



EDITO

Un sentiment étrange se dégage de cette année 2020 qui vient de se terminer. La quasi certitude que **rien ne sera plus comme avant** tout en n'ayant pas de vision claire **de ce que sera demain**. Autrement dit nous nageons en pleine incertitude ! Comme si l'avenir nous échappait ! Alors nous nous rassurons: il y a le vaccin, nous sommes tous concernés, L'Etat ne laissera personne en marge . Mais voilà que des nouvelles nous remettent en alerte assombrissant déjà cette nouvelle année !! **Alors que faire, pour ne pas sombrer dans la morosité et le repli sur nous-mêmes ?**

Vivre l'instant présent dans toute sa force de vie. Et si nous nous rapprochions de la nature pour nous ressourcer ?

Redécouvrir toute sa richesse de couleurs, d'espèces florales et animales si variées, les beaux paysages qui nous entourent et que nous ne voyons même plus tant nous sommes crispés sur nos activités humaines.

Retrouvons notre capacité à nous émerveiller de ce qui s'offre à nous.

Pratiquons **les pensées et les émotions positives**, tout simplement, en vivant dans le moment présent, **ici et maintenant**, en pleine conscience. Un rayon de soleil, un flocon de neige, un nuage qui passe, un chat qui s'étire, le rire d'un enfant, l'étincelle du désir dans les yeux de l'être cher, la chaleur et l'arôme d'un bon thé, sont autant de raisons **de ressentir tout de suite la joie et l'amour**.

Chacun peut le décider et le partager fraternellement.

Jean Bauer

« En nous établissant
dans l'instant présent,
nous pouvons voir
toutes les beautés et
les merveilles qui
nous entourent. Nous
pouvons être heureux
simplement en étant
conscients de ce qui
est sous nos yeux »

Tich Nhat Hanh

BILLET HUMEUR !



Dans ce moment où nous comprenons que la pandémie va durer **nous nous sentons facilement déprimés, accablés voir même abattus !** Comment donc, cela va encore durer ? C'est vrai, les nouvelles ne sont pas toujours très bonnes en cette période, alors que certains de nos proches sont malades et que d'autres se demandent ce que va devenir leur emploi.

Malgré cela, **il y a des raisons d'espérer et même de s'émerveiller** dans cette grisaille où tout semble aller de travers. J'en ai identifié quelques exemples, que **je souhaite vous partager, afin de nous réchauffer le cœur** et de nous aider à **repartir de l'avant.**

Moins d'un an après l'apparition du virus les scientifiques ont mis au point des vaccins et déjà **des centaines de milliers de nos concitoyens ont été vaccinés !** Voilà une magnifique prouesse de l'intelligence humaine dont je m'émerveille !

On aurait pu craindre que dans l'Union Européenne l'accès aux vaccins soit l'objet d'une gigantesque course où le chacun pour soi l'emporte. Les grands pays se servant en premier et ne laissant aux autres que les miettes. Il n'en est rien et **chaque pays membre de l'Union Européenne a accès au même nombre de doses** en fonction de sa population. Là encore, il y a une raison de s'émerveiller après ce que nous avons connu pour les masques !

Depuis un an, **les circuits courts pour l'alimentation ont connu une croissance inégalée**, il en est de même pour les ventes de produits bio, les déplacements à vélo se sont multipliés. On me disait que cela prendrait des décennies ou que cela n'arriverait jamais ! Voilà encore une raison de s'émerveiller !

Il y a eu toutes ces initiatives de solidarité, de fraternité, modestes et bien souvent invisibles car peu ou pas médiatisées mais si importantes pour ceux qui donnent comme pour ceux qui reçoivent ! Là encore que de merveilles de générosité !



Et puis, il y a cette trouée dans les nuages et les sommets enneigés qui se découpent sur le ciel bleu, ces rouges-gorges et ces mésanges qui viennent picorer les graines que j'ai disposées sur mon balcon.

Oui Seigneur, que tes œuvres sont belles, que tes œuvres sont grandes ! **Tu fis pour nous des merveilles ! A nous aussi d'en faire !**

Jacques Julien

SUGGESTIONS



LES LIVRES

- Jade et les sacrés mystère de la vie de François Garragnon aux éditions J'ai Lu



- Anna et mister God de Fynn aux éditions Seuil



LES VIDÉOS



« Bonne Année »
de Grégoire



« What a wonderful world »
de Louis Armonstrong

BALADE...

Nous vous invitons à emmener vos équipes, les personnes que vous accompagnez pour une promenade, une randonnée, une sortie... se reconnecter avec la nature, avec la beauté qui nous entoure

REGARDE

Je sais que tu as mille et une raisons de désespérer,
Mais je voudrais te crier qu'il y a aussi mille et une autres raisons d'espérer !
Ne laisse pas gagner ton cœur par les marées noires des mauvaises nouvelles,
Pour changer le monde, il faut d'abord changer ton regard.

Regarde et cueille chaque jour, autour de toi, au creux du quotidien,
Ces mille et une fleurs d'espérance :
Celles qui poussent au milieu des plus sinistres tours de béton,
Des plus monotones lieux de transport ou de travail,
De la plus froide chambre d'hôpital,
De la plus humble décision, personnelle ou collective, pour la justice.

Regarde et vois tous ces hommes et toutes ces femmes
Qui ne font pas « la une » des journaux, mais qui inventent, jour après jour,
De nouvelles manières de vivre, de partager, d'espérer,
Et qui manifestent que le Royaume de Dieu est à la portée de la main.

Regarde et vois tous ces hommes et toutes ces femmes
Qui, au lieu de crier que Dieu est aveugle, lui prêtent leurs yeux ;
Qui, au lieu de crier que Dieu est manchot, lui prêtent leurs mains ;
Qui, au lieu de crier que Dieu est muet, lui prêtent leurs voix.

Regarde et entends,
Car le monde actuel a besoin de retrouver ce « regard du cœur »,
Et de cueillir ces fleurs de l'espérance
Pour mieux respirer et pour mieux vivre.

*Jeannette, Petite Sœur de l'Assomption
à partir d'une prière de St François d'Assise*

"Même si on ne nous laisse
qu'une ruelle exigüe à
arpenter, au dessus d'elle il y
aura toujours le ciel tout
entier" *Etty Hillesum*

Fleuris, où que tu sois...

" Où que tu sois,
ami de toujours,
donne des ailes à ton cœur.
Les fleurs, au bord des routes,
quêtent ton regard
et le ciel, ton émerveillement.
La terre accueille tes doutes,
le bleu lointain
enfouit tes ombres.
Les arbres offrent leur forêt
à l'écho de tes questions
et leurs clairières s'ouvrent
à tes labyrinthes...
Les collines prêtent leurs horizons
à tes rêves...

Un moment, pose ton esprit
sur les branches ténues
du grand cèdre !
Et prends l'élan des hirondelles !
Comme le saule pleureur,
répands soûplement tes lamentations
dans les brouillards du monde.
De toute la sève de tes veines,
fleuris où que tu sois,
ami de toujours, ...
Donne tes couleurs aux pierres !
Du souterrain de ta vie
jaillira la résurrection."

Mireille Nègre
"Je danserai pour toi"