Foyers ardents



n°2

Mars 2017

Editorial

Chers parents, chers amis,

Bientôt le printemps ! Il est déjà l'heure de penser à l'orientation de nos enfants pour la rentrée prochaine. Penchons-nous aujourd'hui sur ce problème qui revient chaque année et préoccupe tous les parents, quel que soit l'âge des enfants.
Naturellement les solutions seront différentes selon l'âge mais quelques grands principes doivent régir nos choix.
Prenons toujours nos décisions sous le regard de Dieu et non sous celui de notre meilleur ennemi, le « qu'en dira-t-on »…Que nos choix soient toujours faits en accord avec notre vie personnelle et d'abord dans l'intérêt de notre enfant.
Demander à un enfant, dès le plus jeune âge d'adapter son comportement en fonction du lieu où il est, fait craindre pour son équilibre futur. Il ne faudrait pas le rendre schizophrène… Il doit sentir une adéquation entre l'éducation vécue à la maison et celle de l'école où il passe 8 heures par jour. Un rapide calcul vous montrera que le temps éveillé passé à la maison est bien moindre… C'est donc bien l'école qui a en main la formation de votre enfant.
Le choix d'une école foncièrement catholique, pour le primaire comme pour le secondaire, est donc primordial. L'atmosphère y est naturellement imprégnée de la présence de Celui qui nous a créés et vous aurez l'esprit tranquille (même s'il faut toujours rester attentif) en ayant donné votre **délégation** de parents à des éducateurs ayant les mêmes convictions que les vôtres. Cela demande souvent de lourds sacrifices, mais sachez que vous en serez largement récompensés ! Il faut trouver le meilleur pour votre enfant (les cours par correspondance facilitent grandement la tâche), à vous de le découvrir avec l'aide du Saint-Esprit.



Il peut être très profitable de discuter avec plusieurs parents confrontés au même problème, ou ayant de l'expérience, mais c'est **vous** qui avez la solution de par vos grâces d'état, et ce n'est à personne d'autre que vous de prendre la bonne décision après avoir pris les conseils d'un prêtre.
Une fois la décision prise, ne vous retournez pas ; et prenez la résolution de ne pas critiquer devant vos enfants l'autorité de l'école choisie pour l'an prochain… (Tout n'est sans doute pas parfait mais la perfection est-elle de ce monde ?) vous gâcheriez tous les sacrifices réalisés.
Profitez de notre rubrique « discuter en famille » pour prendre l'habitude d'aborder très régulièrement les sujets primordiaux avec vos enfants. Un par un ou tous rassemblés, il faut que les sujets qui les préoccupent puissent être traités simplement et sans heurts afin de les aider à assimiler la formation reçue (mais nous y reviendrons une autre fois).
Quant aux étudiants, le problème n'est pas le même ! Les voilà fortifiés pour affronter le monde dans lequel ils vont vivre. Il ne faut pas pour autant les croire invincibles car l'armure sera

encore à consolider, même si les bases et les réflexes sont acquis.



Trois éléments sont à prendre en compte :

Avoir la possibilité de poursuivre sa formation spirituelle :
Il est vrai que les études (et il faut le souhaiter) vont occuper la majeure partie du temps de l'étudiant ; cependant ayons toujours à l'esprit qu'une formation (même si elle a semblé très complète) doit toujours être entretenue. Le rappel de points de catéchisme, de doctrine ou de philosophie, une conférence, une heure d'adoration du Saint Sacrement sont essentiels pour affermir l'esprit ; surtout à un âge encore si malléable et si fragile. Favorisons donc les lieux où l'étudiant pourra compléter sa formation et ainsi garder contact avec un prêtre qui soutiendra non seulement sa vie spirituelle mais qui recueillera bien souvent ses confidences.

Le choix du métier :
Réfléchissons (au besoin avec l'aide des professeurs) aux capacités de chacun sans les sous-estimer mais sans les surestimer non plus ; ce ne serait pas un service à leur rendre. Tenons compte aussi de leur tempérament : un jeune n'a pas toujours la trempe pour faire une classe préparatoire même s'il en a les capacités. Tout doit être considéré avec objectivité.
En toutes choses il faut aussi considérer la fin… Quelle est la place voulue par Dieu pour mon enfant ?
Ma fille sera-t-elle une mère de famille cultivée, à l'esprit ouvert et intelligent, capable de transmettre ce qu'elle a reçu ? Une scientifique hors pair ? Un médecin dévoué à ses malades 16 heures par jour ?
Mon fils sera-t-il un père de famille compétent dans sa matière (littéraire, scientifique ou manuelle), capable d'assumer les charges d'une future famille ? Faut-il lui laisser poursuivre des objectifs peu ambitieux pour en finir le plus vite possible avec les études et être tranquille et indépendant ? au contraire trouvera-t-il que le confort de l'éternel étudiant lui convient ? Faut-il l'aider à avoir confiance en lui ? Le stabiliser quelque peu ?
Toutes ces questions doivent être étudiées entre parents, avec les professeurs, parfois avec un bon ami compétent et d'expérience qui aura un regard extérieur, et avec l'étudiant lui-même, bien sûr !
Une fois la décision prise, en conscience, tenons-nous y autant que possible sans revenir dessus perpétuellement. En effet dans la vie un « oui » entraine une quantité de « non », mais il faut habituer dès le plus jeune âge nos enfants à se tenir aux choix faits et ensuite se donner au maximum, sans regarder en arrière (à moins qu'un élément important force à revenir sur ce choix, bien sûr). La persévérance tranquille sera toujours payante.



La distance de la maison
Au risque de vous surprendre, cela est essentiel ! Autant que faire se peut, privilégiez le lieu d'étude où l'étudiant pourra rentrer chez lui tous les weekends ou presque. Ainsi garderez-vous le lien. Vous sentirez avec votre cœur de parents s'il a besoin

d'encouragements ou de soutien, et vous veillerez (parfois sans en avoir l'air) au maintien de sa vie spirituelle.
Un étudiant (qui parfois n'a malheureusement pas beaucoup de travail) seul, loin de sa famille est en danger. La solitude, l'oisiveté, l'éloignement peuvent entrainer les plus graves difficultés.



Ne vous laissez pas influencer par le prestige de l'une ou l'autre grande école au bout de la France ou pire à l'étranger (en tous cas pas durant les premières années d'études), vous auriez peut-être un grand diplômé mais… si vous aviez participé à mettre son âme en danger ?
A l'inverse, n'oubliez pas non plus qu'il est essentiel de lui faire confiance et de ne pas le surveiller à outrance ; le contraire serait le meilleur moyen de l'empêcher de prendre une autonomie nécessaire et responsabilisante.
Et si votre adolescent ne semble pas montrer beaucoup de motivation (c'est plus souvent le cas pour les garçons…), impliquez-le en lui faisant faire un emprunt bancaire - même symbolique pour participer au paiement de ses études. Cela le responsabilisera et l'entrainera à ne pas rester un éternel étudiant…

Un dernier conseil : offrez lui une retraite spirituelle dès la fin de la première ou de la deuxième année d'étude afin qu'il puisse bien recentrer sa vie sur l'essentiel.

Bon courage à tous, chers parents !!
Nous vous souhaitons de faire, sous le regard du Saint Esprit, les meilleurs choix pour vos enfants ; pour leur âme d'abord mais aussi pour leur avenir !

Marie du Tertre

PS : N'oubliez pas de déposer une demande de Bourse sur le site du CROUS pour que votre enfant obtienne une aide de l'Etat si vos moyens financiers correspondent à certains critères. Date limite : 31 mai 2017. Et si votre enfant obtient une mention très bien, il aura droit à l'aide au mérite dès l'échelon 0 !

UN PEU DE DOUCEUR DANS CE MONDE DE BRUTES…
ou quelques principes élémentaires de Savoir-Vivre, expression de notre charité.

- Mais, dîtes-moi : à quoi cela sert-il d'être poli ?

Tout d'abord, cela sert à rendre la vie en société plus légère, à arrondir les angles, à adoucir les frottements, à harmoniser les caractères… L'entourage se bonifie au contact d'une certaine aménité, d'une douceur de mœurs qui entraîne la bienveillance. Mais le bienfait est bien supérieur pour celui qui s'efforce à la politesse : il met en pratique les vertus de patience, de tempérance, la générosité, l'affabilité, la discrétion, qui l'aident à lutter contre l'égoïsme et les passions, en se gênant pour les autres. C'est de cette façon qu'il acquiert cette délicatesse qui est la fine fleur de la charité chrétienne, héritée des moines du Haut Moyen-Age qui civilisèrent la France barbare, et de ce « savoir-vivre » à la française, transmis à travers les siècles, pâle reflet du sourire du Ciel.

Le mot de l'aumônier

LE MARIAGE ET LA FAMILLE

Ami lecteur, amie lectrice, ce n'est pas par hasard que tu as commencé à lire ces lignes.
Il y est question de la famille et le sujet t'intéresse.
Toi aussi, tu aimerais fonder ton propre foyer.
Et, en même temps, ton cœur est rempli d'inquiétude.
Tes souvenirs d'enfant sont peut-être ceux de parents désunis
Et tu as connu tant de familles éclatées autour de toi !
En définitive, tu préfèrerais encore devoir y renoncer
Plutôt que de rendre malheureux ceux qui seraient tes enfants.

Ami lecteur, amie lectrice, il nous semble que nous pouvons t'aider.
Le monde dans lequel nous vivons est un ennemi qui nous trompe.
Il excite les hommes à satisfaire tous leurs fantasmes amoureux
Mais cette quête de plaisirs égoïstes n'amène qu'au dégoût de soi-même.
L'amour véritable d'un homme et d'une femme aspire à tout autre chose.
D'abord, il exige un engagement définitif et inviolable, pour la vie entière.
Il requiert une parfaite loyauté de l'un vis-à-vis de l'autre
qui condamne jusqu'au seul regard de convoitise que l'on porterait ailleurs.
Il est prêt à tous les sacrifices pour celui qui est aimé
Car l'amour se prouve à la capacité de s'oublier pour l'autre.
L'amour est noble et demande un constant respect des âmes et des corps
Il accueille les enfants avec joie car ils sont les fruits de l'amour.

Ami lecteur, amie lectrice, est-ce ainsi que tu perçois le mariage ?
Si tu réponds par OUI, sache que nous aussi.
Nous sommes des catholiques qui vivons aujourd'hui
Profondément pénétrés de la beauté de l'amour, du mariage, et de la famille.
Désireux d'aider tous ceux que nous pouvons autour de nous à redécouvrir cette grandeur.

Nous affirmons donc que le mariage est l'union d'un seul homme avec une seule femme.
Et nous réprouvons la polygamie comme odieuse et déshonorante pour les femmes.
Et comme calamiteuse pour la bonne éducation des enfants.
Nous tenons que le mariage est UNE UNION indissoluble qu'aucune loi ne peut rompre.
Et nous condamnons le divorce comme une loi inique et malfaisante.
Nous disons que les enfants doivent être accueillis comme le plus beau don
Que le Bon Dieu puisse faire à des époux.
Et nous détestons toutes les mesures abortives et anti-conceptives
qui tuent la vie ou l'espérance de vie dans le sein maternel.
Nous célébrons enfin l'élévation du mariage au rang de sacrement
par la volonté de Notre-Seigneur Jésus-Christ.

Ami lecteur, amie lectrice, si tu as compris la vérité de tout ce que nous disons
Et que tu la pressentais dans ton cœur depuis longtemps
Fais de ce journal ton journal. Nous sommes à ta disposition.
Nous sommes tes amis. Père Joseph

DEBORDÉE…



Vous avez été très nombreux à nous demander des conseils d'organisation dans la maison et c'est bien volontiers que nous vous aiderons sur ce thème car en effet, de là dépendent la paix et la sérénité de ses habitants.
Naturellement nous n'entrerons pas dans les détails pratiques propres à chaque famille, mais nous vous donnerons quelques grands principes qui pourront vous aider au quotidien.
Fatidiques 17-20 heures ! En effet dès que les enfants rentrent, nous sentons la tension monter : il va falloir faire travailler Philippine et Gabriel, donner le bain à Julie pendant que naturellement Maxime va se réveiller et se souvenir que sa dernière tétée commence à être loin… tout en nous rappelant que le dîner doit être prêt à 18h45 et que nous avons un coup de fil urgent à passer…Bref d'avance nous sentons l'énervement nous envahir, le ton monte, les enfants n'obéissent plus… Nous sentons que nous ne nous en sortirons jamais !
Mais… Nous sommes-nous déjà penchée sur l'origine de notre colère, de notre contrariété ou de notre énervement ?

Le plus souvent c'est un mécontentement vis-à-vis de nous-mêmes qui est à l'origine de ce comportement car nous n'avons pas placé notre devoir d'état en première place…
Rien ni personne ne nous empêche de passer 1 heure au téléphone avec notre meilleure cousine ou de discuter à la sortie de l'école (certaines d'entre nous ont davantage besoin d'une vie sociale que d'autres) mais ne faut-il pas avoir fait la soupe avant ?
Voilà donc pourquoi il faut s'organiser !

Tout d'abord faire des listes :



Munissons-nous d'un crayon 3 couleurs et d'une grande feuille.
Installons-nous au calme (le meilleur moment étant le soir quand toute la maisonnée est couchée…) et prévoyons notre semaine. Une petite invocation au Saint-Esprit nous aidera à y voir clair.
Inscrivons : - en rouge les éléments indispensables qui ne supporteront aucun délai et devront être achevés dans la journée pour chaque jour de la semaine.

-en noir, les actions secondaires

-en vert, celles auxquelles il faudra penser mais qui n'ont aucun caractère d'urgence.

Ensuite munissons-nous d'un planning tout simple (scolaire ou imprimable) et

entrons-y, heure par heure les éléments rouges (prière du matin, du soir, chapelet, lecture personnelle, heure des levers familiaux, des couchers, conduites, etc…)
Vous verrez qu'il reste ainsi des plages horaires où vous pourrez facilement introduire quelques-unes des actions secondaires et même un coup de téléphone à votre meilleure amie.



Quand on a planifié l'époussetage des tableaux du salon le vendredi à 10h30, on ne culpabilise plus toute la semaine en se disant : « je ne l'ai pas encore fait aujourd'hui » on sait que ce sera fait tel jour à telle heure ! et on se sent plus légère…
On peut par exemple réserver les travaux ménagers et les courses le matin quand on est plus vive…et garder le courrier et repassage pour l'après midi… Et si on prévoit une journée particulièrement fatigante, on pourra se réserver un temps de sieste la veille ou le lendemain (attention à ne pas prendre pour de la paresse, un temps nécessaire pour l'équilibre)
Lorsque les écoliers sont de retour le soir, la maman doit être disponible pour eux. Ils ont des choses à raconter et des devoirs à faire…il faut que les tâches matérielles soient achevées… (nos conseils de cuisine vous y aideront). Ce qui n'a pas été fait sera repris le lendemain… (et petit à petit le temps prévu pour chaque chose sera plus réaliste)
En effet il faut éviter à tout prix la « maman cocotte-minute sous pression » avec les enfants…N'oubliez pas : A maman calme, enfants calmes !

Simplifiez !
On ne peut pas tenir une maisonnée de 6 ou 10 enfants comme quand on n'en avait que 2 ; on ne s'organise pas de la même façon si on a quitté la ville pour la campagne (quelle bonne idée !)… on n'a pas la même exigence pour la poussière non plus ! Il faut faire rentrer la raison dans toute organisation, et ordonner sagement ses exigences envers les autres comme envers soi-même !…
N'hésitons pas à nous inspirer des conseils de notre mari ; son œil extérieur voit des éléments que nous ne percevons plus.
Il faut parvenir à trouver l'équilibre sans oublier qu' « Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir » (Actes des Apôtres, 20,35)
L'épanouissement de la maman passe d'abord par celui de sa famille. C'est bien souvent par une inversion des valeurs que les catastrophes arrivent. En effet celles qui croient qu'il faut chercher le bonheur ailleurs (en imaginant qu'il rejaillira ensuite sur la famille) font le plus souvent fausse route (mais nous aurons l'occasion d'en reparler).

Quelques petites astuces :

- Etablissez une liste de courses du gros ménager pour le mois (eau, lait, lessive, etc) et si vous avez mal au dos n'hésitez pas à vous faire livrer ou à utiliser un point de retrait. Cela vous permet de gérer le stock et de reprendre la liste d'un mois sur l'autre.
- Faites vos menus pour la semaine avant d'aller faire les petites courses hebdomadaires. Vous éviterez d'acheter trop ou d'être obligée d'y retourner. Naturellement votre menu sera adaptable en fonction d'une promotion ou de la saison.
-Répartissez les tâches ménagères dans la semaine puis oubliez-les, vous les

retrouverez sur votre emploi du temps et tout sera fait !



-Ménagez-vous une heure de repos, de lecture, de broderie en écoutant de la musique… après le déjeuner. C'est très important pour apaiser la tension des activités du matin et retrouver un peu d'énergie pour l'après midi… Cela rend plus efficace et moins nerveuse. Attention n'en profitez pas pour vous mettre devant l'ordinateur car c'est beaucoup moins reposant que de prendre un livre !

Maîtrisez votre fatigue !



« Facile à dire » me répondrez-vous ! Eh oui mais c'est une priorité bien souvent négligée…

Pour que la maison fonctionne dans la paix, il est indispensable que les nerfs d'une maman soient solides ! Or, au gré des naissances, des nuits blanches, des maladies infantiles, il faut reconnaitre que nous avons de multiples raisons d'être « à bout », et l'ambiance s'en ressent immédiatement. Bien entendu cela arrive et il faut aussi que les enfants sachent que Maman est fatiguée et qu'elle a besoin d'un peu plus d'aide ; mais ce qu'il faut absolument éviter c'est que cela devienne un état perpétuel que l'on n'arrive plus à dominer. Votre mari, Mesdames, sera alors d'un grand secours pour tirer la sonnette d'alarme ! Parfois il faudra accepter de se faire aider par une jeune fille l'été, pour souffler un peu, par une aide payée par « chèque emploi service » (cf FA n°1) et parfois, nous avons tout simplement besoin d'un complément de magnésium, de fer ou d'oligo éléments[1]. En effet il faut qu'une maman ait un bon sommeil, récupère facilement, tienne ses nerfs, sans recourir à des anxiolytiques plus ou moins dosés ! Retrouver son équilibre émotionnel, même si cela a un coût, est indispensable pour l'équilibre familial et c'est une priorité à ne jamais négliger ! Toute la famille en bénéficiera et vous éviterez des catastrophes qui sont parfois payées pendant de longues années. Si tout cela ne suffit pas, ayez l'humilité d'aller consulter un bon médecin. C'est indispensable. On rencontre trop de familles où un drame aurait pu être évité si la maman avait été raisonnable… Mais parfois, trop épuisée, elle n'a plus la force d'en prendre conscience et c'est à vous, chefs de famille, de prendre les choses en main !

Petit à petit, quand votre équilibre sera « au top », que votre emploi du temps sera maîtrisé, vous allez même pouvoir vous lever dix minutes plus tôt pour vous lever sans courir, prier dans le calme pour confier votre journée et votre famille à Dieu, ailleurs que dans la précipitation pendant la conduite du matin… Vous pourrez même peut-être ajouter l'assistance à la Messe, toute seule, une fois ou l'autre dans la semaine ; cela apporte tant de grâces de paix, de réconfort et de force ! « La mère qui ne trouve pas dans l'esprit de prière et de sacrifice la paix intérieure dont elle a besoin, demeurera toujours au-dessous de sa tâche.[2] »

En constatant la quantité de vos demandes pour vous aider sur ce thème, je crois qu'il était essentiel de vous parler dès maintenant de tout cela. Le

[1] Une bonne adresse : les Laboratoires Lorica qui offrent le conseil très personnalisé d'un spécialiste par téléphone et dont les produits sont très facilement assimilables (publicité entièrement gratuite, promis !)

[2] Mgr Fauvel

Ciel a révélé à certains créateurs d'ordre, une règle de vie[3] ; Il a laissé davantage de liberté aux parents du fait de la diversité des situations mais il est raisonnable de penser que l'ordre (sans être d'une rigidité absolue) est indispensable pour monter vers la sainteté. Nous aurons l'occasion d'en reparler de temps à autre, mais je crois qu'il faut considérer l'organisation de la maison avec beaucoup de sérénité, et, dans le calme, faire le point entre époux pour donner à chaque chose la place qui lui est due ; en relativiser certaines, tout en donnant la priorité à d'autres, en tenant compte des éléments actuels. C'est pourquoi il ne faut pas hésiter à aborder régulièrement ce sujet à deux !
Suivez donc ces petits secrets et n'hésitez pas à écrire au journal pour m'en donner des nouvelles…
A très bientôt !

Marguerite Marie

Dictons - Citations

"En mars, quand le merle a sifflé, l'hiver s'en est allé. "

"A la Saint Joseph beau temps, promesse de bon an. "

"A l'Annonciation, les hirondelles viennent annoncer la belle saison. "

"Nous demandons à Dieu ce qu'il nous plaît, et il nous donne ce qu'il nous faut. "
Léon Bloy

" Le bonheur est une denrée merveilleuse : plus on en donne, plus on en a. "
Suzanne Curchod

"La vie humble aux travaux ennuyeux et faciles est une œuvre de choix qui veut beaucoup d'amour…" Verlaine

25 Mars : Fête de l'Annonciation



[3] Un exemple l'ordre de la Mère de Dieu révélé à Mélanie à La Salette, le 19/09/1846

LE SOMMEIL DE NOS ENFANTS

Saviez-vous que nous passons le tiers de notre vie à dormir? Soit une durée de 25 ans pour une vie de 75 ans ! Il s'agit d'une activité déterminante pour la croissance, la maturation cérébrale et le développement des capacités cognitives de nos enfants. En d'autres mots, le sommeil leur permet de reprendre des forces physiques mais aussi intellectuelles.

Durant le sommeil, les hormones de croissance entrent en fonction et permettent à l'enfant de grandir. Par ailleurs, la mémoire se développe aussi durant cette période et toutes les informations reçues durant la journée s'organisent.

Les parents devraient donc considérer le sommeil comme un élément d'éducation et de prévention au même titre que l'alimentation et la stimulation de leurs compétences.



Que se passe-t-il lorsque l'on dort ?

Notre temps de sommeil se décompose en 4 à 6 cycles (50 min pour un bébé jusqu'à 2 ans, 90 min pour un adulte) eux-mêmes divisés en 4 phases :

1. La somnolence, stade de l'endormissement
2. le sommeil léger durant lequel on se réveille facilement (50% du sommeil total)
3. le sommeil profond, moment où le corps reconstitue ses forces (20 à 25 % du sommeil total)
4. le sommeil paradoxal, période propice aux rêves…et aux cauchemars (20 à 25% du sommeil total)

Que le sommeil de l'enfant soit diurne ou nocturne, il est toujours un acteur de première importance dans son développement général : en effet, il favorise de nombreuses fonctions mentales et psychiques comme la mémorisation, l'apprentissage, le langage, mais aussi les émotions et la régulation de l'humeur.

Combien d'heures devrait dormir un enfant ?

Il est normal que les plus petits se couchent plus tôt que leurs grands frères et grandes sœurs…Toutefois l'écart de devrait pas être trop important pour favoriser leur développement.

Le temps de sommeil des enfants devrait être de :

- bébés de 0 à 3 mois : entre 15 et 17h par 24h
- bébés de 4 à 11 mois : entre 14 et 15h
- bébés de 1 à 2 ans : entre 13 et 14h
- enfants de 3 à 5 ans : entre 11 et 13h
- enfants de 6 à 13 ans : entre 10 et 11h

La très grande majorité des enfants a impérativement besoin d'une sieste jusqu'à 5 ans pour son équilibre. Il serait dommage de la supprimer trop précocement tant elle est bénéfique ! Si l'enfant ne fait pas la sieste alors qu'il en a besoin, il se montre agité, agressif et enclin aux caprices en fin de journée…résultat, il arrive dans un état de grande excitation au moment du coucher et peine à s'endormir ! Son sommeil de nuit est pénalisé par un déficit en sommeil de jour…la sieste est

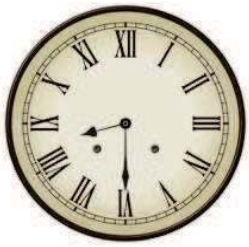
donc la meilleure alliée d'une nuit tranquille ! Elle offre à votre enfant une coupure salvatrice dans sa journée, lui permet de s'extraire de l'agitation ambiante, de se détendre pour mieux finir la journée ensuite. Attention tout de même aux siestes à rallonge qui peuvent s'avérer contre productives pour l'endormissement du soir ! N'hésitez pas à le réveiller au bout d'une heure, une heure et demie avant qu'il entame un second cycle…

Mon enfant dort-il assez ?



« Les classes sont pleines d'enfants qui baillent » rapporte une étude récente sur le sommeil !
Un manque de sommeil peut jouer sur l'humeur, le comportement et l'aptitude à apprendre de l'enfant. Il peut alors somnoler pendant les heures de classe, avoir de la difficulté à se concentrer sur son travail et présenter des symptômes de troubles de l'attention. Il aura aussi de la difficulté à apprendre et aura tendance à oublier rapidement ce qu'il a appris autant parce qu'il est fatigué que parce que son cerveau n'aura pas eu suffisamment de sommeil pour consolider et organiser les informations reçues pendant qu'il dort. Il est aussi commun de constater que les enfants qui manquent de sommeil présentent des sautes d'humeurs, de l'irritabilité et des difficultés à gérer leurs comportements.
Sur plan physique, le manque de sommeil a un impact sur la production d'hormones de croissance, la régulation de fonctions telles que la glycémie (perturbation du métabolisme du sucre, favorisant le surpoids et le diabète), l'élimination des toxines et autres déchets des systèmes respiratoires, cardiovasculaires et glandulaires, et la stimulation des défenses immunitaires.
Soyons donc bien attentifs aux comportements de nos enfants ! Jusqu'à l'âge de 13 ans il faudrait idéalement coucher les enfants scolarisés à 20h30…un défi difficile à relever dans de nombreuses familles !

Comment faire pour que mon enfant dorme bien ?



D'après de récentes recherches, l'attitude des parents au moment du coucher de leur enfant est déterminante. La mise au lit ne doit ni être retardée (entre 20 et 21h maximum), ni s'éterniser ! Aux parents de savoir quitter la chambre à temps…car l'enfant qui a appris à s'endormir seul est capable, en cas d'éveil nocturne, de se rendormir sans aide : il s'autoapaisera, à la différence du « mauvais dormeur » qui signalera ses réveils nocturnes par des pleurs, augmentant ainsi son temps d'éveil du fait d'une interaction prolongée avec un parent. Mieux vaut donc coucher les bébés et tout jeunes enfants après un rituel calme et réconfortant : la prière, la lecture d'une histoire… D'ailleurs après la prière, on peut se parler plus doucement pour rester « dans la paix du bon Dieu »…

Sophie de Lédinghen



ET SI NOUS ORGANISIONS UN CONCOURS DE DESSIN ?

« Sachons nous détendre pour éviter le surmenage, mais dans le choix de nos détentes, évitons énergiquement ce qui s'oppose à notre qualité d'enfants de Dieu » Abbé P. Troadec

Peu importe le lieu : à l'intérieur, sur la table de la salle à manger, ou dehors assis au milieu de la pelouse ; devant la maison, ou en face d'un paysage que l'on aime. Tous les membres de la famille se munissent d'une feuille blanche, d'un crayon et d'une gomme. C'est d'autant plus amusant que tout le monde participe (y compris Papa et Maman, ainsi que le petit dernier), et joue le jeu ! Nous avons 10 minutes pour copier avec le plus d'exactitude possible l'objet désigné.
La première fois, mieux vaut s'inspirer d'un modèle de livre de dessins ou d'une illustration en deux dimensions, ce qui facilite l'imitation. Les fois suivantes, quand tout le monde y aura pris goût, vous pourrez passer à la reproduction d'objets courants en relief (un verre, une carafe, un fruit, un animal en figurine…), puis à la représentation de la pièce elle-même ou de la façade de la maison, à des paysages et enfin à des portraits, en faisant poser l'un ou l'autre.





Passées les 10 minutes, chacun pourra donner son avis en regardant ce qui aura été le mieux rendu par l'un ou par l'autre. On peut également demander à une tierce personne de donner un avis impartial et de faire un petit palmarès (envoyer les feuilles aux grands-parents par exemple), ce qui peut aider à motiver les dessinateurs en herbe. Quand les dessins seront un peu plus élaborés, ils pourront être utilisés pour faire une carte de vœux familiale, un carton d'invitation, décorer un menu pour la prochaine cérémonie ou réunion de famille…
Cette occupation offre l'avantage de cultiver chez les enfants, le sens de l'observation et de la précision dans les détails.
Beaucoup pensent, en outre, qu'ils ne sont pas doués en dessin, et c'est l'occasion de leur montrer que ce n'est pas si difficile, et de leur donner quelques « trucs » concernant la façon de rendre la perspective, les ombres, la symétrie, le relief… Vous découvrirez peut-être des talents cachés, et un futur Léonard de Vinci dans votre progéniture ! N'oubliez pas alors de dater et signer les chefs-d'œuvre que vous archiverez précieusement, et qu'ils redécouvriront avec joie dans 20 ans.

COMMENT FAIRE UN BON CARÊME EN FAMILLE ?



Avec le Carême, nous entrons dans le temps de la Rédemption. Jésus est venu nous sauver. Son œuvre de Rédemption commence par la prédication de la vérité qui va nous éclairer ; or Ses toutes premières paroles sont un appel à la conversion : « *Les temps sont accomplis, le royaume de Dieu est proche : convertissez-vous et croyez à l'Evangile* »(Mc 1,15)

Se convertir, se repentir, faire pénitence….quelle exigence ! Notre-Seigneur n'y va pas « par quatre chemins », Il va droit au but…et insiste même : « *Si vous ne faites pas pénitence, vous périrez tous…* » (Luc 13,3)

Par le péché originel, notre nature a été blessée, défigurée ; et cette blessure se traduit par une inclination au mal. Cette inclination nous appelle sans cesse au combat spirituel ! Depuis le péché originel notre âme est restée affaiblie dans sa volonté, c'est pourquoi elle doit maintenant continuellement faire effort pour résister au mal et faire le bien.

Ce temps liturgique nous montre maintenant Jésus au désert, pour 40 jours de **prière** et de **pénitence** avant de commencer sa vie publique de prédication.

Nous Le voyons aussi aux prises avec Satan, venu Le tenter…Nous comprenons alors pourquoi l'Eglise a fait du Carême un temps plus particulièrement consacré au combat spirituel…

Nos armes ne sont ni charnelles, ni matérielles, elles sont spirituelles !

Pour faire un bon Carême en famille, 3 moyens nous sont indiqués par l'Eglise : prière, pénitence, générosité.

La prière

Si, dans la prière, nous faisons appel à la force divine (la grâce), Dieu ne la refuse jamais à ceux qui la demandent avec humilité et confiance. Avec la prière nous sommes assurés de la victoire !

Pour prier faisons donc preuve d'humilité, reconnaissons notre faiblesse. Le bon Dieu nous prendra alors en pitié et nous enverra son secours.

Reconnaissons nos défauts : quelquefois nous ne les voyons même pas…dans d'autres cas nous les voyons bien…mais nous avons tendance à nous en accommoder…c'est que nous y sommes plus ou moins attachés ! Et ce qui nous manque est justement l'effort de volonté pour les

vaincre… La prière éclairera notre esprit, fortifiera notre volonté pour nous aider à nous corriger de nos défauts.
Au début du Carême, discutons avec chacun de nos enfants, seul à seul, pour cerner avec eux un ou deux de leurs défauts à combattre ; et nous les laisserons inscrire cela sur un petit carton qu'ils mettront par exemple sous le socle d'une statue de la Sainte Vierge, et qu'ils regarderont souvent pour bien se le rappeler pendant ces jours de Carême.
Dans ce domaine de la prière, soignons particulièrement l'examen de conscience du soir : c'est l'occasion de se reprendre si on l'avait un peu oublié… Décidons de prier davantage sous deux aspects : seul et en famille. Cette année du centenaire des apparitions de Fatima nous encourage tout naturellement à la récitation du chapelet ! Lors de chacune de ses apparitions Notre-Dame a recommandé vivement de dire le chapelet : « *Je veux que vous disiez le chapelet tous les jours…* » Comment résister à cette insistance de notre mère du Ciel ? Reprenons le chapelet en famille si nous ne le disons pas…Disons-en un peu plus si nous en avons déjà pris l'habitude ! Que nos enfants prennent « le pli » de prier seuls, dans leur chambre ou devant l'oratoire familial…Une lecture pieuse pourra nourrir cette prière…conseillez-les en fonction de leurs capacités et de leur âge.

La pénitence



Ce mot veut dire changer la vie en même temps que le cœur, cela se traduit en actes et en gestes de pénitence. Dans le vocabulaire chrétien elle signifie **l'ascèse**, autrement dit **l'effort concret et quotidien** de l'homme, soutenu par la grâce de Dieu, dans une **progression continuelle vers le mieux.**
La pénitence est donc la conversion qui passe **du cœur…aux œuvres.** Pour cela nous devons avoir le sens de Dieu, et le sens du péché…c'est la conscience. Hélas on peut constater actuellement une éclipse de la conscience et même sa déformation…Le sens de Dieu est obscurci, et alors, si cette référence intérieure décisive est perdue, le sens du péché disparait : « Le péché de ce siècle, disait Pie XII, est la perte du sens du péché »
Pendant le Carême, la pénitence sera adaptée à chacun et prendra des formes multiples. Expliquons bien à nos enfants que cela consiste à accepter de réformer dans notre vie ce qui demande de l'être… Chacun d'eux choisira donc, guidé par la prière, un effort de Carême en fonction de ses défauts, de ses faiblesses. Guidons-les doucement s'ils sont indécis, ou conduisons-les au prêtre qui les aidera.
Cela peut commencer par mieux faire notre devoir d'état souvent relâché avec le temps…Il peut s'agir encore d'une privation, de prendre un repas plus « spartiate » (pourquoi pas le vendredi soir ?)… Le jeûne est une forme traditionnelle de pénitence, fortement recommandée par l'Eglise, et qui mérite d'être encouragée…On peut la considérer comme une « thérapie de l'âme ». Si tous ne peuvent pas jeûner sur le plan alimentaire, il y a bien d'autres points sur lesquels chacun de nous peut trouver une privation appropriée : quelque chose qui nous coûtera sans pourtant nuire à notre santé (cigarettes, alcool, bijoux, parfum ou maquillage, bavardages au téléphone, télévision, shopping…) Par là nous affirmons notre volonté de donner la priorité au spirituel plutôt qu'au matériel.
Certains efforts peuvent même être décidés en commun et observés par toute la famille : davantage de silence en limitant la musique dans les chambres ou dans la cuisine…, décider d'utiliser les téléphones portables seulement dans les chambres (pour les très grands enfants, et en usage restreint bien sûr…j'ose espérer que ces instruments ne paraissent jamais à la table familiale, ni dans le salon…mais cela fera l'objet d'un prochain article !)

Proposons à nos grands enfants, au début du Carême, une sélection de lectures que nous déposerons sur une table pour qu'ils choisissent eux-mêmes. Relisons la vie des saints quelques minutes le soir avec nos plus jeunes (cela est même souvent sans limite d'âge, les grands reprenant plaisir à écouter les histoires « de leur enfance » !)
Limitons les activités faciles comme l'accès à l'ordinateur (sauf si l'on doit y travailler bien sûr, mais fixons en une limite horaire), les films… Reprenons les jeux de cartes ou de société qui nous feront peut-être découvrir nos enfants sous un autre angle, de nouvelles connaissances intellectuelles… le tout dans une franche bonne humeur !
Tout cela se fera dans un esprit de générosité dans la prière comme dans la pénitence, mais n'oublions pas non plus les dons en nature, comme l'aumône, ou l'offrande de notre surplus à plus pauvre que nous. Le Carême est le moment idéal pour encourager nos enfants à prêter ou donner leurs affaires…
…Alors, joyeux et saint Carême à toute la famille !

SL

LA PAGE DU MEDECIN

LES INFECTIONS HIVERNALES

La saison d'hiver apporte chez tous son lot de désagréments : qui ne connaît de rhume, de pharyngite, de bronchite ou de grippe pour ne citer que les plus courantes de ces affections saisonnières ?

Les enfants sont particulièrement touchés mais aussi les personnes âgées ; les adultes, plus résistants peuvent y échapper à condition de ne pas traîner avec soi de fatigue chronique. Les mères de famille nombreuse ont l'habitude de traiter au domicile ces ennuis de l'hiver : inhalations, frictions, homéopathie, phytothérapie ou Paracétamol tout simplement ; mais il existe des situations où il est nécessaire de consulter son généraliste et d'utiliser l'allopathie avec son arsenal d'antibiotiques et anti-inflammatoires.

Cette chronique n'a pas pour but de dénigrer l'allopathie et donc l'antibiothérapie ou d'autres produits d'utilisation courante parce que dans certaines situations, leur utilité est reconnue. Elle a simplement pour objectif de donner quelques conseils pour retarder ou si possible éviter l'apparition des pathologies qui nécessitent l'utilisation de cette artillerie lourde qui provoque régulièrement des dommages collatéraux c'est-à-dire des effets secondaires sur la santé.

Mais ces conseils, s'ils ont pour but d'atténuer ou de faire disparaître certains symptômes et de régler facilement de nombreux problèmes, ne dispenseront jamais de prendre un avis auprès d'un professionnel de la santé dans les cas plus difficiles. Ils reposent sur une expérience de terrain, celle de 20 ans de pratique dans le service d'urgences d'un centre hospitalier, qui furent l'occasion de rencontrer les situations courantes de médecine générale mais aussi celles d'urgences vraies.

Tout d'abord, la question de la vaccination antigrippale : depuis l'automne, les médias exercent une pression pour qu'en début de saison hivernale un maximum de gens soit vacciné contre la grippe. Il m'a été donné de constater que la vaccination n'apportait qu'une protection partielle ou pas de protection du tout, puisque j'ai pu constater la survenue d'états grippaux chez des sujets vaccinés.

L'utilisation simple de l'homéopathie de novembre à fin mars peut être une alternative : INFLUENZINUM 9 CH et SERUM de YERSIN 9CH : prendre 10 granules de chaque en alternance tous les 15 jours. Peut y être associé OSCILLOCOCCINUM (une dose) dès le début de symptômes grippaux : fièvre, courbatures, myalgies, toux.

Dans le cadre de la prévention, le rôle de la VITAMINE C est bien connu ; elle a pour intérêt de stimuler les défenses et d'augmenter la résistance de l'organisme. Prendre un comprimé de Vitamine C naturelle le matin peut être intéressant et pour ceux qui n'ont pas d'attirance pour les comprimés, l'utilisation de jus de CITRON est possible à raison de trois cuillères à café le matin dans un demi-verre d'eau tiède pour un adulte.

Nous aborderons prochainement la question de la phytothérapie et de l'utilisation des huiles essentielles.

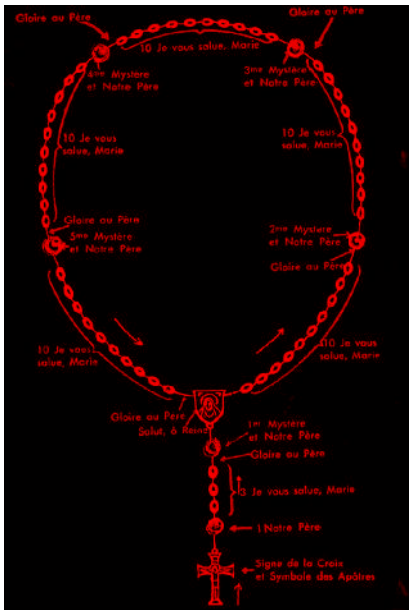
Dr. N.Rémy

PREMIER MYSTERE JOYEUX : L'ANNONCIATION
FRUIT DU MYSTERE : L'HUMILITE



Que faisiez-vous, Vierge Marie quand l'Ange vous apparut ? Saint Luc rapporte que l'Ange entra « où vous étiez ». Nombreux sont les peintres qui vous ont représentée en prière, mais je préfère vous imaginer, occupée à vos besognes journalières. Vous aussi vous cousiez, vous faisiez les repas, vous laviez le linge car « les âmes pures portent en elle-même leur sanctuaire où la voix de Dieu peut se faire entendre. »
Dans votre humilité vous avez été troublée par les paroles de l'Ange Gabriel (quelle leçon pour nous qui aimons tant les compliments et qu'aucun ange ne vient rassurer !) ; et c'est alors que le grand message, celui que nous attendions « depuis plus de 4000 ans » vous fut révélé. « Voici que vous concevrez en votre sein, et vous enfanterez un fils, et vous lui donnerez le nom de Jésus. » [4]
Mais vous, qui dans un grand amour avez voué à Dieu votre virginité, vous osez, sans timidité, émettre l'objection qui vous vient immédiatement à l'esprit : « Comment cela se fera-t-il puisque je ne connais point d'homme ? »[5] Alors vous entendez l'explication du grand mystère : « L'Esprit-Saint viendra sur vous, et la vertu du Très-Haut vous couvrira de son ombre. C'est pourquoi l'être saint qui naitra sera appelé Fils de Dieu. »Vous n'avez plus qu'à vous incliner et à répondre avec la simplicité joyeuse et tendre d'une âme qui est toute livrée d'abandon envers son Divin Créateur, pour les petites choses comme pour les grandes… : « Je suis la servante du Seigneur… »

Et me voilà, avec mon chapelet aux doigts à vous regarder, Vierge Marie… Quelle leçon tirer de ce passage de l'Evangile si ce n'est à dire « oui », encore « oui » et toujours « oui » ! Vite et joyeusement, à tout ce que Dieu m'enverra aujourd'hui.



Je sais ; il y a les tentations : si souvent au milieu des incohérences, des difficultés, des contrariétés, j'ai envie de penser que la vie était mieux avant ; que je serais mieux à ma place ailleurs… Si, si, si… Si mon mari pouvait, si mes enfants étaient, si j'avais…Et je laisse la « folle du logis » construire des châteaux en Espagne…

4- 5 Saint Luc 1,31 – 1,34

jusqu'à ce que je retombe douloureusement sur la réalité !

Ame de peu de foi ! « Je t'apprendrai à aimer » avez-vous dit à Sainte Véronique Giuliani. Apprenez-moi, ô Mère… Je n'ai pas eu un ange Gabriel pour me révéler que ma destinée avec ses tâches humbles, répétitives et difficiles me venait directement du Seigneur, mais n'ai-je pas la foi pour éclairer ma route ? Vous savez bien, ô Marie, que ce n'est pas la hauteur de la tâche qui nous grandit mais la ferveur avec laquelle nous l'accomplissons.
Pour être féconde et heureuse, la vie ne doit pas être à la recherche de notre orgueil, de nos jouissances, de notre égoïsme, mais une collaboration ardente et joyeuse avec la volonté du Père : « Vous me voulez ici, me voici pour faire mon devoir, qu'il me plaise ou non ! ou plutôt, il me plaira si je sais voir, derrière lui, le visage de votre amour paternel, qui l'a fait à ma mesure.
Peut-être qu'il m'arrive de temps en temps de dire : Comment cela est-ce possible ? j'ai un cœur de mère et je n'ai pas d'enfant ? j'ai une nombreuse famille et une santé déficiente ? mais il faut conclure par un acte de foi et d'adhésion joyeuse à la volonté de Dieu : Oui ! Non pas un oui maussade du bout des lèvres, ou arraché par la force de la volonté, mais un « oui » de confiance, de générosité totale, d'abandon entre les mains de Dieu qui connait mieux mes besoins que moi. Ma vie sera féconde autant que je mettrai de ferveur dans cette adhésion : « non pas ma volonté, mais la vôtre ! »



Si vous me confiez une grande tâche, je la ferai mais aujourd'hui j'accomplirai mon devoir quotidien de tout mon cœur comme la maman de Péguy qui « rempaillait les chaises du même amour et du même cœur que nos aïeux bâtissaient les cathédrales »
La beauté du destin de mon âme est de « faire les choses petites comme grandes à cause de la dignité de Celui qui les a fait en nous »[6]
Au moment où je dis « oui » ardemment à la volonté de Dieu, ma vie prend sa signification surnaturelle et Dieu vient en moi. « Car quiconque fait la volonté de Dieu, celui-là est mon frère et ma sœur et ma mère » a dit Notre-Seigneur[7].

Ainsi toute ma vie est transformée ! Et ce qui ne me paraissait qu'une suite incohérente et contradictoire de petits et grands tracas qui m'empêchaient d'avancer me permet maintenant d'accomplir la vue de Dieu sur moi. Toutes ces petites contrariétés quotidiennes qui me font ronchonner: ce lait qui déborde, cette enfant qui a pleuré cette nuit dans ses rêves et a réveillé toute la famille, cette amende de stationnement que j'ai reçue ce matin, ces « corvées » journalières qui se répètent inlassablement… sont des occasions de dire « oui ». Elles sont des messages pour ma foi, ma patience, ma générosité, mon humilité, mon dévouement…
« Les évènements… ces maîtres que Dieu nous donne de sa main » écrit Bossuet. Les imprévus, les nécessités… les voilà mes anges Gabriel… Si je sais regarder toutes choses avec les yeux de la foi, chaque matin et au fond de mon cœur, je pourrai dire un « oui » plein d'amour ! « Tout ce qui arrive est adorable [8] » disait Léon Bloy.
Et cela va donner une dignité infinie à ma vie de femme ! Je suis passée du monde des évènements accidentels du destin avec toutes ses difficultés quotidiennes à celui de la noblesse d'être « fille de Dieu ».
O Marie, O ma Mère, obtenez-moi la grâce de ce « oui » généreux qui transformera ma vie !

D'après Paula Hoesl



[6] Pascal
[7] Saint Marc 4,35
[8] Journal, 8 juin 1895

Discuter en famille !

« POURQUOI TOUJOURS OBEIR ? »

(Cette rubrique offre aux parents une trame de discussion pour aborder avec les plus grands des sujets importants. Le thème est structuré afin qu'aucun des aspects ne soit oublié mais chacun pourra étoffer par des exemples les principes énoncés au fil de la discussion)

Obéir ! Voici une des premières notions qui nous a été enseignée ! En effet dès la première expérience d'indépendance que l'enfant peut faire, il doit se soumettre aux lois : ne pas toucher ce qui est chaud, ne pas descendre les escaliers seul, etc...
Mais c'est aussi une notion qu'on a très envie d'oublier, car obéir ne nous plaît pas.
Depuis le péché originel, nous sommes tous allergiques à l'obéissance.

Quelques repères :
L'obéissance date de la Création du monde : Dieu a donné des ordres à la lumière « Que la lumière soit ![9] », aux astres, à la terre, aux animaux, et il a créé Adam et Eve, comme couronnement de la création.
Il leur a interdit de goûter le fruit de l'arbre de la « science du bien et du mal ».
Le bien, c'était l'obéissance et la grâce de Dieu, le mal, la désobéissance et la perte des dons qui n'étaient pas dus à l'homme.
Le péché originel fut donc la première désobéissance de l'homme.
Dieu a dirigé son peuple, par les patriarches (Noé, Abraham) et par les prophètes. Par Moïse, il leur a donné la loi des Dix Commandements. Quand le peuple s'écartait de lui et désobéissait, il a toujours été puni : depuis le déluge, jusqu'à l'exil et la captivité.
Quand les temps furent accomplis, Notre Seigneur Jésus-Christ, Dieu, fils de Dieu, s'est incarné, et nous a montré l'obéissance parfaite et la Loi nouvelle de la charité.
Puis Il a confié à son Eglise le pouvoir de transmettre la foi et la grâce par les sacrements. Par la voix de Saint Paul, Notre-Seigneur dit explicitement : « Enfants, obéissez à vos parents dans le Seigneur, car cela est juste »[10]

[9] Livre de la Genèse 1,3
[10] Epitre aux Ephésiens 6.1



Mais qu'est-ce que l'obéissance ?
Le principe de l'obéissance, c'est donc de se soumettre à Dieu, en se conformant à ses ordres. « Toute autorité vient de Dieu [11]».
« Est-ce que toute société de créatures dépendantes et inégales par nature n'a pas besoin d'une autorité qui dirige leur activité vers le bien commun et qui impose sa loi ? »[12]
Jésus lui-même a été obéissant jusqu'à la mort.
L'obéissance demande l'humilité.

La fausse liberté.
Le contraire de l'obéissance, c'est la révolte, la rébellion.
La liberté est le choix du meilleur moyen en vue d'un bien, alors que l'esprit du monde veut nous faire croire que la liberté est un absolu : « liberté, égalité, fraternité ».Un ordre, un précepte devient un attentat à la liberté.
Cette fausse liberté détruit la société : si l'ordre n'est plus le principe de la société, alors l'anarchie règne. La morale devient sentimentale et subjective. Lors de la Révolution de 1968, il était écrit sur les murs ; « il est interdit d'interdire ».
« *Si le peuple demeure le détenteur du pouvoir, que devient l'autorité ? une ombre, un mythe ; il n'y a plus de loi proprement dite, il n'y a plus d'obéissance.* »[13]
Aujourd'hui, on ne peut plus exiger que le bien commun soit respecté, ni que les

[11] Epitre aux Romains 13,1-7
[12]- [13] Lettre encyclique « Notre Charge apostolique » Saint Pie X, 25 août 1910

enfants fassent des efforts qui seraient bons pour eux, de peur de les traumatiser.
On veut nous faire croire que l'autorité est partagée ; c'est là tout le principe des idées révolutionnaires qui se sont infiltrées dans la société toute entière et à tous les niveaux (collégialité, etc…).

L'autorité consentie.
Les « philosophes » qui se sont penchés sur l'enfance sont parvenus à faire rentrer dans les mentalités une fausse idée qui veut que l'autorité soit consentie. Cette idée imprégnée de l'esprit des lumières a été combattue par Le Pape Saint Pie X dans son encyclique sur les erreurs du Sillon. C'est une perversion de l'idée d'autorité qui, à tous les niveaux n'ose plus commander tant que le consentement de la personne qui doit obéir n'a pas été obtenu. Sans le principe d'autorité, l'enfant risque d'être abandonné à ses caprices ou à ses égoïsmes et devenir inapte à la vie sociale. On sait que beaucoup de troubles, tels que la dépression ou la névrose, trouvent leur explication dans l'absence de l'autorité du père qui aujourd'hui est tellement discutée.
On a fait croire aux parents qu'ils seraient de bons éducateurs s'ils expliquaient en permanence, dès le plus jeune âge, tous leurs ordres aux enfants. Ceux-ci prennent alors l'habitude d'obéir, non pas parce que cela leur a été commandé mais parce qu'ils ont compris. Et là il n'y a plus l'application du principe d'autorité.

Finalement, nous refusons d'obéir, parce que nous voudrions tous commander !

Et pourtant :
C'est la Vérité qui nous rend libres. Or aimer Dieu, qui est la Vérité, nous donne « l'esprit d'obéissance ».
C'est par cet esprit que nous gagnons la vraie liberté : la liberté intérieure du cœur et de la raison éclairés par la foi.
« Si tu veux commander, apprends déjà à obéir ! », cette réalité n'est pas toujours très agréable à entendre, mais elle est tellement exacte ! C'est ainsi que nous construisons l'autorité qui sera la nôtre.
En effet notre autorité viendra de la place où Dieu nous mettra, mais avec les compétences et les qualités – et la fermeté du caractère- que nous aurons développées, à tout âge, par l'esprit d'obéissance et avant tout par les grâces d'état que nous recevons.



A qui devons nous obéissance ?
C'est Dieu le principe de l'obéissance, c'est donc à Lui que nous obéissons à travers nos supérieurs.
« La loi n'est pas autre chose qu'un commandement de la droite raison porté par la puissance légitime, en vue du bien général. Mais il n'y a de vraie et légitime puissance que celle qui émane de Dieu, souverain Seigneur et Maître de toutes choses, Lequel seul peut investir l'homme d'une autorité de commandement sur les autres hommes ».[14]
L'autorité appartient donc à
- l'Eglise et la Tradition de celle-ci par l'ensemble de ses enseignements infaillibles.
- Dans chaque famille, par le père, puis par la mère.
- Par délégation de ceux-ci au professeur, au chef scout, etc…
- Et à ceux qui par leurs responsabilités détiennent une autorité, depuis le président de la République jusqu'au chef d'entreprise.

La désobéissance apparente.
« Mais, si les lois de l'État sont en contradiction ouverte avec la loi divine, si elles renferment des dispositions préjudiciables à l'Église ou des prescriptions contraires aux devoirs imposés par la religion, si elles violent dans le Pontife Suprême l'autorité de Jésus-Christ, dans tous ces cas, il y a obligation de résister et obéir serait un crime dont les conséquences retomberaient sur l'État lui-même ».[15]
Il est plus facile d'obéir quand on a confiance dans la personne dont nous dépendons. Mais l'obéissance n'exige pas la

[14] Lettre encyclique *Sapientiae Christianae* du 10 janvier 1890 Sur les principaux devoirs des chrétiens - Léon XIII
[15] Lettre encyclique *Sapientiae Christianae* du 10 janvier 1890. Sur les principaux devoirs des chrétiens - Léon XIII

confiance. Nous devons avoir le respect de l'autorité qui parle.
Ce qui compte avant tout, c'est de rechercher la volonté de Dieu, à travers l'ordre reçu, parfois contestable, mais en gardant le principe : « l'obéissance est due tant que l'ordre donné n'offense pas la foi ni les mœurs ». Il est donc essentiel d'être attentifs à ce qui nous est ordonné, en portant s'il le faut un jugement sur cet ordre, mais sans chercher à imaginer les intentions de celui qui commande.
« Les inférieurs sont tenus d'obéir à leurs supérieurs seulement dans les choses pour lesquelles ils leur sont soumis, et pour lesquelles les supérieurs ne sont pas en opposition avec l'ordre d'une puissance plus élevée »[16].
L'autorité doit être éclairée par le Saint Esprit et s'exercer en conformité avec la justice. Elle ne doit pas être abusive. « Et vous pères, n'exaspérez pas vos enfants, mais élevez-les en les corrigeant et en les avertissant selon le Seigneur. »[17]

Et si je ne veux plus obéir ?
Les conséquences ne se font en général pas attendre longtemps car Dieu a basé toute sa création sur des lois. La désobéissance se paye toujours…
Si vous voulez sortir en chemise par -5°C, si vous ne voulez manger que des sucreries, si vous conduisez à gauche (en France), si vous vous droguez, si … c'est bien vous qui payerez les conséquences de vos actes…



Mais cela va plus loin car il ne faut pas oublier les conséquences vis-à-vis de Dieu et celles envers le prochain :

1) vis-à-vis de Dieu :
Nous commettons une offense envers le Dieu qui nous a créé. « Que les pauvres pécheurs sont ingrats en offensant un Dieu si bon et un Père si tendre. Outrager un Dieu qui nous a créés et qui ne nous a fait que du bien, c'est le comble de l'ingratitude. Les animaux n'oublient pas le bien qu'on leur fait et les chrétiens oublient la bonté d'un Dieu qui les aime tant. » disait le Saint Curé d'Ars.

2) envers le prochain
- **par l'exemple donné** tout d'abord : Un enfant qui refuse d'obéir à ses parents montre à ses frères et sœurs que c'est possible et remet en question une autorité que chacun croyait indiscutable jusqu'à ce jour. Et même si l'ordre pouvait être discutable, celui qui a obéi sans discuter gagnera davantage de mérites aux yeux de Dieu que s'il a fait un acte plus positif par désobéissance. « On ne doit pas faire un bien en se rendant coupable d'une faute »[18]
- **par le bien qui n'aura pas été fait** là où Dieu nous a placé pour le servir.



Alors l'obéissance ?
Nous n'aimons pas trop obéir, mais l'amour de Dieu change tout ! « En obéissant humblement à la voix d'un autre, nous triomphons nous-mêmes de notre cœur »[19]
L'obéissance -voulue- rétablit l'ordre, en nous d'abord (comme enfants de Dieu), et autour de nous. Elle nous forme, nous fortifie et nous arme pour exercer l'autorité qui nous est peut-être déjà donnée ou qui nous sera un jour, confiée.
Certes, obéir n'est pas chose facile mais : « Notre-Seigneur n'a pas annoncé pour la société future le règne d'une félicité idéale, d'où la souffrance serait bannie ; mais, par ses leçons et par ses exemples, il a tracé le chemin du bonheur possible sur terre et du bonheur parfait au ciel : la voie royale de la croix. »[20]

Anne

[16] Saint Thomas ; Somme théologique ; q.114, a.4
[17] Epitre de Saint Paul aux Ephésiens. 6,4.
[18] Saint Thomas ; Somme théologique q.114, a.3
[19] Saint Thomas ; Somme théologique q.114, a.1
[20] Encyclique Notre charge Apostolique du 25 août 1910 Sur "le Sillon" - Saint Pie X

Mon fils ne sait pas ce qu'il veut faire plus tard !

Pascal Lartisan discute avec Hervé Lingénieur sur le parvis de l'église.

- Que veut faire ton fils l'an prochain, après son bac ?
- Il ne sait pas…surtout pas le métier de son père !
- Le mien, il n'est motivé pour rien.…
- Qu'allons-nous faire de nos enfants ? Ils ne se rendent pas compte…
- C'est vrai.…il ne savent pas ce que c'est que la vie professionnelle !

Le mois précédent, leurs fils ont répondu à un questionnaire d'orientation : « quels métiers connaissez-vous ? Que savez-vous du métier de vos parents ? Essayez de les décrire puis de cerner leurs avantages et inconvénients »…

Xavier Lingénieur: « mon père est ingénieur dans l'aéronautique. Il passe son temps en réunions et fait des mails. Ce n'est pas intéressant, je veux un métier où on bouge, avec du concret… »

Louis Lartisan: « mon père est plombier chauffagiste. Il répare des installations pourries. C'est un métier désagréable. On est mal installé pour travailler et chez des gens de mauvaise humeur. Je veux un métier où je puisse m'épanouir dans une bonne ambiance ».

La semaine suivante, les pères de famille se retrouvent :

J'ai discuté avec mon fils. Il m'a parlé de son questionnaire d'orientation. Quel choc ! J'ai fait une erreur... J'ai tellement voulu séparer vie professionnelle et vie familiale pour préserver ma famille, que mes enfants n'ont aucune idée de mon travail !

- Mon fils a parlé avec ses profs. Mais ils ne savent pas lui expliquer les autres métiers que le leur ! Ils n'ont jamais connu d'autre milieu que celui de la fac…
- Ah…je comptais sur eux, mais j'aurais pu y penser…c'est difficile de parler de ce qu'on ne connaît pas !
- Moi, je crois que je les décourage: quand je rentre fatigué, j'ai besoin d'évacuer… Quand leur chauffage est en panne, certains de mes clients se croient seuls au monde et crient sur le plombier trop lent à venir, plus fort que sur leur chien !
- Il n'est pas trop tard, il reste quelques mois avant le choix définitif sur Admission PostBac !

Conseils du mois :

<u>L'état d'esprit et la motivation</u>

- Comme dans la vie spirituelle, la meilleure motivation, celle qui mène le plus loin, est celle de l'attrait pour le Bien, le Beau, le Vrai ; et non pas celle qui consiste à éviter le mal. Il nous faut donc nous attacher à faire découvrir aux enfants la beauté des métiers.
  Le travail est nécessaire à l'équilibre de l'homme, à son progrès, son épanouissement et sa joie. Joie du travail bien fait, d'une belle œuvre, du service rendu, du client satisfait, d'un problème résolu, de la connaissance acquise ou transmise, des remerciements reçus…
  N'ayons pas une notion erronée de la punition du péché originel… Le travail n'est pas une punition, c'est sa pénibilité qui l'est. Le travail fait partie de l'équilibre de la vie de tous les religieux, même des ermites les plus détachés !

- Sachons voir et raconter à nos enfants la finalité, le sens positif de notre travail avant l'effort accompli ou les inévitables difficultés du patron, du client, de l'élève, des collègues, de la nature ! Nous avons obtenu un résultat, rendu un service, débloqué une situation, passé un bon moment, rendu quelqu'un souriant, surmonté notre peur, semé pour que d'autres moissonnent…
- Appuyons-nous sur ce que les enfants aiment et sur leurs qualités naturelles pour les orienter vers des activités qui utiliseront ce socle positif nécessaire à la réussite. Un enfant artiste qui a toujours sa chambre en désordre sera probablement peu à l'aise dans un métier de comptable ou de logistique…mais pourra être un bon intellectuel, un ingénieur de recherche brillant, ou exercer dans les métiers de l'art….

La connaissance

- Il existe aujourd'hui de multiples métiers, et des passerelles entre les différentes formations qui n'existaient pas il y a 25 ans. Allons chercher des conseils avec nos enfants dans des associations, des journées portes ouvertes ou des salons.
- Il est normal qu'un adolescent ait du mal à imaginer la réalité du monde du travail ! N'allons pas leur reprocher d'idéaliser et de vouloir un travail motivant, qui bouge, qui a du sens !
  Il est courant qu'un adolescent veuille se différencier de son père, au moins pour se faire sa propre idée. Encourageons-le à questionner ses grands cousins ou de jeunes oncles, nos amis, des jeunes de 25 ou 30 ans dans le métier desquels il se projettera plus facilement que dans ceux des adultes en fin de carrière !
  Démarrons une conversation devant lui s'il ne sait pas comment s'y prendre….
  - Alors, Thomas, où travailles-tu ? Qu'est-ce qui te plaît dans ton travail ? Comment es-tu arrivé là ?...
- Nous pouvons aussi proposer aux professeurs de l'école de nos enfants de visiter notre entreprise -notre activité- avec leurs élèves ou de venir leur parler de notre métier avec quelques photos ou un film.



Construction du viaduc de Millau (2003). Hauteur maximale 343m. La plus haute pile du monde, résultat du génie et du travail des hommes.

Hervé Lepère

Le casseur de cailloux. fable attribuée à Charles PEGUY

Charles Péguy va en pèlerinage à Chartres. Il voit un type fatigué, suant, qui casse des cailloux. Il s'approche de lui : *« Qu'est-ce que vous faites Monsieur ? « Vous voyez bien, je casse des cailloux, c'est dur, j'ai mal au dos, j'ai soif, j'ai faim. Je fais un sous-métier, je suis un sous homme ».*
Il continue et voit un peu plus loin un autre homme qui casse les cailloux ; lui n'a pas l'air mal. *« Monsieur, qu'est-ce que vous faites ? » « Eh bien, je gagne ma vie. Je casse des cailloux, je n'ai pas trouvé d'autre métier pour nourrir ma famille, je suis bien content d'avoir celui-là».*

Péguy poursuit son chemin et s'approche d'un troisième casseur de cailloux, qui est souriant et radieux : *« Moi, Monsieur, dit-il, je bâtis une cathédrale. »*

LE PRIX DU BONHEUR

Le coin des jeunes !

LES MATHEMATIQUES PRISES EN DEFAUT !

Chère Bertille,

Après une journée particulièrement fatigante, je cours attraper le bus, m'engouffre à l'intérieur et me jette sur la première place libre. La chaleur du bus m'envahit doucement, je ferme les yeux et me laisse aller à une douce somnolence, pensant vaguement à la soirée tranquille qui m'attend. Un bruit me sort de ma demi-conscience, j'ouvre les yeux ; le bus est bondé. Mon regard se pose machinalement sur une vielle dame, toute petite, toute fripée, un vrai santon de Provence perdu dans Paris. Elle porte un grand sac bien lourd et se tient debout avec peine.



Te l'avouerais-je ? Mon premier réflexe est de refermer les yeux afin de continuer mon rêve et ainsi de me laisser aller égoïstement à mon confort. Des pensées rapides comme l'éclair m'assaillent : "Cette dame n'a pas vu que tu as ouvert les yeux, tu peux donc les refermer bien tranquillement ; personne ne te reprochera quelque chose. Après tout, tu ne l'as pas vue cette dame ! Et puis, n'étais-tu pas là avant elle ? N'es-tu pas éreintée après une lourde journée? Tu es fatiguée, reste donc assise. Et puis, d'ailleurs, pourquoi serait-ce toi qui devrais bouger ? Il y a bien d'autres gens qui pourraient lui céder leur place...".

Ces pensées s'entrechoquent dans ma tête l'espace d'une seconde. Fort heureusement je me ressaisis, me lève et prends le sac des bras de la dame et lui propose mon siège. Tu aurais vu alors le sourire lumineux de cette brave dame qui me remercie avec tant de chaleur. Face à sa joie, en un instant, ma fatigue s'envole et mon cœur léger s'unit au bonheur simple de cette dame soulagée et reconnaissante.

Prise par la routine du trajet, je retourne à mes pensées. Mon esprit, cependant, revient toujours au sourire de cette dame. En fait, il m'a suivi toute la soirée et m'a permis de réfléchir à un sujet tout simple : pourquoi fuyons-nous le bonheur en recherchant nos aises ?

Te souviens-tu que lors des cours de philosophie nous apprenions qu'Aristote enseigne que l'homme est fait pour le bonheur et qu'il le recherche dans toutes ses actions ? Fort bien ! Mais quel est la nature du bonheur et où se cache-t-il ? Il est si facile de se tromper à son propos et de courir après de vaines chimères. Combien d'hommes seraient surpris de s'apercevoir qu'ils ne rencontreront jamais le bonheur pour la simple raison qu'ils courent seulement après leurs plaisirs.

Si le plaisir est considéré comme une fin, il engage en effet l'homme dans une impasse mortelle. Loin de moi l'idée de fustiger le plaisir qui joue indéniablement un rôle essentiel en nos vies. N'est-il pas l'instrument indispensable qui nous met en éveil ? Cependant, comme tout instrument, sa durée de vie est éphémère et son utilité très circonscrite.



Si par malheur le plaisir change de nature et d'instrument devient fin, il agit sur l'homme comme une drogue l'aveuglant et le réduisant en esclavage. Le bonheur n'est plus la nourriture de l'âme. Aussi l'âme tâche-t-elle de compenser son étrange anémie spirituelle en se gavant de plaisirs. Mais rapidement incapable de s'ouvrir sur l'extérieur, d'aimer en un mot, elle s'étiole.

Ce que je te dis du plaisir est également vrai pour la satisfaction. Tu comprends ainsi aisément combien le monde qui nous vante les plaisirs et n'hésite pas à affubler les satisfactions qu'ils apportent des beaux noms de bonheur et d'amour, nous ment au fond. Le plaisir ainsi convoité est un miroir aux alouettes ; on s'y brûle les ailes.



Le bonheur au contraire réside dans l'oubli de soi. Certes cet oubli de soi passe concrètement par le renoncement. Renoncement à notre confort, à nos aises, à cette facilité qui contente nos sens mais étouffe nos âmes. En nous renonçant en revanche, nous sortons de nous-mêmes et nous devenons capables d'aimer.

L'amour implique en effet l'oubli de soi, le détachement nous-mêmes. Cette sortie de soi, pour douloureuse qu'elle puisse être parfois, est la condition sine qua non pour pouvoir se tourner vers l'autre et chercher son bien au détriment de ses propres aises.
Tandis que la recherche de la satisfaction ne s'adressant uniquement qu'à notre nature sensible entraine un repli sur soi et une tristesse incommensurable, le renoncement s'adresse à la partie noble de l'homme, à son intelligence et sa volonté. Il dégage l'âme des scories des plaisirs et l'ouvre à la présence de l'autre. Il l'initie au bonheur en l'invitant à se donner.
Nous sommes à l'heure des choix : ne laissons pas cette petite dame debout. En lui cédant notre place, nous refoulons nos satisfactions mesquines et nous ouvrons notre âme à la joie car, s'il est vrai "qu'il y a plus de joie à donner qu'à recevoir", il y en a encore beaucoup plus à se donner. Et lorsque la tristesse et le découragement frapperont à la porte de ton âme aux heures plus lourdes de la tentation et chercheront à te faire abandonner le combat, souviens-toi de ce que disait René Bazin lorsqu'il nous invitait à « être sûr de Dieu comme d'un ami de la famille et (à) le prouver en refusant d'être triste".
Tu connais mon aversion pour les mathématiques, c'est pourquoi je ne résiste pas à la joie de les prendre en défaut. Ne doivent-elles pas en effet s'incliner face aux principes essentiels des lois du bonheur que résume si bien le Père de Chivré : « La multiplication des plaisirs est une soustraction de bonheur ».
Repensant au bon sourire de ma petite dame du bus, je m'en vais me coucher, non sans t'avoir embrassée au préalable bien affectueusement me servant sans vergogne de saint Théophane Veynard pour te saluer de son tonitruant : "Vive la joie quand même !"

AZILIZ



METS-TOI À GENOUX LE MATIN

Le coin des jeunes !

Mets-toi à genoux le matin, ma fille, pour m'offrir ta journée et me demander mon aide à Moi, ton Seigneur.
Ne fais pas cette offrande à la va-vite, sous la douche, dans le métro ou en voiture, entre deux, en me coinçant dans un tout petit trou parce-qu' il faut bien Me mettre quelque part.
L'homme n'est grand qu'à genoux car sa vraie grandeur est la reconnaissance de sa petitesse pour boire aux sources de Ma grâce, et celle-ci ne se reçoit qu'à genoux dans un cœur qui veut Me donner la première place.
Ouvre-moi ton cœur, revêts-toi aux premières heures de Ma lumière.
Mets-toi à genoux le matin…

Tu n'as pas le temps ? Mais n'ai-Je pas pris, Moi ton Rédempteur, le temps de Ma Passion pour chacun de vous. Vous m'êtes si chers que pour un seul à sauver Je l'aurais fait, J'aurais revécu ces heures atroces pour toi, rien que pour toi, et tu n'aurais pas de temps pour Moi, le matin ?
Tu sais, seul le premier pas coûte et tant d'âmes ont avancé à Ma suite, pour avoir voulu juste consentir un effort.
Si tu as peur d'oublier, demande à ton ange gardien, et à ma Mère, tu n'oublieras plus.
Et recommence sans te lasser.
Mets-toi à genoux le matin…



Tu as vingt ans et tu as quitté le cocon familial ou l'école, pour tes études, tu veux savoir ce que tu vaux, et ton jeune idéal rêve de changer le monde.
Mais mon enfant, avant de changer cette fille ou ce garçon qui te déplait, ces professeurs ou ces parents qui t'ennuient, ces aînés trop exigeants, cette situation pénible, c'est ton cœur et ton regard sur les choses qu'il faut changer.
Car le vrai combat, vois-tu, ce n'est tant celui contre ce monde moderne avec ses lois iniques qui Me font tant souffrir. Non le premier combat c'est celui contre toi-même au quotidien, sans te décourager.
Le Ciel se fait violence, seuls les violents s'en emparent…

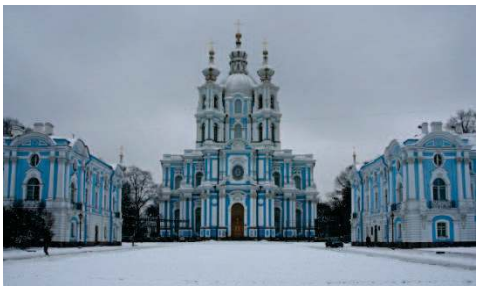
Mais pour cela il te faut accepter ce que Je te donnerai aujourd'hui pour te façonner comme Mon œuvre d'art, car tu as du prix à Mes yeux et que seule compte ta bonne volonté à te laisser faire.
Mets-toi à genoux le matin…

Ma Mère et Moi nous nous réjouissons tant, de voir ton âme de jeune fille, porteuse d'espérance, Nous implorer pour tes victoires intérieures, que par tes propres forces tu ne peux atteindre.
Elles seront pour toi les plus grandes.
Aussi grandes que celle de quatre petites filles à l'Ile Bouchard, qui ont obtenu de mon Cœur, par Celui de Ma Mère, de changer la destinée de la France, ce pays chéri, lors de l'imminence du communisme.
Quatre petites filles qui n'ont pas manifesté à Paris ni envoyé de pétition aux ministres.
Elles ont simplement pris leur chapelet, quatre petites filles à genoux devant Ma Mère.
Comme l'ont fait aussi les trois petits de Fatima : Lucie, Jacinthe et François…

Alors mets-toi à genoux le matin…

TOUJOURS PLUS HAUT !

18h, me voici à l'appartement, la **journée a été dure**, d'abord ce 4/20 en histoire ce matin et puis ce soir en rentrant, 1h d'attente dans le métro parce qu'un malheureux anonyme, lassé de ne compter pour rien, a tenté de mettre fin à ses jours dans un suprême coup d'éclat !
Je claque la porte et m'accorde un peu de **détente bien méritée** avant de commencer mon travail pour demain. Tiens allons voir ce qu'il se passe dans le monde sur ce **site**, pas de danger, c'est un bon site généralement fiable et propre… Ah tiens cette vidéo sur les relations avec la Russie, voyons voir… Super intéressante ! D'ailleurs la Russie ça m'intéresse… A propos je rêve d'aller à Saint-Pétersbourg, ce doit être magnifique sous la neige, voyons des photos …



Quelle heure est-il au fait, je commence à avoir faim ? 21h30 ! Aïe Aïe et ce devoir d'anglais à rendre pour demain matin, et l'interrogation en Grec …
Et ce soir comme hier soir je ne me coucherai pas avant minuit et demi après avoir terminé tant bien que mal le devoir d'anglais et parcouru rapidement mon grec à apprendre ! Quelle vie, **je n'ai jamais le temps de rien faire le soir**, j'avais pourtant pris la résolution en début d'année de **lire**, mais je n'ai pas le temps ! **Trop de travail** !! C'est comme la **méditation** du matin, je me couche déjà tard, pour me lever à 6h et demi et il faudrait encore que je me lève un quart d'heure plus tôt, non c'est impossible avec un rythme comme ça, chaque minute de sommeil compte ! Et ainsi passe la **vie d'étudiant**, temps de **formation** si décisif pour notre vie d'homme et de futur père chrétien. Temps privilégié, où nous sommes seuls

Le coin des jeunes !

PAS LE TEMPS !

responsables de nous même où nous devons **affiler nos âmes** et perfectionner nos caractères. Temps où tous les espoirs de grandeur sont permis, où il nous faut avancer dans la vie à grand coup de rame, **voir grand et viser haut !** Au lieu de cela nous passerions nos **temps libres enfermés** mentalement par un écran à nous rétrécir le cerveau et à déprimer en regardant tout ce qui va mal dans le monde à travers les lunettes des vendeurs de sensations, ou au contraire à nous évader dans un **monde merveilleux mais virtuel** et insipide qui ne nous laisse qu'un peu d'amertume au cœur et de regret de n'avoir mené qu'une existence rétrécie, vouté et bientôt bossu devant l'ordinateur.



Faisons un rapide calcul : **2h par jour** passées à **flâner sur internet** soit 730 h par an ou encore **un mois complet**. Nous pouvons facilement en gagner la moitié, cela fait donc une heure de plus par jour pour **lire, méditer** et travailler un peu plus, ce qui n'est pas un luxe, et pourquoi pas nous donner dans tel ou tel mouvement de jeunes.
Mais comment réussir à ne pas **se faire piéger** ? Une bonne idée est de se faire **un emploi du temps** en rentrant chez soi, d'affecter à **chaque matière et tâche un temps donné**, y compris le temps passé sur internet et de s'y fixer coûte que coûte. De plus toujours aller sur **internet avec un but précis** et s'y conformer au maximum permet d'éviter de dériver au fil des tentations qui nous sont proposées. Nos soirées vont alors s'allonger et nous aurons le temps de faire beaucoup de choses, de lire un peu chaque soir avant de nous endormir, de nous coucher plus tôt et de faire revivre cette **vie intérieure** qui nous est si précieuse et nécessaire, qui seule nous permet de **prendre du recul** et de la hauteur dans l'agitation du monde qui nous entoure et d'orienter correctement notre vie **sous le regard de Dieu**.

Charles

Pour nos chers grands-parents

Chers grands-parents,

En travaillant sur cette délicate question des grands-parents éducateurs, nous avons pensé, mon mari et moi, que nous pouvions la séparer en deux parties : la première sur le devoir de transmission et la deuxième sur l'appui aux parents dans l'éducation. Dans cet article, nous ne verrons que la première partie.

Quand on parle d'une famille, on a tendance naturellement à la réduire à des parents et leurs enfants. C'est vrai mais incomplet. La famille est d'abord un héritage, une transmission. Combien de fois voyons-nous des parents sans références. Ils agissent avec bonne volonté sûrement, avec bon sens parfois, mais on sent qu'il manque quelque chose … et ce quelque chose est souvent l'héritage. « Tes père et mère honoreras… afin de vivre longuement ». Après les commandements ayant Dieu pour objet, le premier commandement concerne la vie morale et traite de la famille. Par père et mère c'est évidemment des parents nourriciers dont le décalogue parle mais aussi de la lignée, au premier rang de laquelle se situent les grands-parents. Nous pensons qu'à eux aussi revient la mission de transmettre cet héritage.

Naguère, ils avaient naturellement leur place comme mémoire de la famille, ils avaient le temps… Aujourd'hui, les grands-parents sont probablement plus actifs et mobiles. Ils doivent cependant s'efforcer de garder cette place qui donne de la profondeur à la famille. Dans un monde de plus en plus tourné vers l'efficacité immédiate, leur rôle d'enracinement est plus que jamais nécessaire.

Par exemple, raconter aux petits enfants la vie de leurs ancêtres, éveiller l'attachement des enfants à leur famille, susciter l'admiration pour cette succession de fidélités – à l'Eglise, à la patrie, à des usages, à une maison ou une terre - fidélités qui finalement font la réalité de leur famille.

Ces récits permettront aux grands-parents, s'ils ont eu la chance de recevoir une bonne éducation chrétienne dans une famille fidèle, de transmettre ce trésor avec la sagesse et le discernement que leur aura donné l'expérience. Si eux-mêmes n'ont pas eu cette grâce, ils doivent être conscients qu'il leur revient de créer les bases de cette transmission.

D'une manière très pratique, cet enracinement pourra trouver des prétextes dans la vie quotidienne. Quand les parents disent « fais ceci », les grands-parents disent ; « ton arrière-grand-père disait… », « dans notre famille on a toujours fait ainsi… » rattachant ainsi les principes quotidiens de l'éducation à la lignée familiale.

Evidemment, les grands-parents ne doivent pas se transformer en professeurs pontifiants et « rasoirs ». Leurs interventions se feront « en passant », avec affection et légèreté, discrètement et surtout par l'exemple.

Le principal est que les enfants soient très tôt pénétrés de l'idée qu'ils ont la chance d'appartenir à une famille et que cette chance tout en leur apportant une grande richesse est aussi source de devoirs et de fidélité : que des trésors comme la foi, la prière en famille, l'unité familiale, la joie, le soutien mutuel, l'engagement, le courage, le travail ... sont les vertus obligatoires si l'on veut être digne de ses ancêtres. Si eux-mêmes n'ont pas eu cette grâce, leur rôle sera encore plus héroïque et enthousiasmant. C'est à eux que reviendra la magnifique tâche de recréer ces fondements insuffisants. Tout en s'attachant autant que possible à valoriser leur famille, ils chercheront à transmettre les exemples de vertus qu'ils trouveront dans l'histoire de France et dans la lecture de la vie de nos saints. Ils s'attacheront aussi à rétablir les beaux usages de nos familles chrétiennes en observant avec modestie ce qui se fait dans les familles fidèles. Le chapelet leur donnera certainement les grâces pour compenser ce que leurs propres familles n'ont pu leur donner.

Pour finir, n'oublions pas que notre soutien de grands-parents à l'éducation de nos enfants sera inefficace sans la prière. Prions chaque jour pour nos enfants et pour chacun de nos petits-enfants.

Prions saint Joachim et sainte Anne, patrons des grands-parents de nous éclairer dans notre rôle délicat et plein de renoncements. Bon courage à tous!

Des grands-parents

Mois de Mars consacré à Saint Joseph

Rappelons-nous la place importante de l'époux virginal de Marie et honorons-le comme il le mérite. Dieu lui a confié son fils unique, et Marie lui a obéi comme à son chef. Le Pape Pie IX l'a proclamé patron de l'Eglise universelle. Nous connaissons sa puissance sur le Cœur de Jésus et sur celui de Marie !

Invoquons-le chaque jour, dans le travail, dans les tentations, à la vie et à la mort, dans les besoins temporels, pour obtenir des vocations religieuses. Il est le patron de la vie intérieure en raison de sa vie de foi et de contemplation. Il est aussi invoqué pour obtenir la grâce d'une sainte mort, lui qui mourut, assisté de Jésus et de Marie. Enfin, n'oublions pas qu'il est patron de l'Eglise universelle.

Prière à saint Joseph de saint François de Sales

Glorieux Saint Joseph, époux de Marie,
accordez-nous votre protection paternelle,
nous vous en supplions par Jésus-Christ.
O vous dont la puissance s'étend à toutes nos nécessités
et sait rendre possibles les choses les plus impossibles,
Prenez paternellement les intérêts de vos enfants :
nous recourons à vous avec confiance.
Faites que, sous votre paternelle conduite,
toutes nos causes d'inquiétudes tournent à la gloire de Dieu
et au bien de ses dévoués serviteurs. Ainsi soit-il.



Bonne Humeur

Parents d'élèves en terminale, reprenez espoir !! (extraits des perles du bac)

Une tonne pèse au moins 100 Kg si elle est lourde (2002 ; Note : 18).
Le passé simple est un passé composé du présent, du futur et de l'imparfait (2005 ; note : 15).
Les américains vont souvent à la messe car les protestants sont très catholiques (2004 ; note 18).
Quand deux atomes se rencontrent on dit qu'ils sont crochus (2002 ; note : 15)

Bonne nouvelle

À Notre-Dame de Paris sont conservées et présentées à la vénération des fidèles les insignes reliques de la Passion du Christ : la Sainte Couronne d'épines, un morceau de la Croix, un Clou de la Passion. Elles sont exposées chaque premier vendredi du mois et chaque vendredi de Carême à 15h00. Le Vendredi Saint, de 10h00 à 17h00.

La Vraie Croix fut découverte par sainte Hélène, mère de l'empereur Constantin, peu après le concile réuni à Nicée en 325. Après de nombreuses péripéties Saint Louis rachète ces reliques et c'est le 19 août 1239, qu'elles arrivent en procession à Paris. Le roi délaisse ses atours royaux, endosse une simple tunique et, pieds nus, aidé de son frère, porte la Sainte Couronne jusqu'à Notre-Dame de Paris. Il fait alors édifier un reliquaire : la Sainte-Chapelle. Durant la Révolution française, les reliques seront déposées à l'abbaye de Saint-Denis puis, privées de leurs reliquaires, à la Bibliothèque nationale. Elles se trouvent conservées au trésor de la cathédrale depuis le 10 août 1806.

La Sainte Couronne est, sans doute, la plus précieuse et la plus vénérée des reliques conservées à Notre-Dame de Paris : elle est porteuse de plus de seize siècles de prière fervente de la Chrétienté. Elle est constituée d'un cercle de joncs réunis en faisceaux et retenus par des fils d'or, d'un diamètre de 21 cm, sur lequel se trouvaient les épines. Ces dernières ont été dispersées au cours des siècles par les dons effectués par les empereurs de Byzance et les rois de France. Depuis 1896, elle est conservée dans un tube de cristal et d'or, couvert d'une monture ajourée figurant une branche de *zizyphus* ou *Spina Christi*- arbuste qui a servi au couronnement d'épines.

Le fragment du **Bois de la Croix** fut prélevé lors de la destruction du reliquaire à la Révolution et sauvé par un membre de la Commission temporaire des Arts qui le remit à Notre-Dame en 1805. Conservé dans un écrin de cristal, ce fragment est d'une longueur de 24 cm et présente à son extrémité une mortaise destinée à son encastrement, éléments correspondant exactement à l'une des traverses de la croix vénérée par saint Louis dont les plans ont été conservés.
Le Clou trouve ses origines dans le trésor ou Saint-Sépulcre. Le Patriarche de Jérusalem le remit, avec d'autres reliques de la Passion, à l'empereur Charlemagne en 799. D'une longueur de 9 cm, il est conservé dans un reliquaire en forme de clou, simple tube de cristal orné d'une tête et d'une pointe en argent doré.
Ces reliques sont conservées aujourd'hui dans la chapelle d'axe, chapelle capitulaire de l'ordre du Saint-Sépulcre, déposées dans un reliquaire de verre évoquant le manteau de pourpre dont le Christ fut revêtu au cours de sa Passion.
Honorons ces reliques avec foi ; elles nous aideront à faire un saint Carême.

Ma Bibliothèque



Vous trouverez ici des titres que nous conseillons sans aucune réserve pour chaque âge de la famille.
En effet ne perdons pas de vue combien la lecture d'un bon livre est un aliment complet ! Elle augmente la puissance de notre cerveau, développe la créativité, participe à notre développement personnel, nous distrait, nous détend et enfin elle enrichit notre vocabulaire.
Il faut, dès l'enfance, habituer vos enfants à aimer les livres ! Mais, quel que soit l'âge, le choix est délicat tant l'on trouve des genres variés… N'oubliez jamais qu'un mauvais livre peut faire autant de mal qu'un mauvais ami !

Pour Tout-petits : La collection Petit Cyr (Ed. DPF)
Dès 4 ans et pour toute la famille : Pâques - La Passion et la Résurrection (Ed. Minedition). Un livre magnifique pour méditer à partir des peintures de Fra Angelico.
Première lecture : La joie de lire. H. Filloux (Ed. Sainte Philomène)
10-12 ans : Jacinthe, le petit agneau de Dieu ; et toute la collection. P. Ange Marie(Ed. Enfants de Fatima)
12-14 ans : Tom Playfair. Francis Finn. (Ed. Clovis)
Formation ; pour les filles à partir de 16 ans et pour les garçons à partir de 20 ans : Mon journal de sage-femme. L Burger (Ed. de Chiré)

Adultes
-Formation : Le mariage chrétien (Ed. Clovis)
-Histoire : La véritable histoire des Cristeros. H. Kéraly. (Ed. de l'homme nouveau)
-Culture chrétienne : Les soutanes sous la mitraille René Gaëll (Ed. Saint Rémi)
-Méditations : Le carême au jour le jour. Monsieur l'abbé P. Troadec (5 volumes pour tous les temps de l'année ; accessible dès 15 ans) Ed. Via Romana.

(Pour compléter cette liste, vous pouvez vous renseigner sur les Cercles de lecture, René Bazin :
cercleReneBazin@gmail.com **(à partir de 16 ans- Culture, Formation)**



Petite histoire des arts de la table

Continuons notre petit tour de table… par la vaisselle :

Si Faïence et porcelaine sont deux sœurs que l'on trouve sur nos tables, sans compter le grès (matériau céramique très dur et résistant) quelle est leur différence ?

Savez-vous que le mot **Faïence** vient de la ville de Faenza en Italie, célèbre pour ces céramiques ?

C'est une poterie à base d'argile, colorée dans la masse, perméable à l'eau, recouvert d'un mail contenant de l'étain (stannifère) opaque.

Les premières faïences datent du XVIème ; elles parent les tables de l'aristocratie dont les armoiries y sont souvent peintes, ainsi que celles des grands bourgeois. Les ménages plus modestes utilisent des écuelles en grès ou pour les plus raffinés en étain.

A travers tout le royaume de France les faïenceries vont se multiplier jusqu'à la fin du XVIIIème siècle : Rouen, Nevers, Moustier Saint -Marie, Strasbourg, Lunéville, Marseille, Creil, Douai, Sarreguemines, Samadet, Bayeux, Gien, Quimper. Les petites faïenceries locales touchantes, copiant les plus grandes, sont vendues par les colporteurs sillonnant le pays.

Ainsi « l'oiseau de paradis » se retrouve tant sur le Moustier que sur la faïence de La Rochelle, chacune avec son savoir-faire propre.

Des fleurs (le bleuet dit barbeau), des évènements historiques sont souvent source de décor (montgolfières, « slogans » révolutionnaires.



L'avènement de la production industrielle à partir du milieu du XIXème siècle aura raison des faïenceries traditionnelles mais permettra de produire une vaisselle de qualité, solide, abordable pour tous.

Avec la Compagnie des Indes créée par Colbert, **la porcelaine** se développe, technique venue de Chine, tirant son nom d'un coquillage nacré, baptisé en italien « porcellana ». Les plus grandes manufactures fourniront les tables royales : Sèvres, Saint-Cloud, Chantilly, Vincennes, Limoges.
La porcelaine de Paris blanche et or, est très répandue au XIXème siècle.



Meissen, en Saxe est la première à percer le secret de la porcelaine dure, produisant avec d'autres villes la fameuse porcelaine de Saxe, puis en France cela arrive en 1768 quand un gisement de Kaolin est découvert par hasard à Saint Yrieix près de Limoges.

Mais si la prolifération de maisons de porcelaine installées à cet endroit ne tardera pas à épuiser le filon, il n'en reste pas moins que beaucoup de manufactures y continuent leur activité.

Il existe deux types de porcelaine :

La porcelaine tendre composée d'une argile calcaire et d'un mélange de silice, d'alumine de soude et de potasse. Après une première cuisson elle reçoit

une couverture à base de plomb mais elle est fragile et rayable.

La porcelaine dure à base de kaolin, felspath et quartz est une pâte délayée à l'eau puis moulée, tournée ou coulée. Elle subit une première cuisson, reçoit une couverte, puis est recuite à forte température.

Le décor est alors appliqué avec des couleurs à base d'oxydes métalliques qui permettent une grande variété de coloris, et fixé à basse température.

Ce petit tour historique n'est pas représentatif de nos tables actuelles quotidiennes, où le pratique et la simplicité dominent. Nous apprendrons à les embellir dans le prochain numéro avec notamment ce que la nature nous donne.

Jeanne de Thuringe

Truc et astuces : comment distinguer porcelaine et faïence ?

La faïence est lourde, mate, un peu irrégulière au toucher, son émail n'a pas une épaisseur régulière et si vous la frappez d'une pichenette, elle produit un son mat.
La porcelaine est fine, légère et souvent translucide. Sa pâte est blanche, son émail homogène et elle produit un son cristallin.





La page juridique

Acheter une voiture d'occasion

Il faut remplacer la voiture au sortir de l'hiver ou en envisager une pour un enfant étudiant lors d'un stage. Vous pensez avoir trouvé celle qui vous conviendra, mais il peut vous être utile de connaître certains points sur l'achat d'une voiture d'occasion.

Celui-ci doit obligatoirement être constaté par écrit.

S'il s'agit d'un achat à un professionnel, cela peut prendre la forme d'un bon de commande.

A ce sujet, l'achat de véhicules à plaques rouges en « TT » est très intéressant. Il s'agit de véhicules neufs, achetés juste pour l'été en général par des français résidents à l'étranger. Le kilométrage est peu élevé et le prix par rapport au neuf abattu de 30% environ, pour un véhicule ayant très peu roulé.

Le bon de commande doit mentionner, en plus de ce qui serait indiqué pour un véhicule neuf, l'indication du mois de l'année de la première mise en circulation et le kilométrage total parcouru depuis la première mise en service. A défaut il sera indiqué la mention « non garanti ».

S'il s'agit d'une vente entre particuliers, ce document écrit est alors « un certificat de cession » établi sur papier libre, ou mieux au moyen d'un formulaire téléchargé sur internet : siv.interieur.gouv.fr/

Il doit être rédigé en trois exemplaires, un pour le vendeur, un pour l'acheteur et un à renvoyer ou déposer en préfecture.

En outre, le vendeur, professionnel ou particulier doit vous remettre :

Un **certificat de situation administrative** établi depuis moins d'un mois, délivré en préfecture ou sur le site internet mentionné plus haut.

Un **certificat de non-gage**, destiné à vérifier que le véhicule n'étant pas gagé, sa vente est possible, là aussi voir internet.

Et lorsque la voiture a plus de quatre ans, **l'attestation d'un contrôle technique** de moins de six mois, avec celui de la contre visite éventuellement (moins de deux mois). La délivrance par la préfecture de la carte grise au nouveau propriétaire ne peut se faire sans ce document.

Le vendeur remet à l'acheteur, une fois la vente conclue, la carte grise du véhicule portant la mention vendue le… et l'heure, suivie de sa signature. L'indication de l'heure sert à ne pas incomber au vendeur des infractions du fait de l'acquéreur…

Cette carte grise modifiée est valable un mois, le temps que la préfecture délivre à l'acheteur une nouvelle carte grise à son nom. Cette demande doit être faite dans le mois qui suit l'achat de la voiture. Celle-ci se voit attribuer un numéro d'immatriculation à vie, si elle était sous le régime des anciennes plaques.

Il faut aussi assurer votre voiture, et le mieux est de contacter votre assureur avant l'achat, ne serait-ce que pour avoir une idée du coût.

Le coût de l'immatriculation d'une voiture est aux frais de l'acheteur, il dépend principalement du nombre de **chevaux fiscaux** du véhicule, sachant que le prix unitaire du cheval fiscal est déterminé par les régions. Ainsi il sera plus cher en région PACA (Provences Alpes Côte d'Azur…) Vous pouvez aussi le calculer avec internet sur le site : http://www.carte-grise.org/tarifs_cheval_fiscal_par_region.htm.

Savez-vous qu'outre les sites d'annonces et les garages, les commissaires-priseurs vendent aussi des voitures d'occasion à des prix souvent très intéressants, lors de saisies ?

Alors, bonne route ! Elisabeth du Sorbier

Mes plus belles pages



La petite vertu de gratitude

Merci, ce tout petit mot joyeux qui se termine sur une sonorité cristalline, c'est le mot magique qui introduit au foyer la courtoisie, le bon ordre et la sérénité.

Merci, c'est déjà la prière qui d'un foyer chrétien s'élève vers Dieu pour lui rendre grâces. (…) Mais sachez vous l'adresser également les uns les autres ce petit mot qui coûte si peu à dire et qui fait tant de bien à entendre. Avant de vous endormir, repassez quelquefois dans votre esprit tout ce que, dans la journée qui s'achève, vous avez reçu des autres.(…) Vous serez littéralement émerveillés de tout ce qu'en un seul jour vous recevez. (…) Et voilà certes de quoi vous engager à n'être pas toujours celui qui reçoit. Demandez-vous donc : « Que leur ai-je donné ? Que puis-je leur donner en retour ? »

La petite vertu de gratitude est la preuve d'un grand cœur. »

Extraits. **Les petites vertus du Foyer**. Mgr Chevrot



La véritable espérance est efficace

Il ne suffit pas de proclamer qu' « il n'est pas nécessaire d'espérer pour entreprendre ni de réussir pour persévérer. » (…) On ne mène pas de la même façon un combat sans espoir et un combat que l'on espère gagner. Notre action pour être efficace, exige d'être réglée par la prudence ; or la prudence véritable est difficile si l'on est désespéré. Nécessité par conséquent, de développer les raisons de notre espérance. (…) La véritable espérance n'a rien de commun avec l'optimisme inconsistant par lequel tant de mondains prétendent, aujourd'hui se rendre populaires.(…) L'espérance surnaturelle est fille de la foi ; or précisément, cette foi nous dit que les voies du Seigneur sont impénétrables et que ses voies ne sont pas nos voies. Dieu reste et restera toujours parfaitement maître de ses actes et de ses décisions. Dès lors, si nous prions et œuvrons dans le sens de ce divin vouloir surnaturellement révélé, nul effort au monde ne saurait être animé par plus ferme espérance. « Dieu règnera malgré ses ennemis ». Quand ? Comment ? Selon quels cheminements historico-politiques ce règne s'étendra-t-il ? Nous n'en savons rien. Mais ce dont nous pouvons être sûrs, c'est qu'Il règnera ! (…)

Ne dîtes jamais : Nous sommes les minorités. Souvenez-vous d'un mot de l'Evangile, prononcé par Jésus : « Quand vous serez deux ou trois réunis en mon nom, Je suis au milieu de vous. » Vous voyez qu'il n'a pas parlé de majorité …(…)

Voilà ce que Dieu attend de nous. « « Les hommes d'armes batailleront et Dieu donnera la victoire ! » Au plan où nous en sommes et dans l'ordre où nous voulons œuvrer, telle est la formule de l'espérance.

Extraits de **Pour qu'Il règne** Jean Ousset

Recettes à faire le matin pour le soir… ou la veille pour le lendemain !

Pour vous aider dans votre organisation, nous vous proposons cette fois une liste d'idées et quelques recettes à faire d'avance pour être bien disponible le soir !

Petits secrets :
Préparer la soupe pour 3-4 jours et conservez-la dans des bocaux ainsi elle ne surira pas. Il suffit de la verser chaude dans des bocaux à fruits par exemple et de les fermer immédiatement. Quand ils seront froid, mettez-les au réfrigérateur et le tour est joué !
Les jours où la soupe est déjà faite, cuisiner tantôt le plat de résistance, tantôt le dessert pour n'avoir qu'un plat à cuisiner par jour ! On peut aussi sélectionner deux choses rapides à cuisiner (soupe et plat, plat et dessert…) et choisir quelque chose de tout fait en entrée (pâté, sardines à l'huile, salade…) ou dessert (yaourt, compote…)
Ne pas passer plus d'une heure dans la cuisine le matin pour la préparation du dîner.

Des idées de repas cuisinés à l'avance ?

- Presque toutes les soupes…
- tartes et autres quiches
-gratin de légumes à la béchamel (chou-fleur, carottes, tomates, épinards…) avec oignons ou lardons, ou dés de jambon, un peu de fromage râpé…ou encore curry, noix de muscade…)
-gratins de pâtes, gnocchis (croquettes de semoule au fromage à la sauce tomate)
-gratin dauphinois, röstis (galettes de pommes de terre râpées), tartiflette (on ne mettra le fromage qu'en réchauffant avant le repas)
-endives au jambon (je coupe tout en petit morceaux dans la béchamel au fromage…plus facile et agréable pour les enfants…)
-carottes « Vichy » (carottes en rondelles cuites à l'étouffée dans un peu d'huile, avec un oignon émincé rissolé et des feuilles d'estragon, elles sont fondantes et légèrement caramélisées).
-flan de courgettes, ratatouille, fondue de poireaux,
-tomates farcies, petits pois aux lardons
-Crêpes au jambon ou champignons…

Deux recettes rapides…ou faisables à l'avance :



« Rizotto » express (6 pers, cuisson entre 20 et 30 mn)
Riz long, un ou deux oignons, un cube de bouillon de veau, de volaille ou de légumes. 2 ou 3 cuil à soupe d'huile de tournesol.
-Faites blondir quelques instants les oignons émincés dans l'huile que vous aurez faite chauffer dans une poêle.

- jetez y le riz (un verre pour deux bons appétits) et faites-le griller en remuant régulièrement jusqu'à ce qu'il soit blond-doré.
-arrosez d'eau chaude (attention aux éclaboussures, ça crépite !) jusqu'à couvrir le riz totalement, puis baisser le feu.

- émiettez par-dessus le cube de votre choix, mélangez bien et couvrez d'un couvercle en laissant mijoter doucement.
Surveillez régulièrement que cela n'attache pas et rajoutez de l'eau si besoin.
On peut y ajouter en fin de cuisson des raisins secs, ou des morceaux de chorizo…Salez en faisant attention que le cube était déjà salé !

Gratin de courge (potiron, potimarron, butternut….)



Une courge ou deux en fonction de leur taille…et de celle de votre famille.
Crème liquide. Parmesan et gruyère râpés. Sel et poivre. Deux ou trois gousses d'ail si on aime !
Faites bouillir de l'eau dans une cocotte.
Coupez la courge en gros dés que vous jetterez ensuite dans l'eau bouillante.
Quand les morceaux sont cuits (comme les pommes de terre) égouttez- les et laissez refroidir.
Epluchez les morceaux que vous mettez ensuite dans un plat à gratin.
Ecrasez le tout à la fourchette pour faire une sorte de purée grossière.
Ajoutez-y les gousses d'ail écrasées, la crème (mélangée à un peu de lait si vous préférez) le sel et le poivre, puis les deux sortes de fromages, mélangez bien le tout.
Vous enfournerez seulement une demi-heure (environ) avant de servir.
Bon appétit !

LES TRUCS ET ASTUCES DES MAMANS

PLUS RAPIDE , PLUS EFFICACE …

Les 1001 astuces qui facilitent la vie quotidienne !
Une rubrique qui tente de vous aider dans vos aléa domestiques.

Ce petit truc concerne les utilisatrices de **produits congelés**, et plus particulièrement celles qui achètent des légumes congelés en sacs d'environ 1 kg. Il arrive que le contenu du sac ne soit pas complètement utilisé. Alors il faut trouver un moyen de refermer le sac efficacement, au risque de voir son congélateur agrémenté de morceaux de haricots verts ou de frites, ou de petits pois...
J'ai utilisé des pinces à linges … résultat négatif, les sacs demi-entamés s'ouvraient notamment lorsque je fouillais dans mon congélateur …
Aujourd'hui, c'est tellement simple. Je prends ma paire de ciseaux et je découpe le haut du sachet dans toute sa largeur (hauteur de 2,5 cm). J'obtiens donc un « ruban de plastique » que je conserve. Si je n'utilise pas toute la quantité du sac, je reprends la ruban de plastique, et je ferme mon sac d'un double nœud.
Cela tiendra sans difficulté jusqu'à la prochaine fois, où vous prendrez vos ciseaux pour couper ce lien (le froid raidit le lien, c'est difficile à défaire manuellement).
Je le redis : que les championnes de l'organisation n'hésitent pas à partager leurs trésors d'organisation en écrivant au journal. Partageons nos talents …

« Chanter c'est ma façon de me battre et de croire,
et si de tous les chants le mien est le plus fier,
C'est que je chante clair, afin qu'il fasse clair. »
Chantecler, Edmond Rostand

Vive les voyages en chansons,

Vive les « vaisselles » lyriques en famille…

Les souliers

Mélodie composée par Guy Béart – 1965
Facile à fredonner, facile à trouver sur internet, il est possible de la chanter en chœur en accélérant le rythme, un peu à la manière des mélodies russes. (Par exemple interprété par Les compagnons de la chanson : https://www.youtube.com/watch?v=S-6NcDZITlk)

Dans la neige y'avait deux souliers, deux souliers,
Dans la neige, qu'étaient oubliés.

Passe un homme qui marche à grands pas, à grands pas,
Passe un homme qui ne les voit pas.
Le deuxième dans la nuit glacée,
Le deuxième glisse, il est pressé.
Le troisième met le pied dessus,
Le troisième n'a rien aperçu.

Dans la neige y'avait deux souliers, deux souliers
Dans la neige, qu'étaient oubliés.

Une femme qui regarde mieux, -garde mieux,
Une femme n'en croit pas ses yeux.
Le prochain dit: "Ils sont trop petits".
Le prochain trop vite est reparti.
Combien d'hommes qui passent sans voir ?
Combien d'hommes qui n'ont pas d'espoir ?

Quelle chance, je suis arrivé !
Quelle chance, je les ai trouvés !

J'ai couru nu-pieds tant de chemins, de chemins,
J'ai couru, je les prends dans ma main.
Je les chauffe, ils sont encore froids,
Je les chauffe en les gardant sur moi.
O miracle, les petits souliers,
O miracle, sont juste à mon pied !

Dans la neige, ils m'étaient promis,
Dans la neige, je cherche une amie.

Voici un extrait remarquable par sa puissance évocatrice, véritablement saisissante, le contexte légendaire se prêtant à camper l'invraisemblable !

« *AIR DU GENIE DU FROID* «

Le Roi Arthur – Henry Purcell (1659-1695)

Semi-opéra ou « mask », acte III – Scène II - Interprété par Manuel Bras Da Costa

http://des-instantanes.blogspot.fr/2010/04/roi-arthur.html

Le Roi Arthur raconte sa recherche pour retrouver sa fiancée Emmeline, enlevée par le roi Oswald. Le magicien Osmond (à la solde du roi Oswald) montre à Emmeline les contrées les plus froides du globe et fait réveiller le Génie du Froid par Cupidon. Le Génie du froid pousse alors son chant glacial et supplie Cupidon : (« Let me freeze, let me freeze » ... Laisse-moi être transi ...)

Selon Gustave KOBBE (« Tout l'Opéra »), le Roi Arthur n'est pas un opéra à proprement parler, mais une musique pour accompagner le théâtre selon la coutume anglaise de l'époque. Et en effet, on ne peut comprendre cette composition si on en écoute uniquement la musique et le chant, les dialogues sont indispensables.
En 1660, la restauration royaliste anglaise permet la renaissance de la composition musicale.
La révolution de Cromwell avait dispersé le personnel de l'institution musicale pendant plusieurs décennies, la musique anglaise était presque morte mais le goût pour le « mask » ou théâtre subsistait.

Cécile

