

## EDITO

En ce début d'année nous avons tous en mémoire ces images de dévastation de l'île de Mayotte par le cyclone *Chido*. **Devant ce champ de ruines, les équipes du Secours Catholique** de Mayotte se sentent bien démunies. Leur action leur paraît bien pauvre devant les besoins de la population. Et cependant elles **sont indispensables**.

N'est-ce pas très souvent ce sentiment que nous avons d'en faire peu, pas assez et de se sentir inutile ? Sentiment d'impuissance ! Le diabolique « À quoi bon ! » n'est pas loin.

Et pourtant ! L'expérience accumulée depuis de nombreuses années nous incite à **être présents sur la route de nos sœurs et frères** fragiles et démunis.

**L'écoute en profondeur et en vérité de leurs besoins** est elle-même cette petite goutte d'eau, ce peu de choses qui nous rend présent à l'autre, et le touche en profondeur alors même que nous ne le savons pas !

Il ne s'agit pas d'écouter à tout prix, pour connaître tout de l'autre ou "bien faire son travail", mais **il s'agit d'être au bon endroit**, conscient d'être à la juste place, croyant en l'autre, et en la force de la Vie.

Alors en ce début d'année 2025, loin du brouhaha médiatique, apprenons ensemble à écouter dans la brise légère le murmure de notre cœur. Ce guide infallible nous indiquera notre juste place comme **témoin d'Espérance lors de nos rencontres**.

Jean BAUER



## LES MOTS SONT DES FENÊTRES (ou bien ce sont des murs)

Je me sens si condamnée par tes mots

Je me sens tellement jugée et repoussée,

Avant de partir, j'aimerais savoir,

**Est-ce cela que tu voulais dire ?**

Avant que je ne me lève pour ma défense,

Avant que je ne parle, poussée par ma souffrance ou par la peur

Avant que je ne construisse un mur de mots,

**Dis-moi, ai-je bien entendu ?**

Les mots sont des fenêtres, ou bien ils sont des murs.

Ils nous condamnent ou nous libèrent.

Lorsque je parle et lorsque j'écoute,

Puisse la lumière de l'amour rayonner à travers moi.

Il y a des choses que j'ai besoin de dire,

Des choses qui signifient tant pour moi,

Si mes mots ne rendent pas mon message limpide,

**M'aideras-tu à me sentir libre ?**

Si j'ai paru te rabaisser,

Si tu m'as crue indifférente,

Essaie d'écouter par-delà mes mots

Les sentiments que nous partageons.

Ruth BEBERMEYER



## ECOUTE MOI (extrait)

« Ecoute-moi, s'il te plaît, j'ai besoin de parler

N'interprète pas et n'essaie pas d'analyser

Je me sentirais incompris et manipulé

Et je ne pourrais plus rien te communiquer

.../...

**Alors maintenant que tu m'as bien écouté,**

**Je t'en prie, tu peux parler**

**Avec tendresse et disponibilité,**

**A mon tour, je t'écouterai. »**

Jacques SALOME

Texte intégral : [cliquez ici](#) >>>



« Celui qui sait écouter deviendra celui qu'on écoute... »

Vizir PTAHHOTEP

## LECTURE

### Écouter l'autre

« Puis-je vous parler?... »

« Vous avez un peu de temps?... »

Parler, se dire, est vital pour chacun. On ne se trouve vraiment qu'en parlant à un autre. Parler suppose donc d'être accueilli par quelqu'un qui se rend compte de ce qu'écouter veut dire. Écouter, c'est se taire, ne pas juger, c'est accepter l'autre tel qu'il est, comme il est, différent de soi, sans pourtant se renier soi-même. C'est permettre à l'autre d'aller aussi loin qu'il veut, qu'il peut, dans l'expression de ce qu'il vit.

Intervenir ? Oui, mais comment ?

**L'écoute ne s'improvise pas.** Elle exige d'être réfléchie, travaillée, sans quoi l'autre très vite arrête de parler et retombe dans le silence.

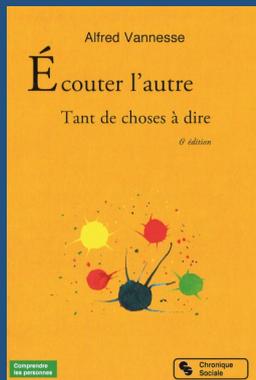
L'écoute est sans prix pour celui qui la pratique comme pour celui qui en bénéficie. Elle ouvre sur une richesse autre, sur le plaisir de l'échange, de la rencontre.

Alfred VANNESSE

## CITATION

« Les relations sont des tissus délicats, il faut les entretenir avec soin pour éviter qu'elles ne se déchirent. »

Paulo COELHO



## Plein d'espérance pour 2025 !



*L'espérance c'est la vertu qui nous donne le courage d'oser l'avenir, de prendre notre vie en main. Une impulsion pour risquer, sans crainte que quelque chose puisse mal se passer.*

Anselm GRÜN



« Le Bien ne fait pas de bruit » dit l'adage, mais rien n'interdit de lui servir de porte-voix.

### Et pourquoi ne pas le faire resonner en ce début d'année ?

Non pour oublier les crises et les sujets d'inquiétude, mais pour garder l'œil ouvert sur ce qui est constructif, promoteur, réparateur...

## TEMOIGNAGES

Marylène

« Suite à des soucis financiers, une bénévole du Secours Catholique m'a aiguillée au Partage Amical. On s'entraide, on rigole, on fait des sorties. C'est mieux que le psy »

Ramiza

« De venir dans un groupe de partage ça me permet de m'oublier, d'être présente aux autres, de me sentir mieux quand je rentre. »

Sofia

« Dans mes difficultés, ce sont mes amis de l'association Secours Catholique et le Secours Populaire qui m'ont aidé à repartir. Le fait de parler de rencontrer de nombreuses personnes m'a aidé à oublier mes soucis. Cela me fait plaisir et m'aide dans mon quotidien. »

Emilia

« Le Secours Catholique ça me remonte le moral et me fait oublier les blessures de mon cœur »



## HUMOUR



# HUMOUR



**Secours  
Catholique**  
Caritas France

Délégation de Savoie

Maison Diocésaine  
2 place Cardinal Garrone  
73000 Chambéry  
Tél. : 04 79 60 54 00  
savoie@secours-catholique.org

## CITATION

« Le respect mutuel est le socle sur lequel repose toute relation épanouissante. »

Martin Luther KING Jr.

# Ecouter

Au cœur de tout dialogue, il y a l'écoute. Moïse a dit au peuple de Dieu : "Shema Yisraël" - "Écoute, ô mon peuple" (Deutéronome 6,4) – et cette parole est devenue le nom de leur prière quotidienne.

Le jeune Samuel dans le temple de Jérusalem répond à l'appel du Seigneur : « Parle Seigneur, ton serviteur écoute » et non : « Ecoute Seigneur ton serviteur parle » !!!!!

Bien des siècles plus tard, la règle de saint Benoît, chaque jour méditée par tous les moines et moniales, commence par ces mots : « Écoute avec attention, prête l'oreille de ton cœur ! ».

L'écoute est un acte d'amour. Elle est au cœur de toute relation de confiance.

Sans l'écoute, peu de choses peuvent croître ou se développer. Aucune relation ne peut fonctionner sans elle. Lorsque nous écoutons l'autre de manière désintéressée, nous lui donnons l'espace nécessaire pour exister. Nous lui permettons d'exprimer ce qu'il ou elle a besoin d'exprimer, et parfois même ce qui ne peut être dit avec des mots.

Et au cœur de l'écoute, il y a le silence. La Bible nous en offre de nombreux exemples. Élie rencontre Dieu dans un léger souffle de silence, plutôt que dans le tremblement de terre, le vent et le feu (1 Rois 19,11-13). Marie, la sœur de Marthe, s'assoit aux pieds de Jésus et l'écoute (Luc 10,39).

« Tu m'as ouvert l'oreille » –, dit un psaume. (Psaume 40,7).

**L'écoute est un acte d'amour. Elle est au cœur de toute relation de confiance.**

Aujourd'hui, nous avons souvent l'impression que c'est celui qui crie le plus fort qui réussit. La violence semble augmenter dans tant d'endroits que nous ne savons plus vers qui nous tourner. Mais Dieu n'est jamais l'auteur de la violence et jamais ne s'impose.

« J'écoute : ce que dit le Seigneur c'est la paix ! (Psaume 85,8).

La voie à suivre n'est-elle pas d'essayer d'écouter et de comprendre l'autre ?

Loin de nous rendre dociles ou de nous empêcher de réagir face à l'injustice, un "cœur à l'écoute" (1 Rois 3,9) nous permet de prendre des décisions courageuses et créatives, enracinées au plus profond de nos convictions intimes, là où Dieu est plus proche que nous n'osons l'espérer...

