



VERITAS ET CARITAS

Revue bi-mensuelle N° 76

Juillet Aout 2026

Sommaire

3 – Éditorial

4 - Cet été faites le choix de la lecture, offrez une âme à vos vacances.

5 - Un miracle

6 - Sauvé du suicide

7 - Ne pas négliger les petits gestes et paroles qui peuvent donner la vie

8 - Quelle est la véritable humilité ?

9 - Prions saint Joseph de nous aider à avoir une véritable vie spirituelle

10 - Citations à méditer

12 - Prière à St Joseph

Editorial

Cet été, faites le choix de la lecture, offrez une âme à vos vacances. Oui, cet été nous aurons plus de temps pour souffler, nous retrouver et pour lire. Lire, c'est bien plus qu'un loisir. C'est une respiration de l'intelligence, un repos de l'âme, un exercice de liberté intérieure.

Saint Bernard disait que l'étude est bonne si elle sert à se sanctifier ou à se rendre utile. Nous avons besoin de lectures vivifiantes, enracinées, solides, pour aimer notre langue, comprendre notre histoire, reconnaître le vrai, le beau, le bien. Pour cela, il faut bien choisir nos lectures de détente et de formation. Il nous faut choisir des lectures capables de nourrir notre esprit et d'ouvrir notre cœur.

Un bon livre ou une bonne revue élève l'âme. Pour combattre un défaut, il nous faut chercher à pratiquer la vertu contraire. Ici, nous donnons l'exemple de quelqu'un qui dit souvent du mal de son prochain. Il doit alors chercher les qualités de son prochain, qu'elles soient physiques, intellectuelles, spirituelles, comportementales. Puis faire remarquer les qualités du prochain au lieu de dire du mal de lui, la vie personnelle et la vie en société en seront changées, pour le bien de tous.

Ensuite, voici une petite histoire d'un « miracle », grâce à l'amour et la foi d'un enfant et à la générosité et la compétence d'un adulte.

Puis c'est l'histoire de quelqu'un qui est sauvé du suicide grâce à une personne qui a su qu'à ce moment-là la personne qui veut se suicider n'a pas besoin de discours mais d'affection, d'amitié, de vie familiale.

Ne négligeons pas les petits gestes et les bonnes paroles qui redonnent espoir, courage, moral. Ils peuvent donner la vie.



Vivons chaque moment avec amour de Dieu et du prochain.

Sainte Thérèse d'Avila disait que la véritable humilité se trouve dans la vérité. Sans Dieu nous ne pouvons rien faire, mais nous devons coopérer avec sa grâce. Dans le Magnificat, Notre-Dame dit : « Le Seigneur fit pour moi des merveilles... tous les âges me diront bienheureuse ». Est-ce de l'orgueil de dire cela ? Notre-Dame ne s'attribue en aucun cas les mérites de l'œuvre de Dieu en elle. Mais elle n'en ignore pas la grandeur sous prétexte de fausse humilité.

Saint Joseph est un modèle de vie intérieure. Il nous montre comment

contempler et servir Dieu. En obéissant à Dieu, saint Joseph s'est engagé personnellement, en prenant Marie chez lui, en fuyant en Égypte. Saint Joseph nous apprend à avoir une bonne volonté, une intention droite : celle de servir et d'aimer Dieu. Prions saint Joseph de nous aider à avoir une véritable vie intérieure, en ayant une relation d'amitié confiante envers Dieu, sachant l'écouter et accomplir de notre mieux sa volonté.

Le bienheureux abbé Louis Brisson (1817-1908) disait : « Dieu doit être présent dans tout ce que nous faisons. Cela nous montrera le bon chemin et la bonne direction que notre âme doit suivre. Se tourner vers Dieu

sanctifie toutes nos actions. » À la même époque que saint Jean Bosco en Italie, le bienheureux abbé Louis Brisson fonde en France des religieux et religieuses qui ouvriront des écoles pour les enfants défavorisés et des foyers et patronages pour les femmes en difficulté.

Prions le Saint-Esprit, en particulier pour y voir clair dans les situations compliquées et pour savoir dire ce qu'il faut dans les rencontres difficiles.

Bonnes vacances, sous le regard de Dieu.

Sœur Marie Zélie de Jésus-Hostie

Cet été faites le choix de la lecture, offrez une âme à vos vacances.

L'été est là avec les valises à faire pour les départs, la préparation des amis à accueillir, la rentrée scolaire à organiser. Mais les vacances, c'est aussi un temps pour souffler, se retrouver, se ressourcer.

Pourquoi ne pas en profiter pour renouer avec un compagnon souvent négligé pendant l'année : le livre ?

Lire, c'est bien plus qu'un loisir, c'est une respiration de l'intelligence, un repos de l'âme, un exercice de liberté intérieure. Qu'on soit au bord de la mer, dans un jardin ombragé ou tout simplement chez soi, un bon livre élève l'âme. La science elle-même confirme que quelques minutes de lecture quotidienne réduisent le stress, améliorent le sommeil, aiguisent les facultés mentales.

Lire, c'est prendre soin de soi mais c'est aussi former son jugement. Saint Bernard disait que l'étude est bonne si elle sert à se sanctifier ou à se rendre utile.

Un livre bien choisi éclaire le monde, donne du recul, enrichit l'âme, façonne le caractère.

Nos enfants comme nous-mêmes avons besoin de ces lectures vivifiantes, enracinées, solides pour aimer notre langue, comprendre notre histoire, reconnaître le vrai, le bien, le beau.

Il faut bien choisir ses livres de détente, de formation, des livres porteurs de sens, capables de nourrir l'esprit et d'ouvrir le cœur.



Un miracle.

À la pharmacie, une petite fille aligne ses pièces de monnaie sur le comptoir. Qu'est-ce que tu veux, ma petite ? Elle répond : « C'est pour mon petit frère, il est très malade et je viens acheter un miracle.

» — « Que racontes-tu ? » — « Il a un très gros bouton qui lui pousse dans la tête et papa a dit qu'il fallait un miracle pour le sauver. » Le pharmacien répondit avec un petit sourire attristé : « Désolé, ma petite, nous ne vendons pas de miracle ici. »

Il y avait dans la pharmacie un grand monsieur qui écoutait. Il s'approcha de la fillette qui ramassait ses pièces, les yeux remplis de larmes. — « Pourquoi pleures-tu, ma petite ? » — « Je voudrais un miracle pour mon petit frère Emmanuel, qui est très malade. » — « Combien as-tu ? » — « Un franc et onze centimes. » — « C'est exactement le prix d'un miracle, conduis-moi chez toi, je voudrais voir ton frère, ton papa et ta maman. »

Le monsieur était un grand chirurgien du cerveau. Il opéra Emmanuel qui rentra quelques semaines plus tard à la maison, complètement guéri.

Le miracle avait coûté un franc et onze centimes, plus bien sûr l'amour et la foi d'un enfant, la générosité et la compétence d'un adulte.



Sauvé du suicide.



Un éclusier fait passer les péniches, tout le long de la journée. Un jour il rentre à la maison en disant :

« Il y a un homme qui est là depuis deux heures à regarder l'écluse, qu'est-ce qu'il a en tête ? » Par pudeur il reste à distance, mais continue d'avoir un œil sur lui. La nuit tombe, alors l'éclusier va vers cet homme et lui parle. Puis il le fait rentrer à la maison en disant à sa femme : « Chérie, tu n'aurais pas une soupe bien chaude pour ce monsieur, il en a bien besoin ? » Il y a la soupe chaude, puis les œufs, puis l'homme partage le repas de toute la famille, et comme il y a beaucoup d'enfants, c'est un repas animé, comme chaque jour. L'homme finit par se détendre, puis à parler, non pas de ses problèmes mais de choses et d'autres. À la fin du repas son regard devient plus vif. L'éclusier ne le laisse partir que lorsqu'il le sent vraiment mieux.

Quelques jours plus tard l'homme vient remercier le couple et apporte des bonbons aux enfants.

Ce qui est surprenant dans cette histoire du candidat au suicide, c'est que l'éclusier ait su qu'un moment de vie familiale serait plus salubre qu'un discours, si beau soit-il.

Ne pas négliger les petits gestes et paroles qui peuvent donner la vie



Imaginons une grande plage à marée basse au bord de l'Atlantique, par une belle journée d'été. La mer, en se retirant, a inondé la plage de millions d'étoiles de mer qui vont mourir avec la chaleur du soleil montant dans le ciel. Il est encore tôt, un homme marche, solitaire, sur la plage.

Méticuleusement, inlassablement, il ramasse les étoiles de mer et les rejette à l'eau. Ce petit geste, insignifiant, inintéressant, sans importance, presque un jeu, est lourd de conséquences. En les rendant à la mer, l'homme assure la possibilité de vivre à ces petites étoiles de mer.

On peut transposer cela dans notre vie de tous les jours. Plein de petits gestes utiles, de paroles toutes simples, peuvent faire la différence dans notre famille, auprès de nos amis. Ils peuvent redonner espoir, moral, courage. Ils peuvent donner la vie. Ne négligeons pas ces petits gestes, ces bonnes paroles.

Vivons chaque moment en le remplissant d'amour.

La ligne droite se compose de millions de petits points juxtaposés les uns à côté des autres. Ma vie aussi est faite de millions de minutes, reliées les unes aux autres. Si je veille à ce que chaque point soit parfaitement à sa place, dans l'ordre de succession, la ligne sera bien droite. Si je vis chaque minute à la perfection, c'est-à-dire dans l'amour de Dieu, ma vie sera sainte.

Quelle est la véritable humilité ?



L'estase de ste Thérèse d'Avila - Le Bernin - NapoVier, CC BY-SA 3.0 via Wikimedia Commons

L'humilité, disait sainte Thérèse d'Avila, est dans la vérité.

Dans l'Évangile du pharisien et du publicain, le publicain reconnaît que sans Dieu il ne serait rien. Il confesse ses fautes et sa faiblesse sans s'excuser ou chercher un coupable. Il implore sa conversion.

Trop souvent on demande à Dieu de changer les autres et les situations qui nous pèsent, au lieu de Le supplier de changer nos cœurs pour grandir dans la vertu et contrôler nos réactions.

Quel contraste entre les paroles du pharisien et le Magnificat de la Vierge Marie que nous pouvons prier. Cependant nous pouvons nous étonner de cette apparente présomption en lisant ces mots : « Le Puissant fit pour moi des merveilles,

désormais toutes les nations me diront bienheureuse ». Mais notons bien que cette prière est entrecoupée de références à la grandeur de l'intervention divine dans sa vie. « Exulte mon esprit en Dieu, mon sauveur. Saint est son nom ». La Vierge Marie ne s'attribue en aucun cas les mérites de l'œuvre de Dieu en elle, mais elle n'en ignore pas non plus la grandeur sous prétexte de fausse humilité.

Un pas de plus dans la conversion du cœur, c'est apprendre à nous réjouir avec Dieu des merveilles qu'Il accomplit dans notre vie. Cela Lui est agréable tant que nous fixons notre regard sur Lui, que nous reconnaissons qu'Il est l'auteur de tout bien et que nous ne faisons que coopérer avec sa grâce.

Prions saint Joseph de nous aider à avoir une véritable vie spirituelle



Saint Joseph est un modèle de vie spirituelle. Il nous montre comment contempler et servir Dieu.

Saint Joseph est le patron de la vie intérieure. Il est notre guide pour notre vie de prière. En effet, il a expérimenté la fidélité de Dieu et y a répondu par sa foi et son obéissance. Au-delà des épreuves, même s'il ne comprenait pas, il a continué sa route, il a persévéré. Il a obéi à ce que Dieu lui demandait à travers l'ange. Il s'est engagé personnellement en prenant Marie chez lui, en se mettant en route pour le recensement, en fuyant en Égypte.

Nous avons tendance à vite nous décourager, en nous arrêtant à ce que nous ressentons ou ne ressentons pas, à cause de nos tentations, de nos distractions, de nos faiblesses ou de nos péchés.

Nous jugeons parfois nos prières, nos oraisons, oubliant que c'est avant tout une activité surnaturelle.

Saint Joseph nous apprend à choisir de bonnes dispositions, notre bonne volonté, une intention droite et vraie, celle de vraiment servir le Seigneur et de L'aimer. Saint Joseph nous apprend à entrer dans une vie de prière qui soit une relation à Dieu, à la Sainte Trinité, une relation avec Jésus, avec l'aide de Marie qui veille sur nous et nous conduit à la connaissance de Jésus et à recevoir sa parole. Saint Joseph est un guide sûr parce qu'il a été proche de Marie qu'il a aimée et proche de Jésus qu'il a éduqué. En fait, en conduisant la Sainte Famille, il s'est laissé lui-même conduire par Dieu.

Seigneur, faites-moi grandir dans la vie intérieure, à l'exemple de saint Joseph, dans une relation confiante et aimante avec Vous, en sachant écouter ce que Vous voulez me dire, humblement et avec fidélité, en sachant obéir à votre sainte volonté à l'exemple de saint Joseph.

Citations à méditer

La nature met du temps pour faire mûrir ses fruits, ainsi en est-il de la grâce. Ne vous étonnez pas si les fruits de vos labeurs tardent à paraître.

Saint Vincent de Paul

Le monde est ton navire et non pas ta demeure... Un seul instant au Ciel nous récompensera de toutes nos peines.

Sainte Thérèse de Lisieux

Regardez Jésus comme le modèle de votre conduite. Il s'est fait le serviteur de tous.

Saint Jean-Baptiste de la Salle

La parole est vivante quand ce sont les actes qui parlent. Cessez, je vous en prie, les paroles, que vos actes parlent.

Saint Antoine de Padoue

Jésus est la source de toutes les grâces. Il est la lumière qui éclaire tout homme venant en ce monde.

Saint Jean-Baptiste de la Salle

Le soleil ne se lève pas pour quelques-uns seulement, mais pour la terre entière. Ainsi en est-il du soleil de justice, le Christ, Il brille pour tous, Il appelle tous, il sauve tous ceux qui veulent bien ouvrir les yeux.

Saint Jean Chrysostome

Pour que l'amour soit vrai, il doit être prêt à tout pardonner, à tout oublier, comme Jésus oublie nos propres misères, dès que nous revenons à Lui.

Sainte Thérèse de Lisieux

Notre seul bonheur sur la terre, c'est d'aimer Dieu et de savoir qu'Il nous aime.

Saint Jean-Marie Vianney

Le repentir est le printemps de l'âme. Il fait refleurir ce qui était mort par le gel du péché.

Saint Jean Chrysostome.

Il n'y a qu'un seul Dieu, le créateur, qui a fait toute chose par son Verbe et les a ornées de son Esprit.

Saint Irénée de Lyon

Dieu ne demande pas la perfection de nos forces mais la fidélité de notre cœur.

Saint Augustin

Tout ce qui nous arrive est une leçon de Dieu. Les joies nous apprennent à Le bénir, les peines à nous confier à Lui.

Saint François de Sales

Il ne suffit pas de ne pas faire le mal. Il faut le déraciner de notre cœur, comme on arrache une racine empoisonnée.

Saint Jean Chrysostome

L'esprit de saint François de Sales est marqué par la charité qui nous fait observer tous les commandements de Dieu, mais de plus donne une grande vivacité et promptitude aux actions charitables... Pour former ses novices, l'abbé Louis Brisson (1817-1908) s'inspire du directoire spirituel que saint François de Sales avait rédigé à l'intention des visitandines. Il les porte à la pratique de l'oraison. Il conseille de méditer même lorsque notre âme est inquiète, distraite, triste voire dégoûtée. « Demeurer avec Dieu sans rien dire, et simplement aller à Lui est votre plus sûr refuge ».

Dans une retraite, l'abbé Louis Brisson, fondateur des oblats et des oblates de saint François de Sales, disait : « Nous définissons

la méditation comme une conversation avec Dieu, un dialogue intime concernant nos préoccupations personnelles, nos besoins et les besoins des autres dont nous sommes responsables ».

« Il ne s'agit pas de se substituer à l'enfant mais d'éclairer sa route. Soyez attentifs à considérer ce que le bon Dieu a mis dans son âme, respectez-la, assistez au travail de la grâce qui se fait en elle, enseignez le devoir accepté de la main de Dieu et accompli sous son regard. La culture des âmes est une tâche si complexe et si ardue qu'elle exige le don total de soi ».

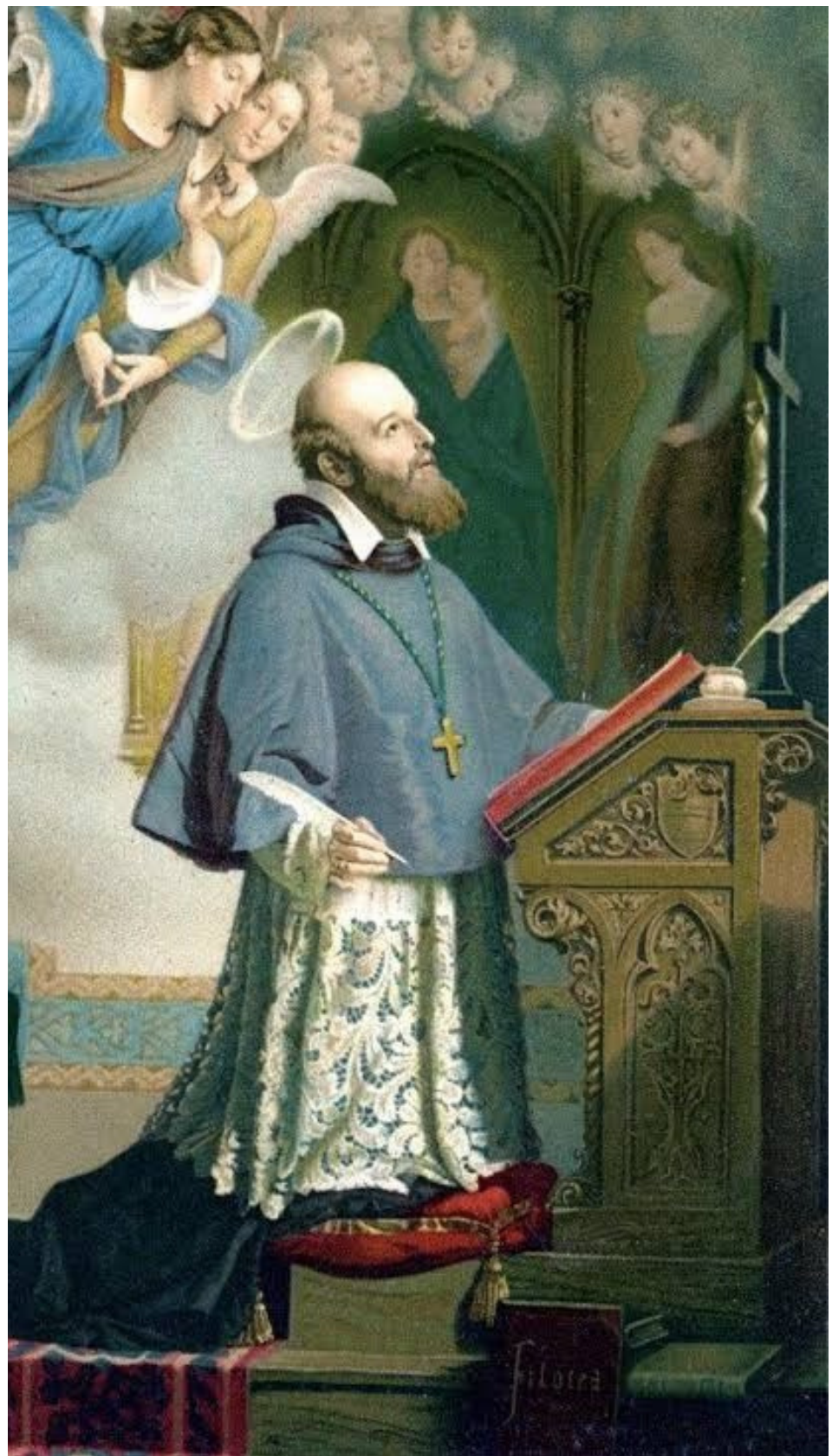
L'abbé Louis Brisson guidait ses prêtres et ses sœurs avec des principes salésiens. Le fondateur communique son zèle pour le salut des âmes : « Portez la Bonne Nouvelle à chaque âme que vous rencontrez, l'une après l'autre ».

Après la séparation de l'Église et de l'État en 1905, le père Louis Brisson dit : « Le malheur des temps ne nous permet pas de vivre en communauté. Le grand moyen d'avoir le cœur et l'esprit libres, c'est d'être en compagnie de Notre-Seigneur ».

Le père Louis Brisson a été béatifié le 22 septembre 2012 dans la ville où il a tant œuvré, dans la cathédrale de Troyes en France.

Le bienheureux Louis Brisson disait : « Dieu doit être présent dans tout ce que nous faisons. Cela nous montrera le bon chemin et la bonne direction que notre âme doit suivre. Se tourner vers Dieu sanctifie toutes nos actions ».

Oui, agissons toujours sous le regard de Dieu.



**Rien n'est petit aux yeux de Dieu, car
tout est grand quand on agit par amour.
Saint François de Sales**

Prière au Saint-Esprit



Esprit Saint, je vous demande le don de sagesse pour une meilleure compréhension de Vous et de vos divines perfections.

Je vous demande le don d'intelligence pour une meilleure compréhension des mystères de la foi.

Donnez-moi le don de science pour que je sache orienter ma vie selon les principes de cette foi.

Donnez-moi le don de force pour qu'aucune peur ou considération terrestre ne puisse m'arracher de Vous.

Donnez-moi le don de piété, afin que je puisse toujours servir sa majesté divine avec amour filial.

Donnez-moi le don de crainte de Dieu afin qu'aucune peur ou considération terrestre ne puisse m'arracher à Vous.

Prions le Saint-Esprit, en particulier pour y voir clair dans les situations compliquées et savoir dire ce qu'il faut dans les rencontres difficiles.

Pour nous contacter :

Mail : contact@notredameauxiliatricedelaprovidence.com

Site : www.notredameauxiliatricedelaprovidence.com