne. Je la récitais déjà de temps en temps, mais depuis le 2 décembre 2021 j'en éprouve le besoin chaque jour : « *Merci Père pour cet autre jour que tu ajoutes à ma vie, avec Ton aide ce sera une bonne journée; c'est Toi qui me donnes les capacités physiques et mentales pour accomplir la mission pour laquelle Tu m'as placée sur la terre. Je te rends grâce parce que Tu m'as gardé mes capacités mentales et je Te remercie pour la confiance que Tu vas me redonner mes capacités physiques : soit la force et la motricité de mon côté gauche. Seigneur, je t'aime, Merci de m'aimer comme Ta fille.* »

En relisant attentivement notre belle prière; je réalise que je devrai faire mienne une autre phrase quotidienne : « *Voir au-delà des apparences tes enfants comme Tu les vois toi-même.* » Nous avons plusieurs cas de démence sévère et d'Alzheimer dont les comportements dérangent, ce qui m'agace beaucoup. J'ai besoin de pratiquer l'acceptation. Seule la prière peut m'aider.

De Colores!

Adèle Desroches
Communauté l'Envol d'Alfred

Prochaines dates importantes à inscrire à votre agenda

15 au 17 octobre 2023 : Cursillo des femmes à Plantagenet –
Chantale Larocque sera la rectrice.

4 novembre 2023 : ressourcement sous forme de sketches pour les
Responsables, co-responsables et tous les cursillistes de
l'Outaouais.

7 novembre 2023 : ultreya spécial sur nos Saints Protecteurs (via
Zoom).

17 au 19 novembre 2023 : Cursillo des hommes à Plantagenet –
Marcel Gauvin sera le recteur.



AFIN QU'EN ME VOYANT VIVRE

Voilà le souhait matinal avec lequel je démarre mon quotidien depuis des années.

J'appuie et je relis cette phrase pour avoir un regard et un esprit positif autant que les paroles que je déclarerai au fur et à mesure aux gens que je rencontrerai, durant la journée, les enfants bien-aimés du Père : imparfaits, comme moi, mais habités de belles forces et qualités. Ne sommes-nous pas tous des merveilles de la création???

Saint Paul le dit lui-même dans Ep 4, 29-32 :



« Aucune parole mauvaise ne doit sortir de votre bouche; mais, s'il y en a besoin, dites une parole bonne et constructive, bienveillante pour ceux qui vous écoutent. Faites disparaître de votre vie tout ce qui est amertume, emportement, colère, éclats de voix ou insultes, ainsi que toute espèce de méchanceté. Soyez entre vous pleins de générosité et de tendresse. Pardonnez-vous les uns les autres, comme Dieu vous a pardonné dans le Christ. » Bien pour dire combien la Parole est encore bien vivante et appropriée pour répondre aux besoins du monde contemporain présentiel, virtuel, spirituel.

Je m'assure de ne jamais oublier que je suis toujours en conversion progressive grâce aux personnes que je rencontre sur ma route. Pas parfait, mais en perfectionnement continu.

De Colores...

Un pèlerin dont les chaussures sont souvent rafistolées....

De Colores

ULTREYA

Gaëtan Lacelle
Communauté l'Espérance – Hawkesbury

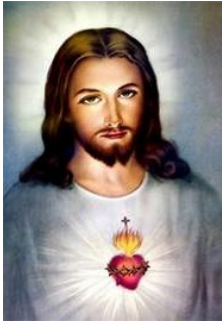
La louange, tout simplement



La phrase qui m'accroche est: « Que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit. » En un mot : la louange.

Odette St-Denis
Les Messagers de St-Gabriel d'Ottawa

« Voir au-delà des apparences tes enfants comme Tu les vois Toi-même »



Cette parole de la prière du matin (page 17 livre Guide du Pèlerin) m'inspire à vivre mon quotidien selon la miséricorde et l'amour inconditionnel de Dieu en transformant mon cœur de pécheur à la ressemblance du cœur de Jésus.

Comme chrétien, j'adhère fortement à cet appel du Christ en moi, mais le mettre en pratique au quotidien est moins facile et ne m'est pas spontané.

Au fil du temps, suite à des conflits relationnels qui m'ont conduit à vivre des échecs, j'ai pris le temps de faire en moi l'introspection de ces événements afin de découvrir *« quelle serait la poutre dans mon œil »* Luc 6,42.

J'en suis venu à percevoir, comme Jésus nous l'enseigne dans la parabole de l'enfant prodigue, qu'il y a deux enfants en moi qui s'agitent : il y a le fils cadet qui recherche la célébrité, l'estime, la reconnaissance, la vanité... et il y a le fils aîné qui rivalise, juge, envie, jalouse, exclut...

Alors, pour **voir au-delà des apparences...**, il est donc important que je devienne conscient de ces deux facettes en moi qui font obstacle à la construction de relations saines et harmonieuses au sein de ma communauté et qu'avec l'aide de l'Esprit Saint, semer et faire grandir en moi : l'humilité, la patience, la tolérance, l'empathie, la tendresse et le pardon.

« Laissez-les pousser ensemble jusqu'à la moisson » (Mt 13, 24-30)

*« Le royaume des Cieux est comparable
à un homme qui a semé du bon grain dans son champ.
Or, pendant qu'il dormait, son ennemi survint ;
il sema de l'ivraie au milieu du blé et s'en alla.
Les serviteurs du maître vinrent lui dire :
« Seigneur, n'est-ce pas du bon grain que tu as semé dans ton champ ?
D'où vient donc qu'il y a de l'ivraie ? »
Il leur dit : « C'est un ennemi qui a fait cela. »
Les serviteurs lui disent : « Veux-tu donc que nous allions l'enlever ? »
Il répond : « Non, en enlevant l'ivraie,
vous risquez d'arracher le blé en même temps.
Laissez-les pousser ensemble jusqu'à la moisson ;
et, au temps de la moisson, je dirai aux moissonneurs :
« Enlevez d'abord l'ivraie, liez-la en bottes pour la brûler ;
quant au blé, ramassez-le pour le rentrer dans mon grenier. »*

**Denis Galipeau
Communauté Jean XXIII**



Faire de son mieux dans la vie

Chacun de nous cherche à réaliser ses rêves et aspire à réussir sa vie. Pour y parvenir, il faut être attentif et à l'écoute de notre petite voix intérieure qui nous indique la bonne route à suivre. La pandémie a temporairement mis un frein à nos aspirations. Mais si nous portons attention autour de nous, la nature, elle, n'a pas cessé de vivre. Elle a réagi de manière admirable. L'oiseau continue de construire son nid. L'oisillon continue de sortir de sa coquille. Comment moi, je me suis adapté? Moi, j'ai développé mes talents culinaires et mes talents artistiques. J'ai peint de belles toiles. J'ai laissé mon imagination travailler. Je suis fier des résultats!

J'ai continué d'entrer en contact avec mes amis. Un appel, une écoute. Ça passe inaperçu sauf dans le cœur de la personne écoutée. Il a fallu me fier à l'Esprit Saint pour me convaincre que tout irait bien. J'ai bien senti Sa présence à l'intérieur de moi. Je savais qu'Il ne me laisserait pas seul dans les moments difficiles que je vivais.

Jésus est aussi un ami précieux. Il habite en moi et fait route avec moi tous les jours. Je ne me suis jamais senti seul dans tout ce qu'ai eu à vivre depuis quelques années. Souvent je Lui ai demandé de me donner les outils nécessaires pour affronter les épreuves. L'Esprit Saint m'a amené à regarder en-dedans de moi pour y puiser les outils nécessaires, des forces intérieures, cachées mais bien présentes. J'ai un parcours unique à réaliser dans ma vie. Je ne connais pas ma destinée mais je demeure confiant dans le Seigneur. Je me sais aimé de Dieu qui veille sur moi. Mon parcours est différent du vôtre. Nous sommes des personnes à la fois ordinaires et à la fois extraordinaires car nous sommes des merveilles aux yeux de Dieu. Nous sommes appelés à être au service de nos frères et sœurs. Pour cela, il faut apprendre à aimer avec l'aide de l'Esprit Saint en nous.

Je vis des événements bien différents de chacun de vous. Chacun a à affronter des obstacles dans la vie et chacun est appelé à trouver ses propres solutions. Je peux être à l'écoute de tes souffrances, mais je ne peux les vivre pour toi ni les affronter pour toi. Chacun doit trouver sa propre réponse. A toi de la découvrir...

Pour m'éclairer, j'aime lire des passages dans la Bible et les méditer. Je sens la présence de l'Esprit Saint en moi qui m'éclaire sur la route à suivre. Je peux exprimer mes souffrances à mes proches, mais ma façon de les affronter est unique à moi.

Le titre de ma présentation: « Faire de mon mieux » vient de mon expérience dans le scoutisme. J'ai œuvré de nombreuses années dans le mouvement. J'ai essayé de mettre en pratique notre devise de servir de notre mieux et de toujours être prêt à rendre service. Pendant mes 19 ans au Scoutisme, j'ai fait de mon mieux pour que les jeunes soient heureux en plein air et dans la vie de chaque jour.

Même chose dans ma vie familiale. J'ai cherché à donner le meilleur de moi à ma femme et à mes deux enfants. Malgré tout, j'ai eu à affronter des épreuves éprouvantes. J'ai eu à vivre la perte d'un être cher : mon fils, Alain, 42 ans qui s'est enlevé la vie. Il avait la maladie qu'on appelle « le mal de vivre. » Tout était noir pour lui, il ne voyait pas d'issue. Puis un jour, son épouse lui annonce qu'elle le quitte. Le fait de ne pas pouvoir vivre avec ses enfants a fait déborder le vase. Il a sauvé des vies comme ambulancier pendant 13 ans mais il n'a pas pu sauver la sienne.

Ensuite, mon épouse, Nicole, a eu un cancer qui a duré trois longues et pénibles années. Mourir de peine de la perte de notre fils. Perdre deux êtres chers en si peu de temps. Malgré ma propre douleur, faire de son mieux, oui, pour continuer ma route car la vie continue son parcours. Mon autre fils, Michel, et mes petits-enfants comptent sur moi. Je me dois de faire que chaque nouvelle

journée soit un peu meilleure que celle qui vient de se terminer. Encore là, ce dicton ressemble beaucoup à celui de Baden Powell, fondateur du scoutisme, qui a dit un jour: « Il faut toujours laisser le terrain de camping utilisé plus propre qu'à notre arrivée. »

C'est pourquoi, je me dois de regarder le lendemain de manière positive, plus que jamais. Dans la vie de tous les jours, en plus de ma famille, mon Église à moi : c'est toi, c'est l'ensemble de chacun de vous, tous unis dans une même communion fraternelle, tous frères et sœurs dans le Christ. Nous sommes tous faits à l'image de Dieu...et notre mission est d'annoncer la Bonne Nouvelle à ceux et celles qui n'ont pas rencontré Jésus.

Pour terminer, notre mission est de répandre autour de nous, la bonne humeur qui deviendra à la longue contagieuse. Pour apaiser les jours difficiles, il faut aller chercher des outils et ne pas craindre de demander de l'aide. Il nous arrive d'atteindre le fond du baril avant d'en remonter grand. Le ciel nous a fait un beau cadeau: celui de la vie: une force intérieure (un genre de « Booster ») qui nous permet d'aller à la conquête des épreuves.

Dans la vie, nous offrons souvent des cadeaux à nos proches, mais le plus beau cadeau est celui de son temps et de son écoute, un don de soi à une personne souffrant du mal de vivre à cause des nombreuses épreuves dans sa vie. Alors donnons au suivant. C'est bien plus satisfaisant que de dépenser de l'argent pour soi-même. Il faut apprendre à lâcher prise face aux épreuves de la vie et à apprendre à recevoir de l'aide qui nous est offerte gratuitement. J'ai appris à faire de mon mieux... sans forcer les choses. Plusieurs personnes ont peu reçu d'amour dans leur jeunesse. Tout geste d'amour que je leur témoigne est purement inoffensif mais combien gratifiant pour celui ou celle qui le reçoit.



« La joie de vivre c'est le bonheur de se sentir en vie, un cadeau du ciel. »

**Gilles Larose
Communauté St-Rosaire**

LES MAINS

Lorsque j'ai lu le mot de bienvenue sur le site du cursillo Outaouais dans lequel Jacques parle des mains, cela m'a fait revivre un moment important sur l'amour de Dieu.

C'est à Pâques 1992. J'étais allé à la messe de 11h00 à Jean XXIII. Je n'étais pas à l'aise intérieurement de participer à la célébration dû à ma séparation temporaire avec mon épouse. En entrant dans l'église on me demande : « Gilbert veux-tu donner la communion? » Bien sûr, je ne peux refuser. Je m'assois et demande à Dieu : « Qu'est-ce que tu veux de moi? »

Il ne tarde pas à répondre : « Regarde les mains des communiantes. »

Quand j'ai commencé à donner le corps du Christ, je regardais les mains, les petites des enfants, des mains ordinaires et toutes les autres que Jacques mentionnait dans son texte.



De Colores !

Il y a entre autres les mains de deux personnes qui sont demeurées dans ma mémoire, deux petites mains avec les doigts tous croches, probablement à cause de l'arthrite et deux grosses mains durcies par le travail manuel, expression dure comme la roche.

Et c'est ce que Dieu voulait que je remarque. Que chaque personne est différente, mais toutes aimées du même amour.

Gilbert Labranche
Jean XXIII

5 ANS DÉJÀ! **le 449^e du 22 au 25 novembre 20218**

Du 22 au 25 novembre 2018 se tenait le 449^e Coursillo. Ce qu'il en a coulé de l'eau sous les ponts depuis! Je veux prendre le temps de dire MERCI à celles qui m'ont accompagnée à la table des Saints Anges : Mireille, Madeleine, Monique et Gynet.

Merci pour les 3 belles rencontres que nous avons vécues avec celle qui nous a accompagnées lors de notre préparation : notre belle Cécile Tardif avec ses bons mots d'encouragement, ses conseils pertinents.

Merci à toutes celles qui nous ont généreusement partagé un page de leur vie pour nous transmettre le message de l'Esprit Saint. Je ne voudrais pas oublier les présidentes de table qui se sont assuré que celles qui leur avaient été confiées ont pu profiter au maximum de leur fin de semaine. Merci pour les figures épanouies de nos compagnes au fur et à mesure que nous avançons, de pouvoir constater le travail de l'Esprit Saint surtout chez nos nouvelles candidates. Ici dans ma chambre solitaire, quand je pense à cette belle fin de semaine, je reprends un peu courage. En chantant notre beau chant thème. Je remercie pour la vie qui nous accorde des beaux moments de grâce pour nous donner la force d'accepter les épreuves; souvent difficiles.

De Colores!



Adèle Desroches
Communauté L'Envol d'Alfred

Une belle leçon de Dieu à travers la nature

Pour celles et ceux qui me connaissent, je suis Marthe dans l'évangile. Tu sais, celle qui travaille tout le temps? Qui n'arrête jamais? C'est lorsque je suis dans la nature que je me ressource en étant dans le moment présent et en cette journée du 23 juin dernier, j'ai eu tout un enseignement!

À la maison, nous avons deux cabanes à moineaux. Elles affichent complet tout l'été. Il y a trois semaines, une première couvée d'oisillons a pris son envol. C'était au tour de l'autre logement à quitter et, pour la première fois de ma vie, j'ai été témoin de ce beau spectacle. Depuis quelques jours déjà, je voyais les parents qui venaient nourrir leurs petits. Ceux-ci les attendaient en réclamant leur dû et ils sortaient de plus en plus la tête par l'ouverture du trou de la cabane. Je me disais que ça s'en venait... J'ai été étonnée et émerveillée de voir l'attitude des parents dans le processus. Ils venaient à tour de rôle leur donner leur pitance, mais de moins en moins. Ils étaient là pour les encourager, les soutenir. Ils venaient les voir puis se posaient tout près sur le bord de la piscine pour que leurs oisillons puissent les voir. Même leur chant était différent de leur ritournelle habituelle. C'est comme s'ils les motivaient à sortir. Lorsqu'ils s'approchaient de leurs rejetons qui se montraient la tête, ils se penchaient par en arrière pour qu'ils sortent un peu plus du nid. Après des heures de ce manège, un premier oisillon a pris son envol et est allé dans les cèdres tout près où les parents l'appelaient. Puis, un autre a pris son envol quelques secondes plus tard.



Il en est resté dans le nid et les parents ont continué à venir voir leur progéniture et les encourager avec le même dévouement et la même patience que pour les premiers. Ils ont pris leur envol plusieurs heures plus tard.

J'y ai vu un parallèle avec Dieu qui s'occupe de moi, de chacune et chacun de nous. « *Être patient, compréhensif, doux et sage.* » Toujours patient, toujours aimant, Il ne me pousse pas, ne me harcèle pas, mais Il m'encourage en mettant des gens sur ma route pour m'aider à prendre mon envol et aller vers la vraie liberté. Peu importe le temps que ça me prendra. Il est là pour moi. En sortant du nid, bien des dangers guettent les jeunes oiseaux et moi-même, mais je sais que nous ne sommes pas seuls. Dieu veille sur chacune de Ses créatures. Il veille sur moi, sur toi et nous envoie des anges pour nous guider et nous soutenir dans les moments difficiles.

Cécile Tardif
Communauté l'Étoile d'Aylmer

Ils sont entrés dans leur 5^e jour



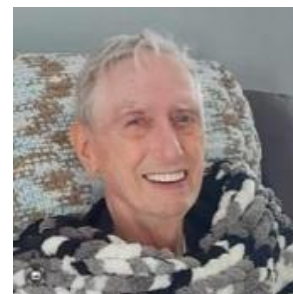
Le 3 juillet dernier, Rachel Desmarais est partie vers notre Père qui lui a dévoilé Sa sainte figure. Elle faisait partie de la communauté L'Envol d'Alfred.

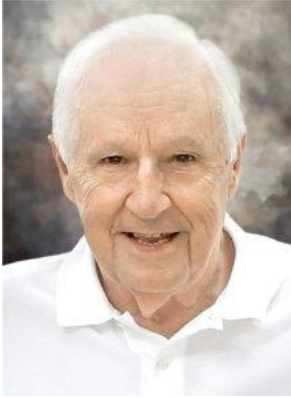
Jean Landry, cursilliste depuis de très nombreuses années a quitté ce monde pour entrer dans la vie éternelle le 15 juillet dernier. Il faisait partie de la communauté « Les Soleils de Ste-Rose » depuis de nombreuses années. Il était très généreux avec sa famille et engagé dans sa foi. Il était âgé de 84 ans



Gilbert Carrière était cursilliste dans la communauté St-Matthieu. Il a terminé sa vie terrestre pour commencer sa vie éternelle. Il est décédé le 22 juillet 2023 à l'âge de 79 ans.

C'est le 30 juillet dernier que Michel Rochefort est décédé des suites d'une longue lutte au cancer. Il avait vécu son Cursillo durant les années 1990 et avait joint la communauté de Notre-Dame du Très St-Rosaire.





C'est en date du 3 août 2023 que notre frère cursilliste Réal Villemaire, âgé de 89 ans, est entré dans la Cité céleste après une longue maladie. Les membres de la communauté L'Envol d'Alfred dont il faisait partie perdent un grand leader.

Le 12 août, une grande dame nous quittait. En effet, Louise Cousineau a franchi la porte du Paradis le 12 août dernier après une longue lutte face au cancer. Femme de foi, c'est toute la communauté Jean XXIII et plusieurs cursillistes et amis qu'elle laisse dans le deuil. Elle était âgée de 72 ans.



C'est avec le cœur brisé que plusieurs personnes ont appris le décès de Agathe Parisien, âgée de 78 ans. Elle était l'épouse de René Ouellet, décédé il y a quelques années. Elle était une cursilliste longtemps engagée dans sa communauté de Thurso.



À toutes les personnes et les familles éprouvées,
nous vous offrons nos plus sincères sympathies.
Sachez que nous sommes
de tout cœur avec vous par la prière.
Merci, Seigneur, d'être toujours avec nous dans les épreuves et d'être notre
espérance.