

# THÉOTIME & PHILOTHÉE

*Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers*



## 25. Le repos



TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

# Theotime et Philothée

## Présentation

**Description :** groupes de foyers souhaitant approfondir la spiritualité salésienne dans ses dimensions conjugale et familiale, par des TD mensuels en présence d'un aumônier, et vivant de cette spiritualité par la mise en œuvre d'une règle de vie.

**Déroulement d'une soirée :**

20h15 Chapelet et confessions.

20h40 Apér., « **point de règle** » par l'aumônier.

21h00 Dîner, en mettant en commun les réponses aux 4 questions du TD.

22h45 Choix d'un PEM et prière finale

23h00 Fin

**Rôle de l'aumônier :** il veille à ce que chacun prenne la parole et à la rectitude doctrinale des échanges.

**Prière des époux**

Très Sainte Vierge Marie, nous confions notre foyer à votre Cœur Immaculé, et nous vous prions humblement d'en être la Reine et la Souveraine.

Que notre maison soit, comme celle de Nazareth, une demeure de paix, de bonheur simple et de pureté, par l'accomplissement de la volonté de Dieu, la pratique de la charité et le plein abandon à la divine Providence.

Soyez la Reine de nos cœurs, pour que, par notre union et notre fidélité jusqu'à la mort, nous puissions être vraiment l'image de l'union du Christ et de l'Église.

Soyez la Reine de nos enfants. Aidez-nous à leur donner une véritable et profonde éducation chrétienne, et à leur transmettre la foi que nous avons nous-mêmes reçus de nos parents.

Et dans votre bonté maternelle, ô Vierge Marie, daignez reformer au Ciel notre foyer d'ici-bas consacré à jamais à votre Cœur Immaculé. Ainsi soit-il.

### Idéal de vie

**Chaque jour :**

1. Oraison
2. Prière conjugale
3. Prière du soir en famille
4. Chapelet (en famille si possible)
5. Benedicite et grâces
6. Examen particulier sur le PEM

**Samedi**

Préparer la Messe de dimanche

**Dimanche**

Lecture spirituelle

**1<sup>er</sup> vendredi ou 1<sup>er</sup> samedi**

1. Confession
2. Messe
3. Adoration
4. Choix du PEM
5. Point en couple

**Chaque année**

WE de retraite

### Charte des foyers

**1. Assiduité :** nous ferons l'effort de privilégier les réunions ThéoPhilo sur nos autres activités, sauf cas de force majeure.

**2. Ponctualité :** nous respecterons l'heure fixée tant pour le début que pour la fin de la soirée, par délicatesse des uns envers les autres.

**3. Sérieux :** La qualité des échanges du groupe tient surtout à la qualité de la préparation individuelle en amont... Nous prendrons le temps de lire les documents proposés et de réfléchir en couple à des pistes de réponses pour chaque question.

**4. Écoute :** nous laisserons un temps de parole à chacun, et les écouterons sans interrompre.

**5. Respect :** nous respecterons les avis des autres et leurs interrogations.

**6. Discrétion :** nous ne répéterons pas au-dehors ce que nous aurons entendu au cours de cette soirée sur l'intimité familiale des autres foyers.

**7. Persévérance :** nous ferons notre possible pour suivre la règle de vie et respecter le PEM.

# *Théotime et Philothée*

---

## LE REPOS

---

1. **Repères théoriques** : en tant que chrétiens, quel rapport sommes-nous appelés à entretenir avec le repos ? Sur les plans physique, mental, émotionnel, social, créatif, sensoriel, spirituel ? Quelles leçons pouvons nous tirer de la Sainte Écriture et des vies des saints ?
2. **Mise en œuvre pratique** : comment pouvons-nous ajuster notre rapport au repos, et aider nos enfants à en faire autant ? Comment assurer un bon équilibre du sommeil ? Du délassement ? Quels sont les points d'attention à avoir ?
3. **Difficultés éventuelles et remèdes** : quels sont les écueils qui peuvent faire des différents types de repos une occasion de dérives ou de conflits ? Comment déceler et résoudre ces écueils ? Quels « trucs et astuces » avons-nous à proposer ?
4. **Sens profond** : quels bénéfices le temps du repos peut-il apporter à notre vie spirituelle et familiale ? Comment le repos peut-il être mis à profit pour Dieu et pour les autres ?
5. **Résolution** : proposons 3 pistes de résolutions concrètes qui permettront au groupe de mettre en œuvre la discussion de ce soir.

**Prochain thème** : la générosité

# Le jour du repos

Jean Paul II, *Dies Domini*, 31 mai 1998

64. Pendant quelques siècles, les chrétiens ne vécurent le dimanche que comme un jour réservé au culte, sans pouvoir lui donner aussi son sens spécifique de repos sabbatique. La loi civile de l'Empire romain ne reconnut le rythme de la semaine qu'au IV<sup>e</sup> siècle, si bien que, « le jour du soleil », les juges, les populations des villes et les différents corps de métiers cessèrent de travailler. (107) Les chrétiens se réjouirent de voir ainsi levés les obstacles qui, jusqu'alors, leur avaient parfois rendu héroïque l'observance du jour du Seigneur. Ils pouvaient désormais se donner librement à la prière commune. (108)

Ce serait donc une erreur de ne voir dans cette législation respectueuse du rythme hebdomadaire qu'un simple fait historique sans valeur pour l'Église et qui pourrait être négligé par elle. Même après la fin de l'Empire, les Conciles n'ont cessé de conserver les dispositions relatives au repos dominical. Dans les pays où les chrétiens sont en petit nombre et où les jours de fête du calendrier ne correspondent pas au dimanche, ce dernier demeure toujours néanmoins le jour du Seigneur, le jour où les fidèles se réunissent pour l'assemblée eucharistique, mais cela ne se fait qu'au prix de sacrifices considérables. Pour les chrétiens, il n'est pas normal que le dimanche, jour de fête et de joie, ne soit pas aussi un jour de repos, et il reste en toute hypothèse difficile de « sanctifier » le dimanche quand on ne dispose pas d'un temps libre suffisant.

65. D'autre part, dans la société civile, le lien entre jour du Seigneur et jour de repos a une importance et une signification qui vont au-delà d'une perspective proprement chrétienne. En effet, l'alternance du travail et du repos, inscrite dans la nature humaine, est voulue par Dieu lui-même, comme le montre le récit de la création dans le livre de la Genèse (cf. 2,2-3 ; Ex 20,8-11) : le repos est chose « sacrée », puisqu'il permet à l'homme de se soustraire au cycle des tâches terrestres, qui est parfois bien trop absorbant, et de reprendre conscience du fait que tout est l'œuvre de Dieu. Le pouvoir prodigieux que Dieu donne à l'homme sur la création risquerait de faire oublier à ce dernier que Dieu est le Créateur de qui tout dépend. La reconnaissance de ce point est particulièrement nécessaire à notre époque où la science et la technique ont accru de manière inouïe le pouvoir que l'homme exerce par son travail.

66. Enfin, il ne faut pas perdre de vue le fait que, même de nos jours, le travail est pour beaucoup une pesante servitude, soit en raison des conditions déplorables dans lequel il s'effectue et des horaires qu'il impose, surtout dans les régions les plus pauvres du monde, soit parce qu'il subsiste, même dans les sociétés dont l'économie est la plus évoluée, trop de cas d'injustice et d'exploitation de l'homme par l'homme. Quand l'Église a légiféré au cours des siècles sur le repos dominical, (109) elle a surtout pensé au travail des serfs et des ouvriers, non certes que ce travail eût été moins respectable que les exigences spirituelles de la pratique dominicale, mais parce qu'il avait davantage besoin qu'une réglementation en allégeât le poids et permît à tous de sanctifier le jour du Seigneur. Dans cet esprit, mon prédécesseur Léon XIII montrait dans l'encyclique *Rerum novarum* que le repos dominical est un droit du travailleur à faire garantir par l'État. (110)

A notre époque, il reste nécessaire de faire effort pour que tous puissent connaître la liberté, le repos et la détente nécessaires à leur dignité d'hommes, avec les exigences religieuses, familiales, culturelles, interpersonnelles qui s'y rattachent et qui peuvent difficilement être satisfaites, si l'on ne réserve pas au moins un jour par semaine où il sera possible de jouir ensemble de la faculté de se reposer dans une atmosphère de fête. Ce droit du travailleur au repos suppose évidemment son droit au travail et, tout en réfléchissant à cette problématique liée à la conception chrétienne du dimanche, nous ne pouvons pas nous dispenser d'évoquer avec une profonde solidarité la situation difficile d'hommes et de femmes nombreux qui, faute d'avoir un emploi, sont contraints à l'inaction, même pendant les jours ouvrables.

67. Avec le repos dominical, les préoccupations et les tâches quotidiennes peuvent retrouver leur juste dimension : les choses matérielles pour lesquelles nous nous agitions laissent place aux valeurs de l'esprit ;

les personnes avec lesquelles nous vivons reprennent leur vrai visage, dans des rencontres et des dialogues plus paisibles. Les beautés mêmes de la nature — trop souvent dégradées par une logique de domination qui se retourne contre l'homme — peuvent être redécouvertes et profondément appréciées. Jour de paix pour l'homme avec Dieu, avec lui-même et avec ses semblables, le dimanche devient ainsi un moment où l'homme est invité à porter un regard renouvelé sur les merveilles de la nature, en se laissant saisir par l'harmonie admirable et mystérieuse qui, comme le dit saint Ambroise, selon « une loi inviolable de concorde et d'amour », unit les éléments de nature distincte du cosmos par « un lien d'unité et de paix ». (111) L'homme devient alors plus conscient, selon les paroles de l'Apôtre, de ce que « tout ce que Dieu a créé est bon et aucun aliment n'est à proscrire, si on le prend avec action de grâces la parole de Dieu et la prière le sanctifient » (1 Tm 4,4-5). Si donc, après six jours de travail — déjà réduits en réalité à cinq pour beaucoup —, l'homme cherche un temps pour se détendre et pour mieux s'occuper des autres aspects de sa vie, cela répond à un besoin authentique, en harmonie avec la perspective du message évangélique. Toutefois, le croyant doit satisfaire à cette exigence sans porter préjudice aux expressions importantes de sa foi personnelle et communautaire, manifestée dans la célébration et la sanctification du jour du Seigneur.

C'est pourquoi il est naturel que les chrétiens veillent à ce que la législation civile tienne compte de leur devoir de sanctifier le dimanche, même dans les conditions particulières de notre époque. Il y a en tout cas pour eux un devoir de conscience d'organiser le repos dominical de manière telle qu'il leur soit possible de participer à l'Eucharistie, en s'abstenant des travaux et des affaires incompatibles avec la sanctification du jour du Seigneur, avec la joie qui lui est propre et avec le repos du corps et de l'esprit qui est nécessaire. (112)

68. Étant donné que, pour ne pas se perdre dans le vide ou devenir une source d'ennui, le repos doit apporter lui-même un enrichissement spirituel, une plus grande liberté, la possibilité d'une contemplation et d'une communion fraternelle, les fidèles choisiront, parmi les moyens de se cultiver et les divertissements offerts par la société, ceux qui s'accordent le mieux avec une vie conforme aux préceptes de l'Évangile. Dans cette perspective, le repos des dimanches et des jours de fête revêt une dimension « prophétique », puisqu'il affirme non seulement le primat absolu de Dieu, mais aussi le primat et la dignité de la personne qui l'emporte sur les exigences de la vie sociale et économique, en quelque sorte par anticipation des « cieux nouveaux » et de la « terre nouvelle », où la libération de l'esclavage des besoins sera définitive et totale. Bref, le jour du Seigneur devient aussi, de la manière la plus authentique, le jour de l'homme.

## Jour de grâce et de cessation du travail

*Catéchisme de l'Église Catholique*

2184 Comme Dieu « se reposa le septième jour après tout le travail qu'il avait fait » (Gn 2, 2), la vie humaine est rythmée par le travail et le repos. L'institution du Jour du Seigneur contribue à ce que tous jouissent du temps de repos et de loisir suffisant qui leur permette de cultiver leur vie familiale, culturelle, sociale et religieuse (cf. GS 67, § 3).

2185 Pendant le dimanche et les autres jours de fête de précepte, les fidèles s'abstiendront de se livrer à des travaux ou à des activités qui empêchent le culte dû à Dieu, la joie propre au Jour du Seigneur, la pratique des œuvres de miséricorde et la détente convenable de l'esprit et du corps (cf. CIC, can. 1247). Les nécessités familiales ou une grande utilité sociale constituent des excuses légitimes vis-à-vis du précepte du repos dominical. Les fidèles veilleront à ce que de légitimes excuses n'introduisent pas des habitudes préjudiciables à la religion, à la vie de famille et à la santé.

L'amour de la vérité cherche le saint loisir, la nécessité de l'amour accueille le juste travail (S. Augustin, civ. 19, 19).

2186 Que les chrétiens qui disposent de loisirs se rappellent leurs frères qui ont les mêmes besoins et les mêmes droits et ne peuvent se reposer à cause de la pauvreté et de la misère. Le dimanche est traditionnellement consacré par la piété chrétienne aux bonnes œuvres et aux humbles services des malades, des infirmes, des vieillards. Les chrétiens sanctifieront encore le dimanche en donnant à leur famille et à leurs proches le temps et les soins, difficiles à accorder les autres jours de la semaine. Le dimanche est un temps de réflexion, de silence, de culture et de méditation qui favorisent la croissance de la vie intérieure et chrétienne.

2187 Sanctifier les dimanches et jours de fête exige un effort commun. Chaque chrétien doit éviter d'imposer sans nécessité à autrui ce qui l'empêcherait de garder le jour du Seigneur. Quand les coutumes (sport, restaurants, etc.) et les contraintes sociales (services publics, etc.) requièrent de certains un travail dominical, chacun garde la responsabilité d'un temps suffisant de loisir. Les fidèles veilleront, avec tempérance et charité, à éviter les excès et les violences engendrées parfois par des loisirs de masse. Malgré les contraintes économiques, les pouvoirs publics veilleront à assurer aux citoyens un temps destiné au repos et au culte divin. Les employeurs ont une obligation analogue vis-à-vis de leurs employés.

2188 Dans le respect de la liberté religieuse et du bien commun de tous, les chrétiens ont à faire reconnaître les dimanches et jours de fête de l'Église comme des jours fériés légaux. Ils ont à donner à tous un exemple public de prière, de respect et de joie et à défendre leurs traditions comme une contribution précieuse à la vie spirituelle de la société humaine. Si la législation du pays ou d'autres raisons obligent à travailler le dimanche, que ce jour soit néanmoins vécu comme le jour de notre délivrance qui nous fait participer à cette « réunion de fête », à cette « assemblée des premiers-nés qui sont inscrits dans les cieux » (He 12, 22-23).

## Prière de Charles Péguy pour le repos

Charles Péguy, *Le Porche du Mystère de La deuxième Vertu*, 1912

On me dit qu'il y a des hommes qui travaillent bien et qui dorment mal.  
Qui ne dorment pas. Quel manque de confiance en Moi.  
C'est presque plus grave que s'ils travaillaient mal mais dormaient bien.  
Que s'ils ne travaillaient pas mais dormaient,  
car la paresse n'est pas un plus grand péché que l'inquiétude  
Et même c'est un moins grand péché que l'inquiétude  
Et que le désespoir et le manque de confiance en Moi.  
Je parle de ceux qui travaillent et ne dorment pas.  
Je les plains. Je parle de ceux qui travaillent, et qui ainsi  
En ceci suivent mon commandement, les pauvres enfants.  
Et qui d'autre part n'ont pas le courage, n'ont pas la confiance, ne dorment pas.  
Je les plains. Je leur en veux même un peu. Ils ne me font pas confiance.  
Comme l'enfant se couche innocent dans les bras de sa mère ainsi ils ne se couchent point  
Innocents dans les bras de Ma Providence.  
Ils ont le courage de travailler. Ils n'ont pas le courage de ne rien faire.  
Ils ont la vertu de travailler. Ils n'ont pas la vertu de ne rien faire.  
De se détendre. De se reposer. De dormir.  
Les malheureux ils ne savent pas ce qui est bon.  
Ils gouvernent très bien leurs affaires pendant le jour.  
Mais ils ne veulent pas m'en confier le gouvernement pendant la nuit.  
Comme si je n'étais pas capable d'en assurer le gouvernement pendant une nuit.

# Ça commence aujourd'hui

Martin Steffens, *Marcher la nuit*, 2020

« Enfin en week-end ! » Ce qui signifie : « C'est bientôt dimanche ! » Car le samedi, quand toutefois il est chôme, est en général occupé à remplir le frigo, à vider les poubelles, bref à s'acquitter des obligations qu'une semaine bien pleine aura laissées en pointillé. Mais arrive enfin dimanche, ce petit jour de sabbat qu'on voudrait nous voler et qui, dans la province où j'habite, n'offre encore à ma pulsion consumériste que des croissants pour le petit déjeuner et des fleurs pour en embellir la table. Le voilà donc, finalement, ce repos mérité qui ne dure qu'un jour et s'achèvera, je le sais, avec l'angoisse du soir, quand on sent la semaine poindre et puis reprendre...

Bien sûr, il m'arrive encore d'apporter au « blues du dimanche » ma petite plainte. Pourtant, depuis que je suis chrétien, quelque chose a bougé. « En ce premier jour de la semaine... » me dit le prêtre lors de l'office. Non plus donc : « Enfin dimanche ! », car le dimanche n'arrive plus à la fin. Premier jour de la semaine, il cesse d'être cette nuit que ma fatigue attend. Il est désormais comme un matin. Mon dimanche ressemblait à ce moment du soir où je règle le réveil du lendemain, en comptant les heures qu'il me reste à dormir. Maintenant, il est le petit déjeuner de la semaine, la résurrection de ma chair. Je m'y repose bel et bien, mais non tant de la semaine passée qu'en vue de celle à venir. Depuis ma conversion, ce n'est plus la semaine qui comprend un dimanche, mais le dimanche qui, premier, comprend toute la semaine... Il est ce jour qui donne jour à ceux qui suivent.

Pour dire en un petit mot ce grand avantage de la vie chrétienne : le lundi est second. Il arrive après. Comme le souci du monde vient après la Bonne Nouvelle (Mt 6, 25 – 34).

## Que faire quand nous n'en pouvons plus ?

Christine Poinard, *La Foi en famille*, 2001

*Lorsque la fatigue se fait pesante, écoutons Jésus nous dire : « Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi je vous procurerai le repos. » (Mt 11, 28)*

Il ajoute : « Prenez sur vous mon joug. » (Mt 11, 29) Voilà qui est para-doxal : nous cherchons à nous décharger de ce qui nous accable et Jésus semble nous inviter, au contraire, à porter un poids supplémentaire ! Ne nous arrive-t-il pas, effectivement, de considérer les exigences évangéliques comme un fardeau pesant, trop lourd pour nous ? C'est ce qui nous fait dire - ou penser, plus ou moins clairement : j'ai trop de soucis pour me préoccuper de Dieu, trop d'obligations pour prendre le temps de prier, trop de travail pour aller à la messe, trop de défauts pour devenir un saint... Mais quel est le joug que Jésus nous propose ? « Devenez mes disciples, car je suis doux et humble de cœur. » (Mt 11, 29) Autrement dit : mettez-vous à mon école, devenez mes amis et laissez-moi vous délivrer de tout ce qui vous écrase.

### **Tout miser sur l'amour de Jésus**

Il ne nous est donc pas demandé de porter un poids supplémentaire, d'ajouter des obligations à celles qui nous épuisent déjà, au contraire : prendre le joug de Jésus, c'est accepter de nous en remettre à Lui, c'est entrer dans une relation personnelle avec Lui et nous laisser aimer par son Cœur doux et humble. C'est tout miser sur cet amour et ordonner toute notre vie en fonction de lui. En quoi cela va-t-il nous procurer le repos ? Ne nous trompons pas de perspective : Jésus n'est pas venu nous offrir des techniques de relaxation ou des recettes d'art de vivre. La prière et l'abandon à la Providence ne sont pas des moyens

parmi d'autres pour éviter le stress et combattre le surmenage. L'évangile ne nous donne pas de trucs : il nous invite à la conversion. Il s'agit de quitter nos appuis humains, nos projets, nos repères, nos richesses, pour nous reposer sur Dieu seul. Le repos auquel nous convie Jésus n'est pas un « plus », c'est un choix radical : préférons-nous le poids des soucis du monde ou le joug de l'amour ?

### **Accepter d'entrer dans les projets de Dieu**

Se reposer sur Dieu n'est pas une démission, ni une évasion. L'amour de Dieu nous renvoie toujours à l'amour de nos frères, ce qui se traduit très concrètement par l'accomplissement quotidien de notre devoir d'état et par toutes les formes d'engagements que nous pouvons être amenés à prendre dans le monde ; l'homme qui s'appuie sur Dieu est même souvent plus audacieux et plus efficace que celui qui compte sur ses propres forces ou sur les ressources de son compte en banque. Pour l'un comme pour l'autre, la fatigue existe -depuis le péché originel, l'homme travaille « à la sueur de son front » ; pour l'un comme pour l'autre, les journées n'ont que vingt-quatre heures et les fins de mois posent les mêmes problèmes, lorsque l'argent vient à manquer. Alors, où est la différence ? Se reposer sur Dieu est une désappropriation : je m'en remets à Lui, au lieu de me cramponner à mes projets, mes soucis, mes revenus, mon travail. Je renonce à mener la barque de ma vie ; j'accepte d'entrer dans les projets de Dieu, que je ne maîtrise pas ; dans ses pensées, que je ne comprends pas ; dans ses ambitions, que je ne connais pas. Et cela change tout : pas de l'extérieur, mais de l'intérieur.

### **Le devoir du repos**

Le repos auquel Jésus me convie est d'abord le repos de mon âme, abandonnée en Lui, mais cela rejaillit sur toute ma vie en me permettant de vivre ma fatigue avec justesse, au lieu d'en être esclave : « La juste fatigue accepte les limites du corps, consent au repos réparateur. » Acceptons-nous de nous reposer ? Si nous préférons nous appuyer sur nos propres forces plutôt que de nous en remettre à Dieu, nous allons chercher à travailler le plus possible, à gagner un maximum d'argent et à mener à bien tous les projets que nous avons formés. Pas question de s'arrêter ! Le repos nous semble un luxe auquel nous n'avons pas droit. Mais ce n'est pas un luxe, c'est un devoir ! Dieu s'est reposé le septième jour, pour que nous nous reposions à notre tour. Le dimanche vient nous rappeler que la rentabilité n'est pas le tout de la vie. En acceptant de souffler, de quitter nos dossiers, notre tiroir-caisse ou notre planche à repasser, nous manifestons concrètement notre confiance en Celui qui sait mieux que nous ce qui est bon pour nous.

**L'évangile ne nous donne pas de trucs, il nous invite à la conversion.**

## **Surtout, bien dormir (Joseph, patron des rêveurs)**

Fabrice Hadjadj, *Être père avec saint Joseph*, leçon 4 (extraits)

*Il faut le souligner : avant d'être le saint patron des travailleurs, il est le saint patron des rêveurs. En l'espace d'une trentaine de versets, l'ange du Seigneur lui apparaît quatre fois en songe, ce qui veut dire qu'il est quatre fois allongé dans les bras de Morphée. J'ai moi-même sous les yeux une petite statue de Joseph dormant (made in Italy). Elle m'encourage à suer pour écrire ces lignes.*

### **Veillez, c'est-à-dire ayez bien dormi**

1. C'est incroyable ce qu'on peut dormir dans la Bible, et aux moments les plus décisifs. Une torpeur s'abat sur Adam au moment de la création d'Ève (Gn 2, 21), puis sur Abraham au moment de son alliance avec l'Imprononçable (Gn 15, 12). Sans doute s'agit-il de nous rappeler que Dieu et la femme se rattachent à un inconscient qui excède nos lucidités. Plus loin, Jacob sommeille sur une pierre quand lui apparaît l'échelle reliant ciel et terre (Gn 28, 11). Le prophète Élie, effrayé par Jézabel, plongeant dans le désespoir au point de vouloir mourir, se couche et s'endort sous un genêt (1 R 19, 5). C'est là qu'un ange le touche, le nourrit et lui rend l'espoir. Dans les Actes des Apôtres (20, 9), Paul en personne

prêche la Bonne Nouvelle dans une maison : ce devait être quelque chose ! Et pourtant un adolescent, du nom d'Eutyque [ce qui veut dire « heureuse chance »], assis sur le rebord de la fenêtre, se laisse gagner par un profond sommeil et tombe du troisième étage. L'apôtre se rattrapera d'avoir été aussi soporifique en ressuscitant le jeune homme.

Ce n'est qu'une petite sélection et je reviendrai plus bas sur la cohorte des endormis qui eurent des songes. Je voudrais d'abord parler du sommeil indépendamment du rêve. Le combat spirituel est aussi de savoir dormir – juste pour dormir. Dans la jungle, c'est déjà une grande lutte pour y arriver. L'écosystème est un enchevêtrement d'horloges diverses et de sommeils en pointillé. Comment dormir tranquille quand tant d'autres espèces ne se couchent pas à la même heure ? Les grands singes s'éveillent quand la chauve-souris roussette se suspend tête en bas, dans le rideau noir de ses ailes. Le python réticulé la guette. Pour bien se reposer, la proie doit veiller à être hors de portée de son prédateur. Avec les serpents, on n'est jamais certain de rien : ils n'ont pas de paupières.

Aussi, dans le Lévitique (26, 6), la Terre promise offre cette grande conquête : des nuits paisibles. Le juste peut y dormir du sommeil du juste : Si vous suivez mes commandements, si vous gardez mes lois... je mettrai la paix dans le pays, et personne ne troublera votre sommeil ; je ferai disparaître du pays les bêtes féroces, et l'épée ne passera point par votre terre.

2. Bien sûr, il fait honte, le fils qui dort pendant la moisson (Pr 10, 5). Veillez est un grand impératif du Christ (dix occurrences dans les synoptiques). Et c'est un impératif qui fortifie ce qui est déjà là, un impératif à l'indicatif, puisqu'il suppose qu'on lui a déjà obéi. De même que pour obéir à l'ordre d'aimer, il faut déjà aimer celui qui le donne, pour écouter l'ordre de veiller, il faut être déjà vigilant. Celui qui dort à poings fermés y est sourd.

Le plus sourd, cependant, est celui qui prétend lui obéir avec une application inhumaine. Il résout de ne plus fermer l'œil, et voilà bientôt que sa tête dodeline. Sa vigilance baisse à force de vigilance forcée. Ah ! si la faiblesse du sommeil ne nous gagnait jamais ! si nous étions aigle dans le jour, hibou dans la nuit, bruant à gorge blanche dans son essor vers le sud ! Mais Jésus dit : « Veillez ! » et non pas : « Soyez insomniaques ! » Et quand Paul parle de sortir de votre sommeil, il s'adresse moins à des dormeurs qu'à des hyperactifs qui se livrent aux orgies, à la débauche, à la rivalité et à la jalousie – autant d'excès dont le somnolent est préservé (Rm 13, 11-13).

Oserais-je identifier la veille pour le Seigneur avec une certaine somnolence ? Cela correspond assez bien à mon expérience, lors des adorations eucharistiques. Après une minute où je garantis à Dieu que cette fois je serai plein d'attention pour lui, je pique du nez. La « présence réelle » provoque en moi de réelles absences. Et ça n'est pas plus mal. Je découvre au réveil que Dieu est toujours là. Si j'avais fait une « bonne adoration », j'aurais pu croire qu'il n'était là que dans la mesure où moi j'y étais. J'aurais fait dépendre sa proximité de mes états psychologiques, du « sentiment de sa présence ». Or veiller, ici, c'est d'abord croire en Dieu qui veille avant nous, qui veille sur nous, même quand nous ronflons. Cette foi est celle de Joseph. C'est elle qui le pousse à se relever, après le sommeil réparateur, et à agir avec justesse, sans chercher à faire pousser l'herbe en tirant dessus, ou à détruire le bon grain en se hâtant d'arracher l'ivraie.

3. Le paradoxe de la veille humaine est que, pour bien veiller, il faut avoir bien dormi. Nul ne peut donc veiller perpétuellement. S'il faut une veille continue, je ne peux plus être seul, il faut que l'un veille sur le sommeil de l'autre incapable de se défendre. Une nuit, David descend dans le camp de Saül, son adversaire, et le trouve couché et dormant, sa lance fixée en terre à son chevet ; il a toute latitude pour le tuer ; son capitaine et neveu Abishai l'y encourage et se propose de le faire à sa place : Dieu livre aujourd'hui ton ennemi entre tes mains (1 S 26, 7-8). Le souverain endormi est un sujet livré. Devant pareille aubaine, Saül n'aurait pas hésité une seconde. David se contente de prendre sa lance et sa cruche pour lui prouver à son réveil qu'il pouvait être son meurtrier et qu'il s'est fait son gardien (celui qui doit nous garder est celui qui est aussi dans la meilleure position pour nous meurtrir).

Jésus dit : « Veillez ! » et non pas : « Veille ! » Par cet ordre, il instaure la communauté des tours de garde – que chacun soit vigilant pour son prochain, et que chacun ait des frères à qui il puisse se livrer dans la vulnérabilité de son sommeil. Joseph participe à cette garde très particulièrement. En tant que charpentier, il aide à édifier les maisons où des familles peuvent dormir à l'abri puis se relever dans une vigueur restaurée, afin d'ouvrir sa porte au jour et au pèlerin. En tant que père, il se lève la nuit pour calmer le petit, afin que sa femme puisse dormir et prendre le relais au matin.

Le père qui protège ses enfants prendra toutefois aussi garde à bien dormir au milieu d'eux. Il fera la sieste. Il l'enseignera à ses fils, à la maison ou en voyage. Saint Benoît, père des moines d'Occident, l'ordonne au chapitre 48 de sa règle : « Après sexte, le repas achevé, les frères reposeront sur leur lit dans un complet silence ; ou si quelqu'un voulait lire, qu'il lise pour lui seul sans déranger personne. » Je conserve en ma mémoire de nombreuses images de mon père qui fait la sieste en chien de fusil, la couverture roulée pour ne couvrir que ses reins (nous avons très vite chaud aux jambes chez les Hadjadj), et tapotant le matelas du pied comme un enfant. Lui, mon protecteur, était à ma merci. La Genèse retrace une situation semblable quand Noé dort d'avoir bu le premier vin d'après le déluge. Les fils peuvent en profiter pour se moquer de lui. C'est ce que fait Cham, le cadet, qui sera maudit dans son fils Canaan. Mais Sem et Japhet prennent un manteau, marchent à reculons et cachent la nudité de leur père (Gn 9, 22). Les gardés se font gardiens. Le père, en dormant, leur a transmis ce qui ne peut pas s'enseigner en parlant : la confiance en eux. [...]

### **Un abandon pour prendre avec soi**

7. Enfin, si l'on n'a pas bien dormi, comment bien se réveiller ? Des assemblées du Réveil sont organisées par les pentecôtistes. Je présume qu'elles sont constituées de vastes dortoirs où l'adepte peut roupiller à son aise. Après quoi il se lève, il s'étire (voilà pourquoi on le voit, qui agite en l'air ses bras) et il s'en va loin du temple, accomplissant son œuvre dans le monde, gonflé d'une énergie lustrale.

Parmi les charismes, le sommeil profond n'est pas des moindres. C'est un don de l'Esprit. Et même un don qui permet de digérer tous les autres dons. En vain tu retardes le moment de ton repos, Dieu comble son bienaimé quand il dort (Ps 126, 2). Ce qui se traduit couramment par « la nuit porte conseil », pourvu qu'on ne la passe pas à s'interroger.

Ainsi Joseph se couche, dort, rêve, puis se lève comme le soleil – tel un époux qui sort de sa chambre, et se réjouit, en héros, de courir sa carrière (Ps 18, 5). Le verbe *egeirein*, « se lever », « s'éveiller », rapporté cinq fois à Joseph, est celui que Matthieu choisit aussi pour le miracle du paralytique : Lève-toi, soulève ton lit, et va dans ta maison (Mt 9, 6). L'infirme si longtemps allongé se change en haltérophile : il transporte ce qui l'avait jusqu'ici transporté, et c'est pour retrouver son *oikos* – ce qui peut se traduire par « maison » ou « famille ». Mais c'est aussi le verbe que l'évangéliste privilégie pour la résurrection : Il n'est point ici, il est levé, comme il l'avait dit (Mt 28, 6). Accepter la petite mort du sommeil, c'est se disposer à la résurrection du réveil. Combien de fois je me suis couché devant un mur et réveillé avec une porte devant moi ! L'issue s'était formée comme cette plante qui pousse tout seul après qu'on a jeté le grain en terre (ce qui parfois ressemble à jeter l'éponge) – qu'il dorme ou qu'il veille, nuit et jour, la semence germe et croît sans qu'on sache comment (Mc 4, 26).

8. Ce serait un contresens de réduire ce sommeil à un « lâcher prise ». Par le sommeil, on se laisse plutôt prendre. Et cette passivité n'est pas une simple privation de conscience. Elle est abandon à l'activité la plus fondamentale : être ici, recevoir l'existence, reposer comme de la bonne pâte pour le pétrin. Une négation très positive du *Cogito* : « Je ne pense pas, donc je suis. » Ou, comme le dit l'épouse du Cantique (5, 2) : Je dors mais mon cœur veille. Car mon être ne dépend pas de ma pensée. Je suis sans en être la source. Je suis même quand je n'y suis plus, quand je dors, quand je ne fais rien, de ce rien qui est le cœur à partir duquel Dieu fait toutes choses.

Perte de conscience qui me dispose à la vraie responsabilité. Juste être pour être juste. En m'abandonnant ainsi, je ne suis plus l'hyperactif qui cherche à tout contrôler fût-ce pour sauver le monde, les yeux injectés de sang, les poches grossissant sous les paupières, la main contractée sur l'aumône, la gauche surveillant la droite, comme si je pouvais vraiment aider quelqu'un en en faisant quelque chose – le produit de ma dépense – , comme si mon inquiétude sans répit pouvait lui procurer la paix, comme si la plus grande prévenance n'était pas celle qui laisse l'autre devenir lui-même. En m'abandonnant ainsi, en reconnaissant que je ne suis pas le principe de l'être et du bien, je peux en être l'accompagnateur, agir selon l'ordre du réel et non selon mes plans de développement.

Joseph lâche prise, se laisse prendre, puis prend avec lui – d'une prise douce et sûre, sans crispation ni mollesse (la vraie poignée de main est si rare, avec sa réceptivité active, son parfait équilibre des pressions, et si fréquents sont les salueurs qui vous broient les phalanges dans un étau, ou vous fourrent dans la paume une espèce de grenouille morte). La séquence est toujours dormir, songer, se lever, faire

selon l'ordre reçu en songe et donc prendre avec soi – son épouse (Mt 1, 24), l'enfant et sa mère pour aller en Égypte (Mt 2, 14), l'enfant et sa mère pour aller dans le pays d'Israël (Mt 2, 21), pour finir par se retirer dans la maison de Nazareth, comme le paralytique miraculé qui retrouve à l'aurore ses bras et ses jambes et s'émerveille tellement de ce don immérité qu'il s'en sert pour les autres.

9. Le verbe paralambaneïn (« prendre avec soi ») reste en lui-même ambigu. Matthieu le répète pour exprimer l'action nuptiale et paternelle de Joseph, telle qu'intimée par le songe. Mais il l'utilise aussi pour désigner l'action du démon : lors de la tentation au désert, le diable prend avec lui Jésus dans la ville sainte, puis le prend avec lui sur une montagne élevée (Mt 4, 5 et 8) ; dans l'enseignement sur le retour offensif de l'esprit impur, ce dernier prend avec lui sept autres esprits plus méchants que lui pour réinvestir l'âme dont on l'avait chassé.

On pourrait dire que ce verbe est commun, et que ses usages sont aussi variés que ceux d'un auxiliaire. En même temps, chez Matthieu, il a toujours le sens soit de la sollicitude, soit de la rafle. Cette ambiguïté marque une contiguïté : de l'embrassade paternelle à l'empoignement démoniaque, il n'y a qu'un battement du cœur. Le baiser de Judas le démontre. Seul l'ami peut devenir traître. Seul celui qui embrasse peut étouffer jusqu'à l'âme.

La différence est dans le sommeil. Comme le rappelle *L'Imitation* de Jésus Christ, « le démon ne dort pas ». Ce n'est pas qu'il ne veut pas bien faire, c'est qu'il le veut exclusivement d'après ses propres veilles et ses propres vues. Toutes ses prises sont des emprises. Il défie l'ordre des jours. Cet ordre est rappelé par la Genèse : Il y eut un soir et il y eut un matin – et non pas il y eut un matin et il eut un soir. La journée commence et se prépare avec le coucher. Comme on fait son lit, on se lève. Comme on s'abandonne au simple fait d'être ici sans être là, avant toute action, avant toute conscience de notre part, on peut agir sans accaparer, en suivant l'ordre du jour (qui n'est pas d'abord la liste des points qu'a prévu d'aborder le comité d'entreprise). Un père qui sait dormir – un père sabbatique – sait se départir de cet accaparement. Il prend sa femme et son enfant comme ils sont, tels que chaque matin les réinvente.

## Vous êtes sur les genoux ? Voici sept manières de se reposer

Cerith Gardiner, *Aleteia*, publié le 05/05/24

*S'il est essentiel de passer une bonne nuit de sommeil pour être reposé, il existe bien d'autres moyens pour recharger ses batteries.*

La plupart d'entre nous traversent des moments dans leur vie où ils se sentent épuisés. Cela peut être dû à une multitude de raisons, mais parfois, bien dormir ne suffit pas à régénérer notre esprit et notre corps. Selon le médecin Sandra Dalton-Smith, auteur du livre *Sacred Rest : Recover Your Life, Renew Your Energy, Restore Your Sanity* (non traduit en français), il existe d'autres formes de repos qui sont tout aussi importantes pour pouvoir fonctionner efficacement.

### 1. Le repos physique

Après une longue journée, il n'y a rien de mieux que de se coucher pour une courte sieste ou pour une longue nuit de sommeil. Le repos physique est essentiel car il donne à votre corps le temps de se régénérer et de se ressourcer. Il a besoin de temps pour reconstituer son niveau d'énergie, réparer les tissus et régénérer les muscles. Lorsque vous allez vous coucher, c'est comme si vous appuyiez sur le bouton de réinitialisation de votre corps.

### 2. Le repos mental

Il arrive que notre esprit travaille tellement que nous nous sentions épuisés. C'est alors le moment de se déconnecter du bruit dans votre cerveau. Le repos mental contribue à réduire le stress, stimule la créativité et améliore la concentration. Il permet de désencombrer l'esprit et de faire naître de nouvelles idées.

### 3. Le repos émotionnel

La vie est pleine d'émotions qui peuvent vous élever ou vous abattre. Le repos émotionnel est comme une couverture douillette pour votre cœur et pour votre âme. Il s'agit de reconnaître ses sentiments, de se libérer de ce qui vous pèse et de trouver la paix intérieure. En prenant le temps de vous ressourcer sur le plan émotionnel, vous pourrez mieux affronter les hauts et les bas de la vie avec résilience.

### 4. Le repos social

Bien que rencontrer ses amis ou de nouvelles personnes soit distrayant et enrichissant, il est parfois nécessaire de faire une pause dans l'agitation des interactions humaines. Le repos social consiste à se réserver du temps pour la solitude et la réflexion. C'est comme faire une pause dans le bavardage constant pour se reconnecter à soi-même et se régénérer.

### 5. Le repos créatif

Que vous soyez artiste, écrivain ou simplement amateur du DIY, le repos créatif est indispensable. C'est comme si vous donniez à votre imagination des vacances bien méritées. En vous éloignant de vos activités quotidiennes habituelles et en vous permettant de vous ressourcer, vous pouvez éviter l'épuisement, susciter de nouvelles idées et raviver votre passion pour l'expression personnelle.

### 6. Le repos sensoriel

Dans un monde rempli de bruit, d'écrans et de stimulations constantes, le repos sensoriel est comme un baume apaisant pour vos sens. Il consiste à réduire la surcharge sensorielle et à s'accorder une pause dans les sollicitations quotidiennes. Qu'il s'agisse d'une promenade tranquille dans la nature, de profiter d'un bain aux chandelles ou simplement de fermer les yeux et de respirer profondément, le repos sensoriel vous permet de retrouver le calme au milieu du tourbillon de la vie.

### 7. Le repos spirituel

Se connecter à quelque chose de "plus grand que soi" est vital pour son bien-être général. Le repos spirituel est comme une recharge pour l'âme, nourrissant votre être le plus profond. Que ce soit par la prière, la méditation ou simplement en passant du temps dans la nature, le repos spirituel vous permet de trouver un sens, un but et la paix intérieure au milieu du chaos de la vie. C'est aussi le repos que procure la prière, pour les chrétiens. Se connecter à Dieu, lui confier ses angoisses, rendre grâce... Tout ceci apporte la paix.

## Les cinq vertus insoupçonnées du repos

Marzena Devoud, *Aleteia*, publié le 17/02/22

*Combien d'emails avez-vous consulté depuis ce matin ? Combien de WhatsApp avez-vous envoyé aujourd'hui ? Pourquoi, même pendant le week-end ou les vacances, vos activités se suivent les unes après les autres ? Pas facile de se reposer sans avoir de remords. Découvrez comment faire du repos un art de vivre et comment redonner le bon rythme à sa vie.*

Nul ne le conteste : il faut se reposer pour vivre. Pourtant dans l'esprit d'un grand nombre, le repos est un « temps perdu » face aux exigences de l'efficacité permanente. Pour le père Maximilien Le Fébure du Bus, chanoine régulier de l'abbaye de Lagrasse, auteur de *Éloge spirituel du repos* (Artège), il y a une véritable controverse autour du repos. « La société occidentale travaille et court tout le temps. Quand elle s'arrête, c'est pour mieux travailler et courir encore plus vite ensuite », constate-t-il en citant Pascal, le grand penseur chrétien : « Tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne pas savoir demeurer en repos dans une chambre. »

Si le religieux prend le temps de méditer sur le repos authentique, c'est parce qu'il a été forcé à se reposer : « Il y a quelques années je suis tombé gravement malade. Une tumeur volumineuse au cerveau. Je me suis retrouvé cloué au lit, à l'hôpital d'abord, dans ma cellule ensuite. C'est une fois rétabli que j'ai mieux compris ces paroles du Seigneur Reposez-vous un peu. « Il m'a fallu cette expérience de maladie grave pour apprendre à me reposer, sans honte et sans scrupule », confie-t-il à *Aleteia*. Pour lui, le repos ne s'improvise pas. C'est un vrai art qu'il faut apprendre aujourd'hui plus que jamais, pour en découvrir les vertus insoupçonnées :

### **1. Connaissance de soi-même**

*Time is money...*(le temps, c'est de l'argent). Cet adage anglo-saxon, considérant le temps comme une marchandise, s'est imposé un peu partout. Par conséquent, « toute perte de temps est un drame et tout gain de temps mérite récompense », constate le père Maximilien. Cela signifie que le repos apparaît comme une « offense au rendement et à l'efficacité » qui évite à l'homme de s'interroger sur lui-même. Ce dernier reste alors « superficiel », c'est-à-dire « à la surface de lui-même ». Alors que le vrai enjeu est de prendre du temps pour rentrer en soi-même. Le vrai repos permet de se recentrer, de retrouver l'unité intérieure en se connectant à « l'être » et en laissant de côté l'action et « l'avoir ».

### **2. Accomplissement**

Lorsque quelqu'un veut se reposer, il achève d'abord son travail : il pose l'outil, le stylo ou la souris de l'ordinateur. Ensuite, il s'installe dans son canapé pour écouter de la musique, ou dans son jardin pour profiter de quelques rayons de soleil. « En réalité, chacune de ces activités à part entière vont accomplir et réjouir son cœur. En se reposant, il expérimente une jouissance qui le comble, qui le transforme et qui le restaure. Le repos n'a donc rien à voir avec la paresse. C'est une action qui offre un état nouveau, un apaisement, une jouissance, un émerveillement de l'esprit et enfin un couronnement d'une tâche accomplie », explique l'auteur.

### **3. Unité du corps et de l'âme**

Après sa renonciation, Benoît XVI a été interrogé par son biographe Peter Seewald. Il lui a demandé où il se sentait le mieux pour réfléchir. Le pape émérite lui a répondu : « A mon bureau, d'abord, ou, s'il faut que j'approfondisse vraiment ma réflexion, je m'allonge sur le canapé. Cela me permet de réfléchir positivement » ! Comme le remarque le père Maximilien, pour Benoît XVI qui avait toujours besoin d'avoir un canapé dans son bureau, « le repos physique permet la vie de l'esprit. » En cessant tout mouvement, le repos permet de trouver « une paix corporelle propre à la réflexion. » Cette unité entre le corps, l'esprit et l'âme restaure la personne, elle lui redonne le sens de la vie.


### **4. Joie de l'âme**

Si la « récréation » s'inscrit dans le rythme scolaire des enfants, elle a aussi sa juste place dans la vie des adultes. Rire, plaisanter, converser à table entre amis, jouer aux cartes ou visionner pour la énième fois *La Grande vadrouille*, toutes ces formes de détente permettent de « se re-crée », explique l'auteur. Pourquoi ? Parce qu'elles procurent le repos qui vise « l'affectivité de l'âme ». Saint Thomas d'Aquin, cité dans l'ouvrage, l'affirme très simplement : « le meilleur remède à la fatigue de l'âme, comme à celui du corps, c'est le repos. Ce qui repose l'âme, c'est le plaisir. » Et il précise : « Ces paroles et actions, dont l'unique objet est de réjouir l'âme, ce sont les plaisanteries et les jeux. » Bien sûr, à sa juste mesure !

### **5. Voie d'accès à Dieu**

Jésus se repose-t-il ? Comme tout homme, il a besoin de se détendre. Et il le conseille à ses apôtres quand ils rentrent d'une mission d'évangélisation : « Venez à l'écart dans un endroit désert et reposez-vous un peu » (Mc 6,31). Son message est clair : il faut savoir s'arrêter. Mais se mettre à l'écart ne veut pas dire s'évader ni fuir la réalité. C'est le temps de contempler, de faire la louange, de s'émerveiller devant la vie. D'une certaine façon, le repos introduit à la liberté des enfants de Dieu. « Laisse ta peine en face de Dieu, et lui-même te procurera le repos, conseille un Père du désert. « Dès lors, cette disposition intérieure offre un accueil au Seigneur et permet de se reposer en Lui. C'est toucher déjà au repos éternel », conclut le père Maximilien.

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



1. Présentation

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



2. L'amitié

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



3. Le travail

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



4. L'argent

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



5. L'évangélisation

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



6. Les loisirs

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



7. La patience

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



8. Maîtriser les écrans

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



9. La pudeur

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



10. Lire la Bible

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



11. La culture

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



12. La famille élargie

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



13. La douceur

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



14. L'ascèse

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



15. L'oraïson

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



16. Le sens de la fête

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



17. L'engagement dans la cité

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



18. L'art

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



19. L'aumône

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



20. Le pardon

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



21. La Messe

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



22. L'eutrapélie

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



23. Le désert

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr


THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



24. Le repas familial

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr

THÉOTIME & PHILOTHÉE  
Dossiers thématiques pour réflexion et échanges en groupes de foyers



25. Le repos

TERRE PROMISE  
terre-promise.fr