



**Semaine du 09 au 16 novembre 2025**  
**Paroisse Notre-Dame de l'Assomption de BOUGIVAL**

1, Rue de la croix aux vents 78380 BOUGIVAL

**E-mail : [eglisebougival@free.fr](mailto:eglisebougival@free.fr) tél : 01.39.69.01.50 ou 06.70.35.10.56**

**Site et informations de la paroisse [www.paroissebougival.fr](http://www.paroissebougival.fr)**

**« Le zèle de ta maison fera mon tourment »**

Si parmi toutes les églises que nous connaissons, « notre » église de Bougival et celles de nos villages d'origine (et de résidences secondaires pour ceux qui en possèdent) ont une place particulière, la Basilique du Latran doit requérir un amour de prédilection ! Étant « *de omnium urbis et orbis ecclesiarum mater et caput* » (mère et tête de toutes les Églises de la Ville et du monde), la fêter comme on fête sa mère biologique est de mise !

C'est ce que la liturgie nous permet de faire ce dimanche... l'amour de cette maison faisant notre tourment !

A défaut de nous y rendre en pèlerinage jubilaire, en plus de la liturgie, vous pouvez en faire une visite virtuelle :

<https://www.basilicasangiovanni.va/fr/san-giovanni-in-laterano/tour-virtuale.html> ☺ ☺ ☺

Fêter les dédicaces des églises rappelle que nous sommes également « temples de l'Esprit Saint ». D'ailleurs notre Seigneur évoque aussi son propre corps appelé à ressusciter lorsqu'il chassa les vendeurs du Temple...

Il est donc bon que nous prenions soin de notre église intérieure... que tout y soit en ordre et rempli de la beauté de la grâce... Aussi, puisque l'Évangile évoque la « colère de Jésus », et que la colère fait partie des passions à canaliser en nous, vous trouverez cela évoqué dans cette feuille... cela peut nous être utile à tous pour être de belles basiliques attirantes et rayonnantes comme St Jean de Latran ☺ ☺ ☺

P.BONNET +

**INFOS DIVERSES :**

- **Mardi 11/11 : Messe à 11h. Sortie des servants d'autel.**
- **Mercredi 12/11 : Adoration du mercredi 09h00 au jeudi 18h30**
- **Mercredi 12/11 : Catéchisme des CE2, CM1, CM2 de 10h30 à 11h30**
- **Jeudi 13/11 : Réunion des foyers « Cana » (20h30).**
- **Samedi 15/11 : Catéchisme des CE2, CM1, CM2 de 11h00 à 12h00**
- **Samedi 15/11 : Éveil à la Foi de 11h00 à 12h00 (Maison paroissiale – 1 rue St Michel)**
- **Samedi 15/11 : Réunion Chevaliers du St Sépulcre (19h30)**

**Secrétariat : HORAIRES**

Lundi : 09h30-11h30  
 Mercredi : 09h30-11h30  
 Jeudi : 14h00-16h00  
 Vendredi : 15h00-16h00

**Confessions :**

→ Une ½ h avant les messes de semaine

<b>Lundi 10/11</b>	09h00	St Léon le Grand	Messe pr Colette et Bruno de JUBECOURT +
<b>Mardi 11/11</b>	11h00	St Martin	Messe pr Marie-Jeanne TARAIN +
<b>Mercredi 12/11</b>	18h30	Dédicace de la Cathédrale	Messe pr Marie PINHAL +
<b>Jeudi 13/11</b>	18h30	St Josaphat	Messe pr Colette et Bruno de JUBECOURT +
<b>Vendredi 14/11</b>	09h00	De la Férie	Messe pr Norberto COELHO +
<b>Samedi 15/11</b>	09h00	St Albert le Grand	Messe pr Michel GIRAY +
<b>Dimanche 16/11</b>	09h30	33 <sup>e</sup> Dimanche du Temps ordinaire	Messe « Pro Populo » (défunts de la paroisse)
	11h00	“	Messe pr Marie PINHAL +
<b>Lundi 17/11</b>	09h00	Ste Elisabeth de Hongrie	Messe pr Intention particulière

**FORMATION - SORTIE ENFANTS DE CHŒUR--- Mardi 11 NOVEMBRE**

Pour tout garçon déjà servant ou désirant servir. [S'inscrire auprès du P.Bonnet ou de Mr Aymer : [mayculaymer@gmail.com](mailto:mayculaymer@gmail.com)]

**Rdv à 09h30 à l'église de Bougival avec un pique-nique.**

**Au programme :**

Répétition et apprentissage des différents services de l'autel

Messe de la St Martin - Film ou jeux. **Fin à 15h00**



**Communiqué des Associations Familiales Catholiques :** Notre AFC propose 2 soirées de découverte des Chantiers-Éducation à destination des mamans qui cherchent des repères dans l'éducation de leurs enfants :

- **Jeudi 13 Novembre à 20h45 :** " Comment intervenir dans les disputes des enfants et apporter un climat de paix" Pour les parents d'enfants maternelle et primaire / Lieu : chez Quitterie Boutin, 73 avenue de l'abreuvoir à La Celle Saint-Cloud.

- **Jeudi 20 Novembre à 20h45 :** " Comment accompagner nos ados dans leurs choix vestimentaires ? "Pour les parents de collégiens et lycéens. Lieu : chez Marie du Merle, 26 rue de la Princesse à Louveciennes.

Renseignements : Mathilde GENER 06 35 02 57 33

**Rappel :** Pour être au courant d'informations comme des changements d'horaire, des appels pour tel ou tel besoin urgent, etc. n'hésitez pas à vous inscrire sur le listing prévu pour cela au secrétariat...

## On recherche toujours :

\* une personne qui pourrait réparer des câbles de la sono ainsi que le micro plat qui sert sur l'autel.

\* **Pour la crèche de Noël** [cette année sera le 2025 anniversaire de la naissance de Notre Seigneur à... Bethléem, (comme chacun sait !)] :

- une personne qui saurait faire un montage vidéo sur la Basilique le Nativité de Bethléem pour qu'il puisse être visionné en continu sur écran avec ce qui est dit dans la video en bandeau défilant sur le bas de l'écran. **La base serait la série que l'on trouve sur Youtube : Bethléem - Back in time.** « Bethléem Back in time » est un voyage dans le temps de la basilique actuelle à la grotte de la Nativité comme elle se présentait au milieu des collines de Judée. Une production ATS Pro Terra Sancta, l'ONG de la Custodie de Terre Sainte, en partenariat avec le Studium Biblicum Franciscanum et Terre Sainte Magazine. <https://www.youtube.com/watch?v=jBTRjvIGg9w>

- une personne qui aurait un **vieil ordinateur et/ou & écran** qui permettrait de passer en continu la vidéo en s'inspirant de ce qu'on voit parfois dans certains musées.



## La Basilique Saint-Jean-de-Latran

Tout au long des 1<sup>er</sup> siècles, à cause des persécutions, la célébration de l'Eucharistie et la catéchèse ont eu lieu dans des maisons privées, chez des familles chrétiennes, celles qui normalement avaient le plus de ressources et, de ce fait, de grandes demeures qu'elles mettaient au service de l'Église. Ce furent les 1<sup>er</sup> églises domestiques. À Rome elles sont *titulaires*.

Le *titulus* était une tablette en bois que l'on affichait à l'entrée des villas romaines, avec le nom de famille du propriétaire. Sa demeure portait aussi le nom de la *gens*, de sa lignée.

Avec le temps, beaucoup d'églises domestiques furent léguées à l'Église et dès que la liberté fut recouvrée, ces lieux vénérables, dont l'histoire remontait à l'époque apostolique pour certains, et qui étaient rattachés à des martyrs chrétiens célèbres pour d'autres, furent le siège de temples chrétiens.

À partir du 4<sup>ème</sup> siècle, ces églises domestiques primitives furent toutes dédiées à un saint. Souvent, ce fut le saint, ancien propriétaire de l'immeuble, qui avait livré non seulement sa maison, mais aussi sa vie pour la foi.

Les titres que l'on trouve sur certains documents anciens sont le tracé d'une sorte de carte où l'on peut voir comment les chrétiens étaient répartis dans l'Urbs vers le 3<sup>ème</sup> siècle. Les plus anciens sont le *titulus Clementis* (aujourd'hui église de St Clément), *Anastasie* (St Anastasie), *Vizantis* (Sts Jean & Paul), *Equiti* (Sts Sylvestre & Martin-du-Mont), *Chrysogoni* (St Chrysogone), *Sabinæ* (Ste-Sabine), *Gaii* (Ste Suzanne), *Crescencianæ* (St Sixte) et *Pudentis* (Ste Pudencienne). Ces 9 titres viennent des origines du christianisme à Rome. 3 autres sont de la fin du 3<sup>ème</sup> siècle : le *titulus Callisti* (aujourd'hui Santa-Maria-in-Trastevere), *Ceciliæ* (Ste Cécile) et *Marcelli* (St Marcel).

Avant l'édit de Milan (313), il y avait certainement plus de 20 titulus ou églises domestiques dans la Ville Éternelle. À ce moment-là, 1/3 de la population était devenu chrétienne. Toutefois, la physionomie urbaine n'en reflétait rien puisque l'Église n'avait aucune personnalité juridique. L'empereur Constantin autorisa publiquement le culte chrétien et encouragea, en même temps, la construction des 1<sup>er</sup> basiliques chrétiennes, à Rome et à Jérusalem.

Le 1<sup>er</sup> temple construit à Rome fut la basilique du Latran, sur les terrains qu'occupait la caserne de la garde privée de l'empereur. Pendant de longs siècles, jusqu'à la période d'Avignon, ce site fut la chaire de Pierre et de ce fait, elle avait le titre de *cunctarum mater et caput ecclesiarum* que l'on peut toujours lire aujourd'hui sur une plaque à l'entrée.

Au départ, ce fut la Basilique du Sauveur, mais au Moyen-Âge, elle fut dédiée aussi à St Jean Baptiste et à St Jean-Evangéliste. Le pape Sylvestre la consacra en l'an 318 et elle fut totalement achevée quelques décennies plus tard. Depuis, elle a été reconstruite plusieurs fois, après des mises à sac, des tremblements de terre, des incendies. La facture actuelle attribuée à Borromini est de la 2<sup>ème</sup> moitié du 17<sup>ème</sup> siècle. La façade et l'abside ont été refaites par la suite.

À l'écart de la Basilique, sur la droite de la grande place de San Giovanni, il y a un édifice octogonal très ancien, sobrement décoré mais aux lignes harmonieuses. C'est le **baptistère**. Il fut construit au 5<sup>ème</sup> siècle, sous le pontificat de Sixte III, sur l'ancien baptistère que fit bâtir Constantin.

Sur les murs, il y a 5 fresques reproduisant des épisodes de la vie de Constantin dont celle de l'apparition de la Ste Croix, avec la promesse *in hoc signo vinces* (c'est avec ce signe que tu vaincras), qui, d'après la tradition, eut lieu la veille de la bataille du Ponte Milvio remportée sur Maxence, lorsque l'empereur campait avec son armée dans la zone de Saxa Rubra.

La cuve circulaire où les chrétiens étaient baptisés jadis par immersion est au centre, entourée de 8 belles colonnes en porphyre aux chapiteaux ioniques et corinthiens. Sur ces colonnes repose une architrave, avec des vers en latin, attribués au pape St Sixte II (432-440) et qui résument admirablement bien la doctrine chrétienne sur le Baptême :

*C'est ici que jaillit ce peuple de noble lignée, voué au Ciel  
Que l'Esprit engendre en ces eaux fécondées.*

*C'est dans l'eau que Notre Mère l'Église, dans un accouchement virginal,*

*met au monde ceux qu'elle a conçus par l'œuvre de l'Esprit divin.*

*Vous qui êtes nés à cette source,  
vivez dans l'espérance du royaume des cieux.*

*Il faut renaître pour avoir la vie éternelle.*

*Voici la source de vie qui lave toute la terre,  
et prend sa source aux plaies du Christ.*

*O pécheur, viens te plonger dans ce flot sacré et purificateur  
Dont les ondes rajeuniront tout vieil homme qui s'y plonge.*

*Si, sous le poids du péché hérité ou de ton péché personnel,  
tu tiens à l'innocence, lave-toi dans ces eaux.*

*Plus rien ne sépare ceux qui y sont renés. Ils sont devenus un,  
Grâce à une seule source baptismale, à un seul Esprit, à une seule Foi.*

*Que personne ne craigne le nombre et la gravité de ses péchés :  
Celui qui est rené de cette eau vive deviendra saint*

# A PROPOS DE L'EVANGILE DE CE DIMANCHE

## « Que faire de ma colère ? »

Conférence du Père Pierre-Marie [Serveurs de Jésus et de Marie – Ourscamp (60)]

*Le thème de la colère n'est pas très facile mais il semble intéresser nombre d'entre vous. Il peut être abordé sous différents aspects : de la manière philosophique, puis en regard de la psychologie et enfin de façon spirituelle, sous le regard la parole de Dieu et de la tradition de l'Eglise sur le sujet en question. Remarquons tout d'abord que la question « Que faire de ma colère » est une question assez ambivalente...*

### La colère, une notion ambivalente

En effet, lorsque l'on reprend les fruits du Saint Esprit, on voit bien que la colère est contraire à la maîtrise de soi. Comme le recommande de Saint Paul : « *Rejetez tout cela : colère, emportement.* » (Col 3, 8) Le Christ nous dit dans une béatitude : « *Bienheureux les doux, ils auront la terre en héritage.* » (Mt 5, 4)

Il va même jusqu'à déclarer que toute personne qui se met en colère contre son frère sera jugé au tribunal...

A ce sujet, l'exhortation de Saint François de Sales est éloquente : « *Je vous le dis nettement et sans exception, ne vous courroucez point du tout.* » Cependant, Saint Bernard va dans le sens contraire : « *Ne point s'irriter quand il faut, ne pas vouloir faire une correction nécessaire, est un péché.* » Ou encore : « *La colère des hommes te rend gloire.* » (Ps 76, 11)

Lors de la guérison de l'homme à la main desséchée, il est dit que Jésus promène sur les pharisiens « *un regard de colère* » (Mc 3,5). Et l'on se souvient bien de Sa réaction face aux marchands du temple (Jn 2, 13-16) ...

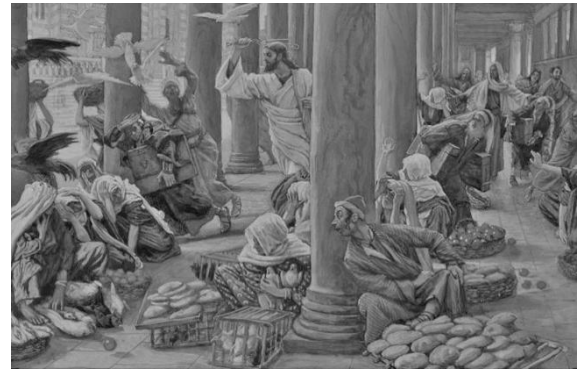
### Définition de la colère :

Aristote dénombre 11 émotions qui se distinguent selon le temps (futur ou présent) et selon le bien ou le mal qui se présente à vous. Ces émotions, qu'il appelle les passions de l'âme, nous les avons en commun avec les animaux. En voici la liste : amour, haine, désir, fuite, plaisir, tristesse, espoir, audace, désespoir, crainte et colère.

En tant que telles, les émotions ne sont ni bonnes ni mauvaises. Tout dépend ce qu'on en fait. L'homme garde son libre arbitre.

Certaines éducations ont voulu donner une valeur morale aux émotions. Cela a eu pour conséquence de ne pas s'autoriser à ressentir des émotions qualifiées comme négatives (tristesse, fuite, haine, désespoir et colère). Dans les milieux catholiques, on qualifiait volontiers de bon chrétien celui qui ne ressentait que les émotions positives (amour, espoir, audace...). Il faut dire que les évangiles sont plutôt discrets sur les émotions de Jésus et particulièrement sur les émotions négatives. Cela a entraîné chez certains fidèles une méfiance de la psychologie allant même jusqu'à faire ce jeu de mots : le senti - ment...

Nous croyons que le Christ est vrai homme et vraiment Dieu. On peut donc penser qu'il a ressenti toutes les émotions humaines sans pécher pour autant. Il n'y a rien de mal à éprouver les émotions et à les nommer, même et surtout pour les motions négatives. Cela peut même dénouer des liens qui empêchent la volonté d'agir pour faire le bien et éviter le mal. Mettre le couvercle sur les sentiments, c'est agir sans tenir compte qu'une autre lecture est



possible : derrière l'émotion se cache l'expression d'un besoin. La peur exprime par exemple un besoin de sécurité, la colère un besoin de respect et de considération, la tristesse un besoin de réconfort et le plaisir un besoin de partage.

### Colère et discernement.

Pour Aristote elle se déclenche face à un mal qui est présent. Quand vous avez été victime d'un licenciement abusif, la colère monte en vous comme un torrent de lave avec la force du volcan. Quand vous retirez à votre chien sa pâtée alors qu'il mange, vous l'entendez grogner, prêt à mordre. Il est en colère. Dans les deux cas, il s'agit d'un mal présent. Quand il introduit la distinction entre bien et mal pour nommer les émotions, Aristote nous invite à un discernement : qu'est-ce qui est bien ? qu'est-ce qui est mal ? De même qu'il peut avoir un bien illusoire, il peut y avoir un mal illusoire. Si je me mets en colère quand le gendarme m'arrête à la suite d'un excès de vitesse, je fais preuve d'un manque de discernement. Je vois l'amende et le retrait de points comme un mal alors qu'ils ont une vertu pédagogique et dans ce sens ils sont tous les deux bons. Mon ire n'est pas justifiée. Elle est le signe de ma susceptibilité froissée car j'ai été pris la main dans le sac. Je me suis senti humilié devant les occupants de la voiture. Cette colère est le signe d'un orgueil mal placé. C'est cette colère que la Bible et les auteurs spirituels dénoncent comme étant un péché capital.

### Colère et péché capital

Qu'est-ce qu'un péché capital ? Prenons l'exemple de l'excès de vitesse...

### Quand la colère devient-elle juste ?

Voilà des exemples qui peuvent engendrer une vraie rage car dans la colère juste il y a un désir de rétablir la justice. Mais il ne suffit pas que le mal soit un vrai mal, et qu'il soit présent, pour justifier un emportement. Il faut que l'intention soit droite, l'objet juste et la réaction proportionnée. C'est uniquement quand ces trois caractéristiques sont réunies que l'on peut parler de colère juste.

Cette colère on l'appellera indignation. Il est des situations où l'indignation est de mise. Une colère purifiée mise au service de la justice est alors le signe d'une grande âme plein d'empathie qui se laisse touchée par l'injustice qui frappe. À la racine des grands combats pour l'équité, il y a toujours une saine colère. Le 13/11/1956, date historique outre-Atlantique, puisque c'est le jour où la Cour suprême des États-Unis a déclaré illégale la ségrégation dans les transports publics. En l'occurrence, il s'agissait des autobus de l'Alabama. Autant vous dire que cette décision a

### PRIERE DE SAINT FRANCOIS DE SALES

"Ô Seigneur, avec Ton aide, je veux m'exercer à la douceur dans les rencontres et les contrariétés quotidiennes. Dès que je m'apercevrai que la colère s'allume en moi, je recueillerai mes forces, non avec violence, mais doucement, et je chercherai à rétablir mon cœur dans la Paix. Sachant que je ne peux rien seul, je prendrai soin de T'appeler au secours, comme le firent les Apôtres ballottés par la mer en furie. Enseigne-moi à être doux avec tous, même avec ceux qui m'offensent ou me sont opposés, et jusqu'avec moi-même, ne m'accablant pas à cause de mes défauts. Quand je tomberai, malgré mes efforts, je me reprendrai doucement et dirai : "Allons, mon pauvre cœur, relevons-nous et quittons cette fosse pour toujours. Recourons à la Miséricorde de Dieu, Elle nous viendra en aide". Ainsi soit-il.

marqué une étape décisive dans la conquête des droits civiques par les Afro-américains. Tout est parti d'une femme dont la bronca a été le carburant de son courage. Cela illustre la véracité de ce propos d'Hegel « rien de grand dans ce monde ne se fait sans passion ». On peut clairement remplacer passion par colère.

### Pécher par manque de colère...

Mais il y a un discernement à faire pour savoir si ce combat est mon combat. Nous ne sommes pas des sauveurs. Celui qui veut monter au front doit passer sa décision au crible de l'hexamètre de Quintilien. Quintilien est un rhéteur et pédagogue latin du premier siècle de notre ère. Face à un problème ou à une décision à prendre il invite le décisionnaire à se poser 7 questions : Quoi ? Qui ? Où ? comment ou avec quels moyens ? Pourquoi ? Combien ? Quand ?

Avant de se lancer sabre au clair dans un conflit pour une juste cause, il convient de discerner en donnant réponse à ces questions. C'est aussi l'invitation de Jésus : « *Et quel est le roi qui, partant en guerre contre un autre roi, ne commence par s'asseoir pour voir s'il peut, avec dix mille hommes, affronter l'autre qui marche contre lui avec vingt mille ? S'il ne le peut pas, il envoie, pendant que l'autre est encore loin, une délégation pour demander les conditions de paix.* » (Lc 14, 31-32)

### Déni de colère

Si certains pêchent par manque de courage, il y en a d'autres qui ne prennent même pas conscience de la rage qui les habite. Ils s'enferment dans l'indifférence alors que nous sommes faits pour aimer ou pour haïr. L'indifférence ne fait pas partie des émotions. Le déni de colère c'est cette colère sourde qui se drape d'indifférence et n'ose pas dire son nom. La colère ne se confond pas avec l'emportement qui est visible.

Il peut y avoir une très grosse colère enfouie dans notre sensibilité mais dont notre corps et notre psychisme sera un jour victime. Les exemples ne manquent pas. Ce patron agacé qu'un de ces salariés arrive systématiquement en retard. Il en fait la remarque autour de lui. Quand on lui dit : « Êtes-vous en colère ? » il répond « mais non pas du tout ». C'est ce que le père Pascal Ide rappelle dans son livre : « *Beaucoup d'emportements se cachent. Les colères cachées sont les plus redoutables, car la première dupe en est le colérique lui-même.* »

La colère sourde, les bouderies sont d'autant plus dangereuses qu'elles sont rentrées.

### La colère et le corps

L'émotion, si elle naît dans l'imagination, termine dans le corps. Si on ne s'autorise pas la colère, c'est le corps qui réagit. C'est ce qu'on appelle les maladies psychosomatiques quand il s'agit d'émotions inhibées qui s'expriment autrement : contractions, ulcères à l'estomac, rigidité musculaire, mal de dos, raideurs, mal au ventre, à la tête. Le trouble lié aux émotions rentre dans le diagnostic de certaines maladies psychiatriques. Ainsi le déficit d'identification des émotions faciales témoigne des difficultés rencontrées par les patients bipolaires. La nature émotionnelle du stimulus pourrait influencer un fonctionnement cognitif perturbé.

Parce que nous sommes un tout unifié, corps, sensibilité, intelligence et volonté, il convient de donner aux émotions la place qui leur revient.

### Accepter sa colère et refuser de se venger

Accepter sa colère due à une blessure est indispensable car sans cela, elle pourrait se transformer en haine et ressentiment.

La colère a des aspects positifs. C'est une étape du pardon. C'est une sonnette d'alarme. N'oublions pas les Effets néfastes de la colère refoulée. : on peut retourner sa colère contre soi-même. Des personnes s'interdisent le moindre mouvement de colère, refusent le conflit ne

sont pas forcément sur le bon chemin. La colère s'étouffe aussi parfois dans l'indifférence. Il faut parfois sortir du borborygme émotionnel en renouant avec la colère réprimée et lui donner une juste expression...

Il y a aussi la question de la vengeance : plus on la refoule plus elle devient obsessionnelle. Les émotions s'imposent d'autant plus qu'on veut les chasser !

La colère refoulée devient anarchique, incontrôlable aussi longtemps que la personne refuse d'en prendre conscience et tente de la fuir. Il faut l'apprivoiser.

Dans l'affirmation colérique de soi-même, on cherche peut-être à se mettre au service de l'amour. Parfois on voit la colère comme une manière de garder sa dignité et d'éviter de s'exposer à d'autres humiliations de la part de l'offenseur. Il y a peut-être d'autres manières de préserver sa dignité que de se laisser dévorer par la « bronca ».

### Comment exprimer et recevoir la colère ?

La communication non violente est un bon outil pour avancer en la matière. Il y a 4 étapes : observation des faits, expression des sentiments, les besoins qui sont à l'origine des sentiments. Formulation d'une demande qui n'est pas une exigence et à laquelle on peut dire non.

Il est nécessaire de pratiquer l'humilité et dés-idéaliser. La colère vient de la différence entre le monde tel qu'il doit être selon moi et le monde tel qu'il est en réalité. Cela vient des croyances sur le monde tel qu'il doit être.

Dans la colère il y a des reproches. Souvent dans la colère on est coupé de ses besoins qui crient très fort.

#### Béatitudes qui peuvent aider à aborder sereinement les causes de colère...

Bienheureux ceux qui savent rire d'eux-mêmes : Ils n'ont pas fini de s'amuser.

Bienheureux ceux qui savent distinguer une montagne d'une taupinière : il leur sera épargné bien des tracasseries.

Bienheureux ceux qui sont capables de se reposer et de dormir sans chercher d'excuses : ils deviendront sages.

Bienheureux ceux qui savent se taire et écouter : ils en apprendront des choses nouvelles.

Bienheureux ceux qui sont assez intelligents pour ne pas se prendre au sérieux : ils seront appréciés de leur entourage.

Heureux êtes-vous si vous savez regarder sérieusement les petites choses et paisiblement les choses sérieuses : vous irez loin dans la vie.

Heureux êtes-vous si vous savez admirer un sourire et oublier une grimace : votre route sera ensoleillée.

Heureux êtes-vous si vous êtes capables de toujours interpréter avec bienveillance les attitudes d'autrui même si les apparences sont contraires : vous passerez pour des naïfs, mais la charité est à ce prix.

Bienheureux ceux qui pensent avant d'agir et qui prient avant de penser : ils éviteront bien des bêtises.

Heureux êtes-vous si vous savez vous taire et sourire même lorsque on vous coupe la parole, lorsque on vous contredit ou qu'on vous marche sur les pieds : l'Évangile commence à pénétrer votre cœur.

Bienheureux surtout vous qui savez reconnaître le Seigneur en tous ceux que vous rencontrez : vous avez trouvé la vraie lumière, vous avez trouvé la véritable sagesse.

Joseph Folliet (1903–1972), prêtre du Prado