

# L'1VISIBLE

Le journal qui se partage

## HAUTS-DE-SEINE



SPIRITUALITÉ

**Comprendre la Bible,  
la parole de Dieu** Page 14



ÉCOLOGIE INTÉGRALE

**Vivre un Noël durable**  
Page 13



DOSSIER

**Les anges et nous**  
Page 2



L'1VITÉ PAGE 8

**YCARE : « J'AI DÉCIDÉ DE  
VOIR AVEC LE CŒUR »**



**DOSSIER**

# LES ANGES ET NOUS







M. BLANDIN



PAR ANTOINE LEMAIRE

## TÉMOIGNAGE

MATTHIEU BLANDIN

# LA TENDRESSE INFINIE DE L'ANGE

Atteint d'un cancer à 20 ans, Matthieu Blandin doit affronter la perte de sens et la perspective de la mort. Mais une rencontre avec l'archange saint Michel bouleverse sa vie et ses croyances.

PROPOS RECUEILLIS PAR ANTOINE LEMAIRE

J'ai aujourd'hui 32 ans. J'ai grandi dans une famille non croyante, loin de la foi. Il y a 14 ans, en 2011, alors que je commençais une école d'actuaire à Brest, je suis tombé malade. Après des examens, j'apprends que je souffre d'un cancer des testicules. Pour le jeune homme ambitieux que j'étais, qui avait tout organisé et planifié, qui voulait travailler dans la finance, c'était un grand bouleversement.

Une opération pour ma tumeur indique d'abord une guérison, puis je subis une rechute. Les métastases se développent au niveau de l'abdomen... La chimiothérapie est obligatoire. Je suis un traitement dont je ne connais pas la durée. Parallèlement, j'arrête d'aller en cours. Je reste toutefois scolarisé, avec l'idée d'aller aux examens en fin d'année.

Mon corps rejette la chimio assez violemment, je la vis très mal, ce sont des mois de vraie souffrance. Des questionnements émergent, sur Dieu, la vie, ma place dans ce monde etc. Une de mes tantes, catholique, puis un oncle, me confient à des gens.

Un jour, tous les deux - séparément - m'apprennent que des gens qui priaient pour moi ont eu une manifestation de l'archange saint Michel. Cela me fait comme un électrochoc.

Un soir, alors que je vais très mal, que j'ai des vomissements et que je n'arrive pas à dormir, je prends mon smartphone et fais une recherche internet sur l'archange saint Michel - dont je ne connaissais rien.

Je clique alors sur une image de lui, une peinture. Soudain, cette peinture que je regarde, cet

archange, s'illumine. C'est comme s'il prenait vie face à moi. Son regard devient vivant et perçant. Et tout ça est accompagné d'une grande lumière et d'une grande chaleur. Sur le coup, je ne comprends pas tout ce qu'il se passe. Mais c'est comme une grâce qui descend sur moi, ainsi

« Pour moi qui étais si ambitieux, qui avait tout organisé et planifié, un cancer était un grand bouleversement. »

qu'une présence.

A l'époque, je décris cela comme une espèce de haute tendresse, accompagnée d'une sorte de parole intérieure qui m'irrigue d'informations, d'une présence relationnelle très forte, qui me regarde et me considère personnellement, et enfin j'étais comme dans un espace hors du temps, une éternité. J'ai aussi reçu, intérieure-

ment, et dans un élan de confiance, la confirmation que j'allais guérir.

En effet, trois semaines plus tard, les médecins me déclarent guéri. Je peux passer mes examens, que je réussis de justesse et je valide mon année. Après ces événements, et pendant un an, je tâtonne, je cherche à comprendre, je m'intéresse à diverses traditions, religions etc. Mais c'est à la lecture des Evangiles que je comprends finalement que c'est Jésus qui incarne tout ce que j'avais ressenti durant mon expérience avec l'ange.

Commence alors un long chemin à la suite du Christ. Mais avec ma vie étudiante et ma jeunesse, je m'en éloigne petit à petit. A 25 ans, je retombe malade, cette fois de fatigues chroniques. Je souffre beaucoup. Et au bout de six mois, sur le conseil de ma tante, je me rends à une adoration à Saint-Nicolas-des-Champs à Paris. Là, je reçois une autre grâce immense, une chaleur, et je sens que je suis guéri de nouveau. Cette fois, ce n'est pas par l'intermédiaire d'un ange, c'est direct, face à l'hostie consacrée, face à Jésus.

Suite à cela, je me fais baptiser et confirmer. Depuis, je chemine à la suite de Jésus. Cette conversion a élargi ma conscience de l'autre, m'a fait connaître la notion du don. Je porte mes souffrances avec plus de joie. Récemment, je me suis rendu au Mont-Saint-Michel. Je voulais rendre grâce, remercier l'archange qui a veillé sur moi tout ce temps. Là-bas, la lumière m'a touché, ainsi que ce lien invisible entre le ciel et les hommes, et la terre. ●



COSMIN GURAU - UNSPLASH

TÉMOIN

MARTHE QUINET

## UN ANGE SUR LA ROUTE

Un soir à minuit, alors qu'elle est fatiguée et contre l'avis de ses amis, Marthe décide de prendre la voiture pour rentrer chez elle. Survient alors un événement qui changera sa vie pour toujours.

PROPOS RECUEILLIS PAR AUGUSTE CHAPELIER

J'avais 22 ans à l'époque, et je venais à peine de valider mon diplôme de professeur. Un soir, j'étais à Caen avec des amis, et je devais rentrer sur Nantes où j'habitais. Il était minuit passé, j'avais trois bonnes heures de route devant moi. Tous mes amis me disaient « il est trop tard, et tu risques de t'endormir sur la route ». Mais j'avais mes élèves le lendemain à 8h et je ne voulais pas arriver en retard. J'étais vraiment têtue ce soir-là, alors je ne les ai pas écoutés. J'ai pris la voiture. Au bout de 15 minutes de trajet, mes paupières étaient déjà bien lourdes. Je me sentais fatiguée, et j'hésitais à faire demi-tour. Mais je me suis résolue à continuer. Bêtement, je me dis qu'en accélérant je rentrerai plus vite. J'ai dépassé les 130km/h. Et je me suis endormie ! Je n'en avais jamais fait l'expérience, je ne savais pas ce que c'était de s'endormir au volant. C'est tout à coup ! Ça vous arrive comme ça, et on n'a pas le temps de s'en rendre compte. Tout ce qui a suivi s'est déroulé en une fraction

de seconde : j'ai eu comme la vision d'un ange. Je ne voyais pas d'ailes, mais une personne très grande, toute blanche, et très lumineuse. Elle me paraissait immense. Elle n'avait pas besoin de me parler, je savais que c'était mon ange gardien, au plus profond de moi. C'était tellement lumineux que ça m'a réveillée d'un coup. J'ai redressé la tête



MARTHE QUINET

et je me suis rendu compte que je fonçais sur la glissière de sécurité... J'ai eu tout juste le temps de tourner le volant pour l'éviter. C'était une frayeur indescriptible. A ce moment-là, j'ai compris que j'étais passée à côté de la mort, que j'aurais pu finir ma vie à 22 ans sur cette autoroute. Par l'intermédiaire de mon ange, Dieu m'a vraiment sauvée. Il est passé à travers mes amis ce soir-là pour me prévenir. Je n'ai pas entendu leurs appels, eux qui voyaient que j'étais fatiguée. Tout ça m'a appris à être plus à l'écoute des signes de Dieu dans ma vie à travers les autres. Et puis j'ai aussi réalisé qu'on est peu de choses, finalement... on peut vraiment mourir demain ! Depuis ce jour, je dis souvent une prière à mon ange gardien. Il est une présence de paix et de consolation.

Retrouvez le témoignage complet de Marthe en vidéo sur la chaîne YouTube de NDML - Notre Dame Mère de la Lumière @NDML ●





ACDF



GAVIN-ALLANWOOD-UNSPLASH

## INTERVIEW

DON PIERRE DOAT

# ANGES GARDIENS : APPRENDRE À COMMUNIQUER

Les témoignages sur les expériences avec les anges peuvent émerveiller, étonner mais ils peuvent aussi interroger par le mystère qui les entoure. Invisibles, les anges semblent irréels, alors comment comprendre leur présence et établir une relation ? Décryptage de Don Pierre Doat, recteur du Mont Saint-Michel.

ANNE-LAURE COLIN

● Dans son témoignage, Marthe explique qu'elle a su avec certitude que l'ange qui lui est apparu était son ange gardien. Est-il vrai qu'un ange gardien est dévoué entièrement à la personne qu'il « garde » ?

L'ange gardien est dans la tradition de l'Eglise. Le catéchisme de l'Eglise catholique dit que chaque être humain bénéficie de l'accompagnement spécial d'un ange qu'on appelle « ange gardien » et que sa mission est de servir, d'être l'instrument de la bienveillance de Dieu pour chaque personne humaine.

Ce n'est pas une mission de garde du corps même si ça peut arriver qu'il intervienne comme par exemple dans le cas de cet accident. Mais c'est plutôt exceptionnel. Par contre s'il n'agit pas, ça ne veut pas dire que notre ange gardien était en grève ou qu'il était fatigué ce jour-là ! Il est d'abord le gardien de notre âme et surtout le gardien de notre amitié avec Dieu.

● Dans son témoignage Matthieu, explique qu'il est tombé gravement malade plusieurs fois. Visiblement, avoir un ange gardien ne nous empêche pas d'être malade, jusqu'où peut aller notre ange ?

Encore une fois, le premier objectif de l'ange n'est pas de préserver notre corps. Il ne protégera notre corps que si cela fait partie du plan de Dieu et que si c'est en vue de favoriser notre âme. Pour moi

c'est assez clair qu'on pourrait dire la même chose à propos des guérisons obtenues par des saints. Si vous priez sainte Gudule et que vous n'êtes pas guéri, ça ne veut pas dire que sainte Gudule ne vous aime pas. Cela ne correspondait sans doute pas au projet de Dieu que vous soyez guéri de ce mal-là.

C'est la même chose pour les anges. Il y a un jour où Matthieu mourra d'une mort physique, et ce n'est pas parce que son ange gardien était à la retraite ! Il faut bien comprendre que même dans l'Evangile, les guérisons physiques que fait Jésus sont toujours en vue de conduire au salut de l'âme.

● Marthe explique aussi « par l'intermédiaire de mon ange, Dieu m'a vraiment sauvée ». Pourquoi Dieu a-t-il besoin d'intermédiaire entre lui et les hommes ?

Ça, c'est la technique de Dieu pour tout. Dieu passe par beaucoup d'intermédiaires. Par exemple pour nous donner la vie, Dieu a voulu passer par l'intermédiaire de nos parents. Dire que le Mont Saint-Michel est magnifique, c'est une sorte d'intermédiaire que Dieu a créé pour nous parler de sa beauté à lui. Pour nous donner la connaissance de son fils Jésus, il est passé par l'intermédiaire de l'Eglise, qui nous a baptisés et qui nous a enseignés dans la foi.

D'ailleurs c'est amusant, on a du mal avec les

anges, à accepter qu'ils soient des intermédiaires. Je pense que c'est un peu un signe de l'orgueil humain. On préférerait pouvoir s'attribuer le mérite de tout ce qu'on fait. Dieu passe par les anges car ce sont des êtres qui sont plus beaux et plus saints. Ils sont là pour nous, en tant que messagers de la bienveillance de Dieu.

● Comment s'y prendre pour communiquer avec son ange, que faut-il lui demander, comment le remercier, que ne faut-il pas faire ?

On peut tout dire à notre ange gardien, on peut tout lui demander. Que ce soit une place de parking, une réussite à un examen ou une guérison d'un cancer, pas de problème. En sachant que de toute façon, c'est toujours Dieu qui donne sa grâce. Les anges ne peuvent rien sans la puissance de Dieu. On peut à peu près tout faire, sauf traiter notre ange comme un domestique ou un serviteur ! Les anges sont les serviteurs de Dieu. Par contre tout ce qui correspondrait à une forme d'asservissement de l'ange est à proscrire. En voici un exemple : donner soi-même un nom à son ange et considérer que c'est son nom, l'Eglise le proscriit.

D'ailleurs pour prier son ange gardien j'ai une petite prière que je vais vous confier : « Mon doux ange gardien, ma douce compagnie, ne m'abandonne pas, ni le jour, ni la nuit. Car sans toi, je me perdrai. Amen. » ●

## DÉCRYPTAGE

## LES ANGES DANS L'ART

# LES ANGES SE RÉVÈLENT DANS LA PEINTURE

Il est fréquent de croiser au détour d'une église ou d'un musée, une peinture représentant des anges. S'ils sont aujourd'hui imaginés avec des ailes, une auréole dorée, et une tunique blanche, il n'en a pas toujours été ainsi. La représentation des anges a évolué, mais certains traits demeurent et nous parlent du ciel.

PAR ANNE-LAURE COLIN



**M**uets, immobiles, cela n'empêche pas les anges d'observer joyeusement le monde avec leurs doux visages et leurs sourires mutins. Dans les tableaux, ils sont spectateurs et rarement les sujets principaux des artistes. « Dans la peinture et la spiritualité, les anges ont souvent un rôle d'accompagnateurs, ils entourent ce qui se passe, encadrent la scène et aident à faire passer la pensée artistique ou divine, » observe Maylis de Chevigny, restauratrice d'œuvres d'art. Qu'ils soient guerriers ou musiciens, les anges ont finalement tous une même mission : être les messagers célestes de Dieu.

## Des ailes et de l'harmonie

Etonnamment, le corps physique des anges n'est que très peu décrit dans la Bible. La physionomie de ces êtres est née de l'esprit de l'homme, puis du pinceau inspiré de l'artiste dans un coin de son atelier. Les toutes premières représentations des anges datent des premiers siècles de notre ère. Les œuvres de ces époques ont disparu ou ont été abîmées par les aléas du temps.

On peut remonter jusqu'au XII<sup>e</sup> siècle, pour découvrir les premières peintures intactes. Ces œuvres possèdent des caractéristiques communes qui nous disent quelque chose de ces êtres invisibles. Les peintres vont rapidement doter les anges d'ailes bien que cela ne soit jamais spécifié dans la Bible. Une interprétation logique, explique Laurent Bolard, docteur et historien de l'Art, car « les anges viennent des cieux et qu'ils se rendent parfois sur terre », or à cette époque les seules créatures capables de voler sont... les oiseaux. Pour les artistes, les ailes étaient aussi le symbole du dieu grec Hermès (dieu des messagers et des voyageurs), ou encore une référence à la colombe de l'arche de Noé.

Dans les tableaux, les anges sont toujours peints comme des êtres gracieux. Cette beauté est une nécessité dans la mesure où « la beauté physique est l'image de la Grâce céleste, car ce qui relève du ciel ne peut jamais s'exprimer dans la laideur », détaille Laurent Bolard. Les anges sont ravissants. Les peintres les ont aussi rendu androgynes, avec des traits fins et souvent des cheveux longs.

## Les anges au défi du temps

Dans la peinture, ces êtres ont toujours eu une apparence de chair et d'os. Ce sont des compagnons, des amis. Seules leur silhouette et leur tenue ont changé, au gré des tendances. Ainsi leur style a évolué en fonction des mœurs et des courants artistiques. Des premières esquisses jusqu'à la Renaissance (du XIV<sup>e</sup> au XVI<sup>e</sup> siècle), ils sont systématiquement représentés comme des personnages identiques, immobiles voire figés. A partir de cette ère de renouveau, les anges commencent à ressembler davantage à des êtres humains avec chacun leur caractère, son identité propre.

Surprenant ou non, les ailes des anges se sont modifiées. Dans l'imaginaire commun, elles sont blanches et immaculées, à l'image des ailes de l'élégant cygne. Mais les artistes possèdent une liberté, celle de créer, et ils préférèrent alors les représenter avec des couleurs chatoyantes. Du rouge au bleu en passant par le vert et le rose, les peintres se sont inspirés des plumes du paon, d'hirondelles... et même des rouages de machines mécaniques !

Au gré des modes, les vêtements des anges ont aussi subi des métamorphoses. Dans la Bible, il est expliqué que l'ange est « vêtu d'une tunique blanche ». Si certaines représentations ont appli-

qué ce critère, la plupart des peintres ont laissé libre cours à leur désir d'invention. Entre les soies, les drapés, les riches bijoux, ils les peignent avec de somptueux accessoires et des vêtements colorés. C'était une autre façon visuelle de bien les différencier et de les rendre uniques sur les tableaux. L'époque baroque (du XVII<sup>e</sup> au XVIII<sup>e</sup> siècle) fera fi des anciennes conventions et de la morale pudique. Ainsi cette nouvelle ère, « a facilement représenté les anges quasiment nus et désormais ces derniers ne possèdent généralement qu'un simple linge couvrant leur intimité », raconte Laurent Bolard.

Mais les mœurs strictes de la société du XIX<sup>e</sup> siècle n'acceptent plus cette nudité jugée scandaleuse. Alors les artistes reviennent à une représentation plus traditionnelle. Les ailes retrouvent un style plus classique et surtout les anges sont de nouveau entièrement vêtus d'une tunique.

Cette vision plus chaste est la référence actuelle en matière d'imaginaire des anges. C'est cette vision du XIX<sup>e</sup> qu'enfants et adultes découvrent dans les romans, les films ou même les jeux vidéos !

## Préserver l'héritage de ces œuvres

Les peintures s'abîment avec le temps, la lumière ou l'humidité. Pour durer, les toiles ont besoin de passer sous les mains minutieuses des restaurateurs de tableaux. C'est une mission du beau, pour redonner vie à ces anges centenaires, endommagés par les affres du temps. Pour Maylis de Chevigny, ce métier « est une vocation, car être restauratrice est une manière de partager et transmettre la beauté dans un monde qui va mal. » La mission est sacrée pour toutes ces mains qui s'affairent à l'abri des regards, dans leurs ateliers d'artistes. ●





Maylis de Chevigny  
restauratrice d'œuvres d'art



Martin Schongauer  
L'Annonciation  
1470-1475

Les peintures des  
anges ont traversé  
le temps.



Giotto, La Nativité, 1303-1306



Simon Vouet, les Anges portent  
les instruments de la Passion, 1625



Giambattista Tiepolo, La Fuite en Égypte, 1764-1770



Augustin Frison-Roche, Cathédrale Saint-Vincent à Saint-Malo, 2020



L'1VITÉ

YCARE

# GARDER L'AMOUR À L'INTÉRIEUR DE SOI

Auteur-compositeur et interprète franco-libanais, candidat de la *Nouvelle Star* en 2008, Ycare sortait au printemps 2025 son septième album, au titre éponyme. Des chansons lumineuses et porteuses d'une quête intérieure dont il témoigne avec enthousiasme et humilité, sans filtre ni retenue. Rencontre.

PROPOS RECUEILLIS PAR **MARIE PELLEGRIN**

● **Demain, vous enregistrez votre chanson *Dans mes bras* avec Lara Fabian, comment vous sentez-vous ?**

C'est un honneur, je suis très fier, c'est un rêve qui se réalise aussi. L'amour se chante à deux, c'est la seule chanson d'amour heureuse que j'ai écrite de toute ma vie.

● **Pour qui a eu la chance d'assister à l'un de vos concerts, il en émane quelque chose de plus profond que la simple interprétation de vos compositions, si belles soient-elles. Est-ce que ce sont ces « millions de petits feux » pour en faire « des soleils contagieux » que vous allumez sur scène ?**

Ils sont déjà allumés, je les vois dans les gens. Je leur rappelle dans ma chanson *Un Paradis* : « Quand on saura qu'on est l'hostie, Qu'on est le secret du rosaire ».

Si Lui est venu incarner l'entière de la lumière, Il est venu nous rappeler à quel point nous en étions un fragment ; le jour où on l'aura compris, il n'y aura plus les guerres. C'est biblique, depuis Babel, nous ne parlons plus la même langue...

● **En parlant de feu, quand Notre-Dame de Paris a brûlé, vous n'arriviez plus à composer. Qu'avez-vous ressenti ?**

Je n'arrivais plus à respirer, à parler. Je suis resté chez moi, cloîtré à regarder ces images.

J'ai eu l'impression que quelque chose d'innocent et de beau était en feu, qu'on regardait impuissant s'effondrer comme un objet de tourisme de l'autre côté d'un pont.

Cela m'a brûlé le cœur. Je ne sais pas pourquoi car à cette époque, je n'étais pas encore en éveil spirituel, j'étais encore dans des travers, je me rappelle avoir bu pour anesthésier cette douleur.

● **Vous vous décriviez comme un artiste maudit, maintenant vous dites que vous êtes béni, qu'est-ce qui a changé ?**

J'allais très mal et j'ai décidé de changer d'existence et de vie. J'étais dans un enfer, sans portes ni fenêtres. Ma perception du monde a changé. J'ai décidé de voir avec le cœur.

Je me réveille tous les matins avec cet exercice plus fort que l'écueil de la haine, de garder l'amour à l'intérieur de moi, quoi qu'il arrive, de voir l'enfant en chacun de nous. On ne décide pas de la réaction des autres, on ne peut décider que de la nôtre.

● **Sur scène, vous bénissez même votre public !**

Oui c'est vrai. J'ai été béni par vos applaudissements, j'ai été baigné par vos regards, ce n'est pas un exercice de style de descendre parmi le public, je viens regarder les gens dans les yeux et les toucher.

Quand on est en concert, la salle est un peu allumée, car on est venu se trouver. Si ces gens m'ont mis à cet endroit, j'ai compris qu'il fallait que je sois utile, pas uniquement pour les divertir et qu'ils retournent à leur marasme, mais pour donner un écho au catalyseur de mon cœur.

● **Vous avez dit que ce dernier album était le plus important pour vous, pourquoi ?**



WAHIB CHEHATA

## YCARE

est musicien, auteur compositeur, et il interprète ses propres chansons. Ses titres les plus connus sont « Lap Dance », « D'autres que nous » et « Animaux fragiles ». Il a souvent chanté en duo, notamment avec Zaz, Claudio Capéo ou Garou. Son dernier album en date, *Ycare*, est sorti au printemps 2025.

Il est une boucle bouclée pour dire tout ce que j'avais à transmettre aujourd'hui : tous les déserts trouvent une plage. Je croyais que les déserts mèneraient à ma mort et il y avait une plage au bout. Tous les tunnels ont une lumière au fond et il s'agit de la trouver à l'intérieur de soi. Ce Dieu que nous louons en regardant le Ciel, et je le dis dans *Où que tu sois*, il est aussi à l'intérieur de nous.

● **Vous vous appelez Assane, vous êtes né dans une famille musulmane, vous n'avez reçu aucune éducation chrétienne, mais vous semblez avoir fait l'expérience du Christ, vous invoquez le Seigneur.**

J'ai eu un père d'une grande intelligence qui avait les trois livres à son chevet : l'Ancien Testament, le Nouveau et le Coran. J'ai eu la chance d'avoir un père qui lisait tout et s'intéressait aux religions des autres et m'a tout expliqué. Aujourd'hui, je me suis tourné vers la simplicité de cet Homme, je me retrouve beaucoup dans son message.

J'ai eu une expérience très intime et très profonde que j'évoque dans un petit chapitre de mon livre. Un soir de 2022, j'étais assis chez moi à méditer et j'ai reçu une phrase, dans une langue que je ne connaissais pas, que je suis allé traduire et qui m'a parlé. Depuis, je fais ce que j'ai à faire. Son message d'amour universel est celui dont je suis aujourd'hui le plus proche, c'est un message d'absolu, de pardon.

Aujourd'hui, je n'irai pas parler à quelqu'un qui croit, mais à quelqu'un qui doute. Qu'en est-il d'aller parler avec celui qui ne croit pas comme nous ? Qu'en est-il de trouver une table pour aller s'asseoir avec celui qui ne pense pas comme nous ? Il est là l'effort du Christ.

« D'une grande intelligence, mon père avait trois livres à son chevet : l'Ancien Testament, le Nouveau et le Coran. »





Ycare LAURA GILLI

## « Quand j'entre dans une église, je m'assois et m'imprègne de siècles d'espérance. »

### ● Vous arrive-t-il de penser à Dieu quand vous chantez ?

Je ne pense qu'à Dieu tout le temps, et pas simplement quand je me rase, comme dirait un ancien président ! (Rires) Je fais tout avec Dieu. Je ne pense pas qu'à Lui, je fais tout accompagné de Lui. Je me réveille le matin et Lui dis aide-moi à être utile, à ce que tu souhaites, utilise-moi comme ton outil, je suis là pour ça.

### ● Pourquoi avoir choisi de tourner l'un de vos clips dans une église ?

Parce que c'est un décor qui accueille tout le monde. Quand je vais dans une ville en tournée, c'est l'église que je visite en premier. Je vais y chercher la sécularité de la prière des gens, je vais m'asseoir et m'imprégner de siècles d'espérance. C'est là que des gens sont venus L'invoquer. Cette prière s'imisce jusque dans la pierre et vient la faire suinter. Alors je touche le mur de l'église et essaye de m'imprégner de la prière des autres, et je fais ça partout où je vais. J'essaye de me souvenir de combien de dames se sont mises à genou ici pour que leur enfant guérisse, pour que leur fils revienne de guerre, pour que leur époux se porte bien. Je pense aux femmes qui portent le monde.

Un jour, je dinais avec un vieil homme de confession musulmane. Il me disait : « j'ai 83 ans, j'ai

*fini, j'ai vécu, je veux partir »*. Arrive l'heure du dessert, je ne dis rien, et le vois commander et se régaler d'une glace vanille-café. Je souris et lui réponds : « *vous êtes heureux de manger cette glace, alors pourquoi êtes-vous pressé de partir ? Tous les jours, vous pouvez manger cette petite glace.* »

Le Seigneur nous a mis des petits paradis quotidiens, dans le fait de verser votre eau et voir votre sachet de thé s'infuser, de pouvoir sentir le bout de vos doigts...

Chaque matin, il y a un miracle de Dieu. Dans un monde qui se divise, je veux unir par-delà les obédiences. En réalité, il n'y a que l'amour qui compte, c'est ce qui nous incombe de faire ici-bas, et elle est là notre foi.

### ● Vous me rappelez cette parole de sainte Thérèse : « Dans le cœur de l'Eglise, ma mère je serai l'amour. » Connaissez-vous cette sainte ?

Grâce à Natasha St-Pier qui est une amie ! Elle m'en parle avec une passion et une vivacité bouleversantes. Elle m'a envoyé une phrase magnifique de sainte Thérèse. Dieu parle dans la bouche du voisin, et parfois il est bavard !

### ● Ycare s'est brûlé les ailes, mais Ycare s'est reconstruit, c'est la force de votre témoignage. Quel conseil donneriez-vous à ceux qui ont les

### ailes brûlées ?

Savoir que la foi guérit tout, que l'amour sauve de tout. Que l'amour sauve de la maladie, du doute. L'amour raffermi le pas hésitant, trébuchant, il faut lui faire confiance. J'aimerais que mon histoire aide, j'aurais pu avoir la pudeur de la cacher, par honte, et personne n'aurait rien vu. Je serais revenu tout flamboyant d'un coup. Sauf qu'à quoi bon me sauver si cela ne sauve que moi ? Que les gens aient foi en eux aussi. Ils sont un fragment de Lui. Ils sont un fragment de Lui. Je vous le dis trois fois, ils sont un fragment de Lui. ●



WAHIB CHEHATA

Pochette du dernier album d'Ycare



D'ACCORD PAS D'ACCORD

LE DÉBAT

# LA BIBLE EST-ELLE COMPLÈTEMENT DÉPASSÉE ?

Aujourd'hui, la Bible est parfois présentée comme un livre poussiéreux et périmé qui ne répond plus aux questions actuelles. Pourquoi vraiment y croire alors qu'elle a été rédigée il y a des milliers d'années ? Marie Cornu-Thenard répond aux questions de Lili Sans-Gêne.

LE DÉBAT ENTRE MARIE CORNU-THENARD ET LILI SANS-GÊNE

● **LILI SANS-GÊNE** Commençons en mettant les pieds dans le plat. Selon l'Eglise, la meilleure façon de vivre en « bon chrétien » est de s'inspirer des enseignements de la Bible pour régir notre vie de tous les jours n'est-ce pas ? Mais s'inspirer d'un texte qui a au moins 2000 ans, ce n'est pas trop vivre avec son temps non ?

**MARIE CORNU-THENARD** Je ne suis pas sûre qu'on puisse formuler les choses tout à fait de cette façon. La Bible n'est pas un manuel de morale. Elle raconte d'ailleurs une histoire où, même quand les hommes sont bien au courant des enseignements à respecter, ils n'y réussissent pas. Comme dit saint Paul "Je ne fais pas le bien que je voudrais, mais je commets le mal que je ne voudrais pas." Surtout, la Bible raconte une histoire d'amour incroyable entre Dieu et les hommes. C'est quand l'être humain répond à l'amour de Dieu (et non qu'il signe en bas d'un code de bonne conduite) qu'il en est transformé. La Bible n'a pas pour but de définir des règles mais de donner à connaître une personne, Dieu. Ensuite, s'il y a bien une chose intemporelle, c'est l'homme, les questions qu'il se pose, les joies et les peines qui l'habitent, la sagesse à laquelle il peut parvenir. Si vous considérez qu'un texte est périmé à cause de sa date d'écriture, alors il faut jeter à la poubelle Bouddha, Platon, Homère... Ça va alléger énormément les programmes scolaires... Faire table rase du passé, n'est-ce pas se condamner à repartir de zéro ? Enfin, les croyants pensent que la Bible a été inspirée par Dieu pour guider toute l'humanité. Si Dieu est Dieu, il fait bien les choses. Et comme il est hors du temps, cela lui permet de connaître tous les hommes du premier au dernier, et d'inspirer un texte qui pourra servir à tous.

● **Alors comment doit-on considérer la Bible aujourd'hui ? Vaut-il mieux la lire comme un texte historique, symbolique ou spirituel ?**

Vous posez une très bonne question car la Bible

Lili Sans-Gêne

## « S'inspirer d'un texte qui a 2000 ans, ce n'est pas trop vivre avec son temps non ? »

Cette journaliste s'est toujours intéressée aux questions religieuses. Elle a lu la Bible. Elle pose sans complexe les questions que beaucoup n'aiment pas poser.

est tout cela. D'abord, mon conseil serait de la lire en "jouant le jeu" : elle a été écrite par des croyants et pour des croyants. La meilleure façon de la comprendre est de se glisser dans la peau d'un croyant et de la lire comme le récit de l'aventure de Dieu avec les hommes. Il est vrai que ce texte est également passionnant d'un point de vue archéologique, psychanalytique... mais ce n'est pas son objectif.

D'abord, la Bible raconte les événements qui concernent Dieu, et les hommes dans leur rapport avec Dieu. Dans la Bible, de nombreux événements historiques importants sont donc totalement passés sous silence car ils ne sont pas intéressants pour le connaître. D'autres au contraire sont détaillés de façon spectaculaire alors qu'ils sont anecdotiques du point de vue d'un manuel scolaire. Ensuite, ces événements ne sont pas racontés comme le ferait un journa-



IXÈNE

liste, mais plus souvent comme le ferait un poète, un philosophe, un conteur... en particulier avec des images. Car le but n'est pas que le lecteur puisse se représenter fidèlement l'événement "comme s'il y était", mais qu'il puisse en comprendre la signification et le message que Dieu a voulu communiquer à travers cet événement. Donc il est très important de ne pas tout lire "au pied de la lettre". Par exemple, quand la Bible raconte qu'Adam et Eve ont été tentés par un serpent et ont mangé un fruit, certes, il s'agit d'un acte réel de désobéissance de l'être humain qui a refusé de faire confiance à Dieu. Mais, au risque de vous décevoir, il n'y a probablement pas eu de fruit, ni de serpent... c'est une façon imagée de raconter.

● **Pourquoi l'Eglise ne décide-t-elle pas de faire un genre de « mise à jour » de la Bible ?**

Son message est toujours actuel, et surtout, ce "message" n'est pas d'abord une sagesse spirituelle, mais le récit d'une histoire d'amour commencée à la création, et qui concerne chaque homme. En revanche, il y a 2 mises à jour indispensables : d'abord, il s'agit d'un texte ancien, provenant d'une culture très différente de la nôtre.

Pour le comprendre correctement, nous avons besoin d'explications : quel est le contexte historique ? La géographie ? Quels étaient les "codes de langage" ? Je vous donne un exemple : dans notre culture, le mot « cœur » renvoie à l'affectivité, aux émotions. Dans la Bible, le cœur est le lieu symbolique de la décision... on voit tout de suite le malentendu possible : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force » (Dt 6,4) ne nous



## « Dieu fait bien les choses. Et comme Il est hors du temps, cela lui permet de connaître chacun de nous et d'inspirer un texte qui servira à tous ! »

Marie Cornu-Thenard fait partie de l'association Bibliapedia, qui propose un parcours biblique dans les établissements scolaires. L'association recherche des formateurs bénévoles dans des dizaines de lieux en France. Si cela vous intéresse, rendez-vous sur <https://bibliapedia.fr/devenir-formateur>

Marie Cornu-Thenard

donner envie de lire la Bible ! Sur le harcèlement, je vous invite à aller lire le chapitre 39 de la Genèse qui raconte de façon détaillée un cas de harcèlement d'un homme par une femme.

### ● Et puis ceux qui n'ont pas la foi, ça leur sert à quelque chose de lire la Bible ?

Comme je l'ai dit plus haut, la Bible est un texte passionnant d'un point de vue philosophique, psychanalytique, littéraire... et surtout qui infuse une immense partie de la culture occidentale. Comment bien comprendre 1000 ans d'histoire de l'art si on n'a pas la référence biblique ? Mais au-delà de la culture, la Bible est un livre pour penser. Le texte parle de l'histoire d'amour entre Dieu et les hommes mais aussi des relations des hommes entre eux, et de l'homme avec lui-même. Quand Dieu parle à Abraham, il lui dit "va vers toi". La Bible peut être lue par les yeux d'un croyant fervent aussi bien que par ceux d'un humaniste athée.

### ● Aujourd'hui, on est biberonné à l'instantané, au « tout, tout de suite », tout va à mille à l'heure, à l'image de TikTok. On a de plus en plus de mal à lire des livres, alors une bible de 3000 pages... avez-vous des conseils pour se mettre à lire la Bible méthodiquement et ne pas se décourager trop vite ?

Je vous trouve un peu pessimiste sur notre société. Certes, on est biberonné à l'instantané... mais en même temps, on dévore Harry Potter ! Et la Bible c'est du Harry Potter puissance 1000, c'est la saga la plus incroyable de tous les temps. En

même temps, je reconnais que c'est une loooooongue saga, et même si, comme je vous le disais, cette lecture doit être accompagnée pour ne pas être comprise de travers. Il me semble que le secret, c'est de lire l'histoire... dans l'ordre de l'histoire ! Et tout d'abord, en version « abrégée », pour en comprendre les grandes étapes. Ensuite seulement, ouvrir la Bible. Mais attention, la Bible n'est pas conçue pour être lue seul.

A chacun de voir ce qui lui correspond le mieux : livre de commentaire, cours du soir, podcast... Je vous laisse mon numéro pour des conseils personnalisés ?

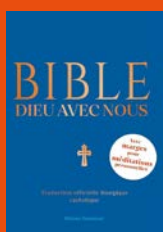
### ● Est-ce que vous remarquez des effets positifs chez les gens à qui vous faites découvrir la Bible ? Si oui, lesquels ?

Comme dirait le Petit Prince, l'essentiel est invisible pour les yeux, donc ce qu'on voit n'est pas forcément le reflet complet de ce qui se passe dans le cœur de chacun, d'autant plus que la Bible a des effets "à long terme".

Les lecteurs racontent que leur perception de Dieu et leur foi s'en trouvent profondément renouvelées, avec une approche parfois très différente de leur compréhension "traditionnelle" de Dieu.

Nous constatons aussi des transformations humaines... Je ne saurais vous expliquer pourquoi, mais au contact de la Bible, non seulement les gens deviennent plus "gentils", mais ils prennent aussi de l'assurance, gagnent en ouverture d'esprit, développent des qualités d'analyse humaine et intellectuelle !

ALLER PLUS LOIN



#### LA BIBLE

éditions de l'Emmanuel,  
octobre 2025  
49,90€ jusqu'à janvier 2026  
puis 59,90€

D'AUTRES DÉBATS  
VOUS ATTENDENT SUR  
[L'1VISIBLE.COM](https://l1visible.com)



"Flashez-moi avec votre téléphone"





PAR CLOETIM

PROJET MUSICAL

CLOETIM

# CHANTER POUR ESPÉRER

Un an après le lancement de son projet « Spero », la voici à la huitième chanson sur les dix que composeront l'album. Y aurait-elle cru il y a dix ans alors que pour chanter elle se cachait dans sa chambre ? Sortir, seule, pas à pas, un album écouté des milliers de fois... L'artiste suit son chemin, et nous livre les émotions qui font vibrer sa musique. Chloé raconte.

PROPOS RECUEILLIS PAR LÉA MICHELIN

**E**n septembre 2024, je me lançais dans ce projet fou : celui d'un itinéraire spirituel à travers tous ces lieux qui m'avaient marquée.

A chaque lieu son émotion, à chaque lieu sa chanson. Chacune était l'occasion de crier ce qui bougeait au fond de moi. De dire avec les sons ce que les mots ne parvenaient pas à transcrire. Chaque chanson est unique mais dans toutes se cache une permanence. Comme un refrain, revient sans cesse le thème de l'espérance malgré les doutes. C'est ce « spero », « J'espère » en italien, épitaphe sur la tombe de mon grand-père, et titre de mon album.

Outre l'espérance, *Spero* c'est l'aventure et le beau. L'aventure car je suis partie dans tous ces lieux pour tourner les clips : des dunes de sable aux crêtes du Jura, des avenues parisiennes aux falaises d'Étretat.

Il y a eu des chansons légères, odes à ces lieux de vie chéris comme ma ville natale (*Le Havre ma douce*) ou ma ville d'adoption (*Paris ma belle*).

Il y a eu des chansons poétiques comme *Cabourg* sur l'amour nostalgique et le départ de l'être aimé. Il y a eu des chansons plus profondes sur le dépouillement (*Le Désert*), sur les apparences (*La flamme qui bat le froid*) ou sur les choix à poser comme dans *J'espère et je crois*. Plus récemment enfin, il y a eu *Maman* sur les joies et les défis de la maternité.

L'endroit qui a inspiré ma prochaine chanson c'est la montagne. Mon tempérament fonceur, mon goût pour le sport et le dépassement physique m'ont naturellement conduite à faire l'éloge de ce lieu. C'est un lieu d'humilité et de gratuité. A la fois l'humilité de l'effort et celle de se sentir si minuscule dans une création immense. Je me sens dépassée par cette infinie beauté. Et arrivée au sommet, j'ai toujours une joie immense dans le cœur, une forme d'épuration de l'âme et une profonde gratitude.

J'aime cette phrase de Picasso qui dit « **L'art lave notre âme de la poussière du quotidien** ».

Oui, je suis sûre que le beau est ce qui nous permet de nous extraire de nos habitudes, de notre activisme et de nos lassitudes. Il permet de faire une pause. De poser un regard nouveau sur ce qui nous entoure. Pour se réjouir et remercier.

## Le beau, l'aventure, l'espérance...

Dans les oscillations intranquilles de mon existence une chose me guide :

« *L'hiver les nuits sont longues mais le soleil se lève toujours* ».

Puisse le soleil se lever sur vos vies. Ou du moins la certitude qu'un soleil vous attend au bout du tunnel, quel que soit ce tunnel qui est le vôtre.

Écouter sur YouTube : Cloetim / sur les plateformes : Clo & Tim

Faire venir Cloetim en concert dans votre ville / paroisse ? Rdv sur [cloetim.com](https://cloetim.com) ●



## ÉDITORIAL

# LA BIBLE, CADEAU DE NOËL PAR EXCELLENCE !

PAR MGR MATTHIEU ROUGÉ, ÉVÊQUE DE NANTERRE

Noël, c'est l'Invisible qui devient visible, l'inouï qui devient audible. « Ce que l'œil n'a pas vu, écrit saint Paul, ce que l'oreille n'a pas entendu [...], voilà ce que Dieu a préparé pour ceux qui l'aiment » (1 Corinthiens 2, 9). L'amour de Dieu qui donne sens à l'histoire du monde et à la vie de tout homme, de toute femme, a pris le visage de l'Enfant de Bethléem. Le mystère que constitue la vie humaine devient intelligible grâce à la Parole qui va retentir dans les enseignements et la vie de Jésus-Christ. C'est ce qu'exprime l'évangile selon saint Jean : « Le Verbe – la Parole de Dieu – s'est fait chair et il a habité parmi nous » (Jean 1, 14).

Une manière d'accueillir la joie de Noël devient donc de lire la Bible et de la laisser éclairer nos cœurs et nos vies. Pour nous chrétiens, la Bible n'est pas d'abord un livre mais ce qui permet à la

Parole vivante de Dieu de nous rejoindre aujourd'hui. Les adultes toujours plus nombreux qui demandent le baptême et la confirmation, dans les lettres qu'ils m'écrivent pour demander ces sacrements, disent souvent que c'est la lecture d'un passage de la Bible qui a commencé de les ouvrir à la foi.

Voilà pourquoi le cadeau de Noël que le diocèse de Nanterre veut faire à tous les habitants des Hauts-de-Seine est de les inviter à participer à la grande « randonnée biblique » qui vient de démarrer : quatre années pour lire toute la Bible en n'y consacrant que quelques minutes par jour. La lecture de la Bible peut faire peur : être accompagné (grâce au site du diocèse de Nanterre, une appli...) est rassurant ; se dire que beaucoup accomplissent la même démarche est encourageant. La Bible est comme un cadeau de Noël :



Mgr Matthieu ROUGÉ

quand on l'ouvre, on découvre un trésor, l'amour de Dieu lui-même révélé par Jésus-Christ. N'hésitez donc pas à offrir une Bible à ceux qui vous sont chers ! Noël est le grand cadeau de Dieu à l'humanité : sa Parole permet de le découvrir. ●

## ÉCOLOGIE INTÉGRALE

# VIVRE UN NOËL DURABLE

Cette année l'encyclique « Laudato Si » du pape François fête ses dix ans. Voici quelques idées précieuses pour vivre un Noël plus durable.

Famille, cadeaux sous le sapin, dîners copieux : c'est une ribambelle d'événements qui mettent le cœur en joie. Mais la fin d'année est aussi une période de forte consommation. Alors comment faire pour préparer les fêtes de Noël de manière plus durable ? L'objectif n'étant pas de faire moins et d'être triste, mais de faire mieux et dans la joie. Il existe quelques bons trucs très concrets. Noël est marqué par la préparation des traditionnels dîners et apéritifs gourmands. Tout en se faisant plaisir, il est conseillé de cuisiner des quantités raisonnables pour éviter le gaspillage, et de choisir des légumes et fruits de saison. Sous le sapin ou dans les chaussons, tout le monde attend de déballer ses présents. Mais comment être sûr de faire plaisir sans multiplier les cadeaux ? Il y a une solution : optez pour un « Noël canadien ». Le principe ? Chacun tire au sort une personne parmi les convives. Pour les plus motivés, il est aussi possible de créer soi-même ses surprises ! Mais avant tout, l'Avent et Noël sont des moments partagés. Petits, moyens et grands sont appelés à

prendre du temps ensemble et à bâtir des relations durables. L'objectif pour Yann Bouchard, diacre et délégué diocésain à l'écologie intégrale pour le diocèse de Nanterre, est « d'être à l'écoute de son prochain et de créer des connexions inter-générationnelles ».

## Bâtir des relations durables

L'écologie intégrale va au delà d'un combat pour l'environnement. Dans les familles, les plus jeunes sont appelés à faire attention à leurs grands-parents. Les parents peuvent prendre du temps pour un enfant, en faisant une activité manuelle. Car « en faisant ces gestes on se rapproche toujours de l'autre ! » explique Géraldine Leluan, référente de l'Enseignement catholique des Hauts-de-Seine pour la pastorale scolaire. Ce travail d'attention débute aussi dans les paroisses, à l'école ou même dans la rue.

Pour Géraldine, « les relations durables commencent par le sourire, car un sourire ne coûte rien ! » Plus largement, en cette période, on va

soigner sa relation aux autres, à soi, à la terre et à Dieu. Il s'agit simplement de « vivre ces fêtes dans la gratitude et dans une sobriété heureuse ! », résume Yann Bouchard. ●





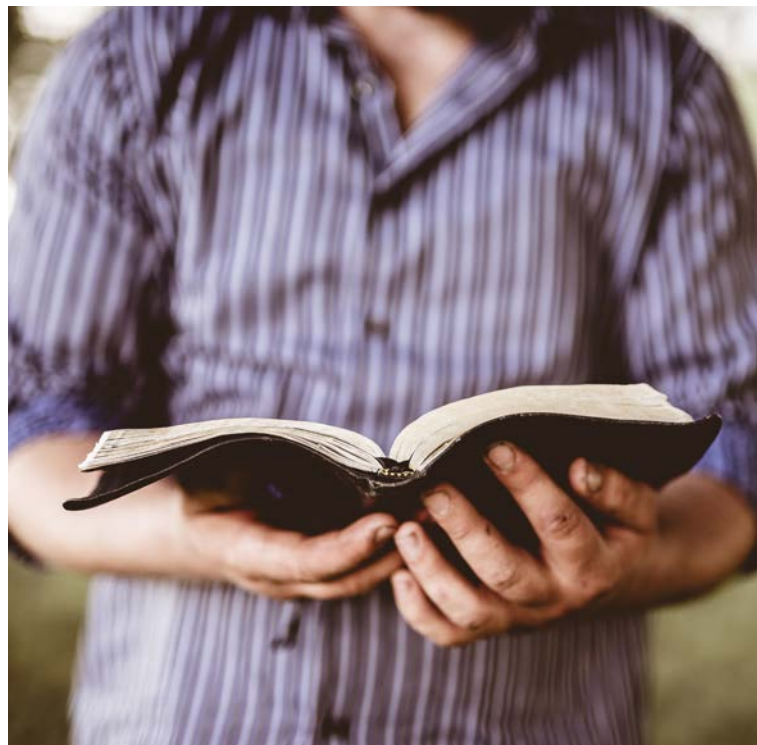
LA RANDONNÉE BIBLIQUE

DÉCOUVRIR LA BIBLE

# COMPRENDRE LA BIBLE, LA PAROLE DE DIEU

La Bible n'est pas qu'un très vieux et gros livre d'histoires ! Malgré les aléas du temps, la Bible a réussi à traverser les siècles pour arriver à notre époque. Référence essentielle pour les croyants, il est parfois difficile de comprendre sa signification et son message. Le père Yvan Maréchal, curé de la paroisse Saint-Pierre - Saint-Paul de Courbevoie et spécialiste des écrits sacrés, nous explique l'importance de la Bible et de la Parole de Dieu.

PAR ANNE-LAURE COLIN



## ● C'est quoi la Bible ?

C'est un livre très ancien ! La Bible est séparée en deux, il y a d'abord l'Ancien Testament puis le Nouveau Testament. L'Ancien Testament contient les écrits rédigés avant la naissance de Jésus-Christ. Le Nouveau Testament raconte la vie et les enseignements de Jésus. En tout il y a 73 livres, on peut vraiment dire que c'est une immense bibliothèque !

La Bible raconte donc l'histoire d'un Dieu qui a créé le monde et qui ne l'a jamais abandonné. Dans ce livre, Dieu nous parle et sa Parole est venue jusqu'aux hommes.

La Bible a été écrite par plusieurs mains. Des personnes choisies par Dieu et inspirées par le Saint-Esprit : ils sont la voix du Père. On peut dire qu'ils ont fait un travail d'équipe. Dieu parle, l'homme écrit, il est porte-parole.

## ● Pourquoi peut-on vraiment dire que c'est la « Parole de Dieu » ?

La Bible est la Parole de Dieu. On s'appuie sur elle, non pas parce que c'est un texte de loi ou de recommandations mais parce que Dieu y exprime son projet pour l'humanité pour nous faire rentrer dans son alliance. Nous sommes sous l'autorité d'un Dieu qui nous guide vers le bonheur qu'Il a prévu pour nous.

Cette Parole de Dieu, on l'entend tous les jours dans notre liturgie. On l'écoute par exemple pendant la messe le dimanche ou lors de toutes célébrations à l'église. La Parole de Dieu est le point de référence de tous les chrétiens.

## ● Est-ce que les chrétiens partagent la Bible avec une autre religion ?

Oui, en effet nous partageons la Bible avec nos frères juifs. Ce sont eux qui nous ont transmis

presque les trois-quarts de la Bible. D'abord, la Bible a été rédigée par les juifs, puis elle a continué son chemin avec les chrétiens qui ont continué d'écrire pour annoncer la venue du Christ. D'ailleurs, les juifs et les chrétiens ne rangent pas les livres dans le même ordre !

Ainsi nous partageons avec eux l'immense première partie, c'est-à-dire l'Ancien Testament. Cependant les juifs ne l'appellent pas « Ancien Testament » mais « Tanakh » ou Bible hébraïque, car ils ne reconnaissent pas la validité et l'existence du Nouveau Testament. Pour eux, Jésus n'est pas le Fils de Dieu ni le Messie.

## ● Pourquoi la Bible a-t-elle traversé le temps ?

La Bible est le livre le plus lu dans le monde entier ! Et ce n'est pas rien ! La Bible a certes traversé le temps mais elle a vécu un long périple.

Elle a d'abord subi un long chemin de rédaction, plus de 1000 ans pour l'écrire. C'est gigantesque ! Son message s'est d'abord répandu de génération en génération grâce à la tradition orale. Puis petit à petit, la Bible est mise par écrit par plusieurs plumes. Des écrits qui ont traversé le temps, certains ont été perdus d'autres sauvés de la destruction ou même retravaillés.

Pendant des siècles et encore aujourd'hui, la Bible a formé et elle a enseigné les fidèles. Elle n'a pas cessé d'être vénérée et elle n'a pas cessé d'être copiée et transcrite.

## ● Est-ce qu'une personne qui est non pratiquante peut lire la Bible ? Peut-elle la comprendre ?

Tout le monde peut lire la Bible : le croyant tout comme le non-croyant. En revanche on ne va pas la lire de la même manière. Le croyant est invité à reconnaître que la Bible est Parole de Dieu.

C'est Dieu qui lui parle, à travers tous les méandres des auteurs bibliques, ces hommes qui ont écrit à leur manière, avec leur plume, avec leur style et leur point d'attention.

Le non-croyant, lui, est invité à se dire que ce livre n'est pas comme les autres et qu'il peut être surpris par un Dieu qui va à l'encontre de ce qu'il pense. Donc, est-ce que je me laisse questionner par cette parole, qui va bien plus loin qu'un simple phénomène historique. Il y a quelque chose de plus haut, de plus grand qui me dépasse et que j'accueille comme tel : est-ce que cette parole va me percuter ou va-t-elle glisser si je lis la Bible comme n'importe quelle œuvre littéraire ? Même s'il y a des énigmes, des mystères, on ne lit pas la Bible comme un roman policier !

## ● Comment apprendre à lire la Bible ?

Nous avons l'habitude de lire la Bible de manière fractionnée. On ne lit pas la Bible de manière continue. Peut-être que certains ont déjà pensé à le faire. Ils ont fait quelques tentatives, mais ne savent pas trop comment s'y prendre. Trop gros, trop long, alors ils cèdent au découragement.

Or il est vraiment important que les chrétiens puissent saisir le livre dans son intégralité. Ainsi le diocèse de Nanterre a décidé de lancer cette année la « randonnée biblique », un parcours de quatre ans, où nous pourrions découvrir les soixante-treize livres.

Pendant ces quatre années, ils liront chaque jour un chapitre de la Bible. Il faut accepter de rentrer dans cette démarche et de lire de manière régulière. C'est un long chemin de fidélité, de questionnements et de découvertes ! Cette randonnée est un moyen de donner un éclairage sur notre monde et notre vie en étant à l'écoute de la Parole de Dieu ! ●



## LA RANDONNÉE BIBLIQUE

## LE KIT DU RANDONNEUR

## UN GUIDE POUR LES LECTEURS

Quatre ans pour graver, un sommet... celui de la Bible ! Pour cette randonnée biblique, il faut bien préparer son sac. Philippe Laplane, diacre du diocèse de Nanterre, présente le kit essentiel pour partir à l'aventure.

PAR LA RÉDACTION DE L'1

## 1 Une bible comme compagne de route pendant quatre ans

Dans le kit du départ, le randonneur choisit sa bible. Grande ou petite, ancienne ou neuve, qu'importe ! Il est recommandé d'utiliser la même édition pendant quatre ans, cela permet de garder ses repères, de l'annoter et de la personnaliser. Mais pas de panique, si le randonneur est en déplacement et qu'il ne peut pas emmener son livre, il pourra tout de même le lire sur son téléphone !

## 2 Une application : la boussole des randonneurs

Le marcheur peut s'inscrire et s'appuyer sur l'application mobile de la randonnée biblique. Un incontournable, puisque comme une boussole, elle montre la direction qu'emprunteront les marcheurs. L'application guide les lecteurs en



Pour plus d'informations : <https://diocese92.fr>

expliquant le contexte, à l'ouverture de chaque livre.

Comme pour tout sportif, un programme minutieux a été défini, en lien avec l'année liturgique. Chaque jour, c'est un nouvel épisode de la Bible.

Matin, après-midi ou soir, les randonneurs choisissent le moment de la journée qu'ils vont consacrer à leur lecture. Ils ont tous un même et unique objectif : grimper vers le sommet !

## 3 Persévérer en équipe, ensemble en cordée !

Commencer ensemble, marcher ensemble, finir ensemble. Débutant ou confirmé, chacun est invité à prendre le grand départ. Les marcheurs ne sont jamais seuls, ils progressent toujours en communauté, comme dans une cordée de montagne.

Parfois, la lecture sera plus aride et plus difficile, mais ils peuvent chercher un conseil ou partager leurs découvertes personnelles auprès des autres randonneurs. La principale difficulté de cette randonnée sera de tenir bon. Mais, « heureux ceux qui tiennent bon » (Jc 5, 11)

## LA MAISON DE LA PAROLE

## UNE MAISON POUR DIEU

Nichée au cœur de Meudon, la Maison de la Parole est un lieu convivial, d'écoute et de formation autour de la Bible. Un tiers-lieu pour se ressourcer, à la lumière de Dieu.

ANNE-LAURE COLIN

Tous ceux qui poussent la porte de la Maison de la Parole sont accueillis chaleureusement par un sourire et un café chaud. Que les visiteurs viennent de loin ou d'à côté, tout le monde est le bienvenu !

Inaugurée en 2011, la Maison de la Parole est un lieu convivial pour profiter d'un temps de répit. L'espace est calme et chacun peut savourer un silence réparateur, ou une discussion avec des personnes à l'écoute. A travers les jardins, les salles de conférence et la chapelle, les visiteurs sont aussi appelés à prendre un temps pour Dieu et eux-mêmes. Au sein de la maison se trouvent des expositions contemporaines qui permettent le dialogue entre les artistes, le spectateur et la Bible. Car selon Charlotte Courcelle-Labrousse, laïque en mission et responsable de la Maison de la Parole, « l'art est un moyen de parler et de nous faire parler, c'est donc un moyen d'échanger simplement entre les hommes et les femmes ». Une véritable porte d'accès au sacré.

### Etre à l'écoute de la Parole de Dieu

Cette maison, offre un accueil fraternel et précieux pour beaucoup. C'est aussi un centre de ressourcement spirituel, centré sur la Parole de Dieu. Ici, des personnes formées organisent et proposent plusieurs fois par semaine divers parcours, des soirées-débats ou des haltes spirituelles. Les thèmes sont choisis dans l'actualité. En mettant la Parole de Dieu au centre des discussions, la Maison de la Parole est un incontournable de la randonnée biblique du diocèse de Nanterre. Les randonneurs peuvent s'inscrire dès qu'ils le souhaitent à des ateliers et des soirées autour des écrits pour échanger ou se questionner sur ce qu'ils vivent quotidiennement.

Charlotte Courcelle-Labrousse explique : « les personnes qui vont rentrer dans cette démarche vont peut-être avoir des moments d'interrogations. Ils pourront alors venir chez nous et poser leurs questions en toute liberté ! ». ●



Les portes de la Maison de la Parole sont toujours ouvertes.

## SCOUTS ET GUIDES DE FRANCE

## LA LUMIÈRE DE LA PAIX

Durant le troisième week-end de l'Avent la Lumière de Bethléem, apportée par les Scouts et Guides de France, arrive en France. Le diocèse de Nanterre se prépare à l'accueillir.

PAR ANNE-LAURE COLIN

De loin, on pourrait penser que ce n'est qu'une toute petite bougie. Pourtant, il y a tout un récit derrière cette modeste flamme. Une histoire qui raconte le voyage mondial d'une lumière pour la paix et qui annonce la joie de Noël. Habituellement allumée dans la grotte de la Nativité à Bethléem, la lumière est cette année apportée en Autriche pour une cérémonie internationale, puis répandue à travers le monde. En France, l'événement est porté depuis 2004 par les Scouts et Guides de France et les Eclaireuses et Eclaireurs unionistes.

En 2025, le thème de la démarche est « Oser la rencontre pour bâtir la paix. » Alors le 6 décembre, vingt jeunes sélectionnés parmi les nombreux volontaires partent en train vers Linz au nord-ouest de l'Autriche. La délégation traverse l'Europe et repart en mission avec au creux des mains une lumière destinée à tous ceux qui en ont besoin. Son rôle est de la propager en France, de Strasbourg à Marseille en passant par

Nanterre. Elle s'allume petit à petit, partout, dans les églises, les hôpitaux, les foyers... Pour Clément Arrous, chef scout de France et ancien cadre du mouvement, voir les jeunes répandre la lumière « c'est voir petit à petit une, deux puis trois lumières pour un seul but : annoncer le message de paix du Christ à Noël. » ●



La Lumière de Bethléem

## JUBILÉ FRATELLO

## EN MARCHÉ VERS DIEU !

Du 13 au 16 novembre 2025, le diocèse de Nanterre est parti avec 30 pèlerins en situation de précarité à Rome. Ce voyage est organisé à l'occasion du Jubilé, avec l'association Fratello.

PAR ANNE-LAURE COLIN

Ils sont sans domicile fixe, sans situation professionnelle ou blessés par la vie et pourtant ils ont pu se rendre au Jubilé à Rome. Ces trente pèlerins ont tous en eux des blessures et une histoire à raconter. Ils sont habituellement soutenus par le Secours Catholique ou encore par l'aumônerie de l'Hôpital Max Forestier.

Dix bénévoles qui les connaissent bien étaient à leurs côtés sur ce chemin vers la ville éternelle. Diacre à Meudon-la-Forêt et accompagnateur du groupe, Bruno Girard, explique : « ces gens qui sont souvent en train d'errer dans les rues ont ainsi une direction, et deviennent des marcheurs vers Dieu, des pèlerins d'espérances ».

Pendant quatre jours, les pèlerins ont vécu des temps forts comme des veillées de prière, des processions ou le passage de la Porte Sainte. Ils ont fini dimanche matin par la grande messe célébrée par le pape Léon XIV. Le diocèse de Nanterre s'est appliqué à ajouter à la dimension spirituelle de leur pèlerinage un côté culturel.

Comme tous les touristes, ils ont découvert et visité les rues et les monuments de la cité antique. Ces visites permettent aussi de consolider l'esprit d'équipe, d'entrer en dialogue avec chacun. Pour Bruno Girard, il y a un objectif essentiel : « être tous ensemble, de manière identique, car il faut marcher en frères et sœurs ! ». ●



Les pèlerins en direction vers Rome.

## AGENDA

## RETRAITE EN ABBAYE

**Du vendredi 5 au dimanche 7 décembre 2025 au prieuré de Béthanie à Blaru.**

Cette retraite est destinée aux jeunes adultes de 18 à 30 ans et elle est prêchée par Mgr Matthieu Rougé, évêque de Nanterre. Au programme, des temps de prières, de réflexion, d'adoration, de confession, une veillée.

## MESSSES DE NOËL

**Mercredi 24 et jeudi 25 décembre 2025**

- Célébrées dans toutes les paroisses du diocèse.  
- Le 24 décembre à 23 heures en la cathédrale Sainte-Geneviève-Saint-Maurice de Nanterre, la messe sera présidée par Mgr Matthieu Rougé.

## PÈLERINAGE SUR LES PAS DE SAINTE GENEVIÈVE

**Samedi 3 janvier 2026**

Rendez-vous à l'église Saint-Denys de la Chapelle, lieu où sainte Geneviève faisait une halte sur le chemin de son pèlerinage vers la basilique Saint-Denis. Trajet en métro vers la basilique cathédrale Saint-Denis. Sur place, enseignement sur le lien/relation entre saint Denis et sainte Geneviève, visite commentée de la cathédrale, puis messe en l'honneur de sainte Geneviève.

## TOURNOI DE BASKET DIOCÉSAIN

**Samedi 24 janvier 2026**

Ce tournoi de basket en équipe mixte existe depuis 3 ans. C'est l'occasion pour les jeunes de 18 à 30 ans de se retrouver et de se dépasser !

## JOURNÉE DES FIANCÉS

**Pour tous les couples du diocèse de Nanterre le samedi 14 mars à l'église Immaculée Conception de Boulogne-Billancourt.**

Mgr Rougé invite tous les couples des Hauts-de-Seine qui se marient à l'église en 2025 ou 2026, à une journée festive de formation, de prière, de partage, de témoignages. Des couples témoigneront de la façon dont le Christ transforme leur amour dans le mariage.

## JOURNÉE DIOCÉSAINE DES PERSONNES PORTEUSES DE HANDICAP ET DE LEURS FAMILLES

**Dimanche 12 avril 2026**

Appelée « Handimanche », cette journée est la deuxième, pour le diocèse de Nanterre. Elle concerne toute personne avec un handicap, quel qu'il soit, et sa famille. Il s'agit d'un temps de rencontre et d'échanges, un temps de festivité.

Plus d'infos sur ces événements sur le site du diocèse :

**Diocèse de Nanterre,**  
85 rue de Suresne,  
92000 Nanterre  
Tel. 01 41 38 12 30  
Site : <https://diocese92.fr>





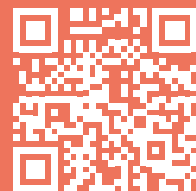
# POUR

**QUE L'ÉGLISE SOIT  
PRÉSENTE À CHAQUE  
MOMENT DE MA VIE**

L'Église ne vit que de dons.

**Donnez sur**

**[denier.diocese92.fr](https://denier.diocese92.fr)**



PORTRAIT

BLANDINE CHAUVEAU

# MESSAGÈRE DE LA FOI EN L'AVENIR

Grâce à son métier, Blandine partage la vie des habitants des quartiers défavorisés, pour qui l'avenir est incertain, et dont le quotidien est semé d'embûches. Par sa foi et sa conviction qu'aucune souffrance n'est éternelle, elle veut leur donner espoir et leur ouvrir des perspectives plus réjouissantes.

PAR ANTOINE LEMAIRE

« Nous sommes faits pour l'action, pour nous donner, aimer et être aimés. Et quand on se sent inutile, on devient malheureux. »

Ce sont ses souvenirs qui parlent à travers Blandine quand elle prononce cette phrase, et ses yeux racontent ce qu'elle a vu. A 32 ans, cette jeune femme a eu le temps de vivre plusieurs années dans des quartiers défavorisés. Elle a côtoyé ceux qui sont pauvres et marginalisés, elle a partagé son quotidien avec des familles, des enfants, des jeunes parfois impliqués dans le trafic de drogue, et souvent déscolarisés. Contrairement à la grande majorité des gens qu'elle croisait et avec lesquels elle s'est liée d'amitié, vivre là-bas était son choix. Une décision à première vue surprenante, mais qui prend tout son sens quand on l'entend parler.

« J'ai grandi dans la communauté de l'Arche (une association qui fait cohabiter des personnes avec et sans handicap mental, dans le but de bâtir des relations humaines et authentiques, ndlr). A la maison, dans le cadre de leur engagement, mes parents recevaient tous types de gens, dont des jeunes aux profils très différents du mien. Ça m'a permis de garder une porte ouverte sur d'autres réalités », confie-t-elle avec humilité.

Cette porte qu'elle a gardée soigneusement ouverte durant ses études la conduit jusqu'au Rocher, une association dont les membres vivent dans les cités, au contact des personnes en situation de précarité. C'est une « claque », et c'est un tournant dans sa vie.

« Je te promets des moments plus doux. »

Au quartier Mistral, banlieue défavorisée de Grenoble, Blandine trouve un « petit village » et se fait sa place. Sa joie de vivre et son sourire chaleureux aidant sans aucun doute, elle rencontre ses voisins, crée des amitiés et fonde en quelque sorte sa « deuxième famille ».

Pourtant, elle prend de plein fouet ce pour quoi elle était venue à l'origine : « j'avais besoin de voir la souffrance au plus près, et de comprendre ce que vivent les habitants des cités. Je ne voulais pas continuer à vivre comme si cette réalité n'existait pas ». Et de fait, la réalité est saisissante et Blandine assiste à ce que deviennent les jeunes lorsqu'ils sont livrés à eux-mêmes, sans perspec-



PAR INÈS GRANT

« Je ne veux pas vivre comme si la souffrance n'existait pas... »

tives, au contact du trafic de drogue. Elle accompagne de sa présence et de ses encouragements ceux qu'elle rencontre et finit par partager leurs angoisses. « Quand tu laisses de la place à quelqu'un dans ta vie, et donc que tu l'aimes, ses souffrances deviennent les tiennes », confie-t-elle gravement.

Contre ces soucis, elle trouve le remède de la foi et de la prière, qu'elle entretient quotidiennement et qui lui fournissent le courage de se lever chaque matin. « Il faut une immense dose d'espérance pour croire en l'avenir à leurs côtés. Et je

veux y croire, je veux leur dire 'je te promets des moments plus doux, et si tu veux, on va les chercher ensemble' ».

La recherche de cet avenir plus doux a d'autant plus de sens qu'en 2023, Blandine perd son frère, Rémi, qui meurt d'un cancer à 28 ans. Après une nuit à ses côtés, elle assiste à un lever de soleil magnifique depuis la chambre où elle veille. De ce moment si fort, elle tire une certitude qu'elle inscrit profondément en elle : « aucune douleur ne se terminera pas par un soulagement. Aucune nuit, aucune détresse, ne peut durer éternellement. La finalité sera toujours un lever de soleil et un soulagement ».

**Le courage de s'en sortir**

Six ans passés au quartier Mistral sensibilisent Blandine à la question du décrochage scolaire, qui concerne trop de jeunes des cités. Au sein du Rocher, elle fait de ces problématiques sa priorité. « Pour un enfant qui quitte l'école, les conséquences psychologiques sont sans appel. Il perd sa vie sociale et le lieu où il peut découvrir qui il est et ce qu'il vaut, au moment où il a le plus besoin de se sentir utile... »

Elle comprend rapidement qu'aider les jeunes à s'en sortir est quasiment impossible tant qu'ils restent dans les cités, et servent de petites mains au trafic de drogue. Alors avec l'association Nerri-vik, qui organise des missions scientifiques en mer sur un voilier, elle intègre quelques jeunes « qui ont le courage de s'en sortir » à l'équipage et les embarque pour ce qu'on appelle un « séjour de rupture ». « L'objectif était de leur faire découvrir une autre manière d'être, d'autres facettes plus positives de leur personnalité, et donc de grandir en confiance en eux » explique Blandine. Ce combat dans lequel elle s'est investie n'en est qu'à ses débuts, mais c'est pour elle une occasion de « grandir dans sa foi » et de « remettre sa réussite entre les mains de Dieu ». ●

## BIO EXPRESS

**Naissance :** 1<sup>er</sup> juillet 1993

**Profession :** éducatrice



## TÉMOIGNAGE

THOMAS

# « JUSQU'OU ES-TU PRÊT À ALLER DANS TA VIE POUR RÉUSSIR ? »

Thomas passe d'une vie accélérée de *trader*, à la colocation avec des personnes qui viennent de la rue. Ce changement de vie part d'une rencontre inédite au cœur du Canada !

IPROPOS RECUEILLIS PAR DÉCOUVRIR DIEU

Je m'appelle Thomas et j'ai 40 ans. Après avoir obtenu mon diplôme d'ingénieur j'ai postulé à mon travail de rêve, trader. C'était un métier avec beaucoup de stress mais tout se passait bien.

Un jour, j'ai fait le plus gros deal de ma carrière pour lequel on m'a félicité. Après cette journée je suis rentré chez moi et j'ai soudainement vu deux voitures avec deux familles qui dormaient dedans. Pour moi, c'était un peu un choc et c'est là que j'ai eu mes premières questions : 'Thomas, jusqu'ou es-tu prêt à aller dans ta vie pour réussir ? Est-ce que tu peux accepter de voir cela en bas de chez toi ?'

Je faisais le constat que je n'avais aucune hygiène de vie parce que je travaillais quinze heures par jour et que je dormais trois heures par nuit. En conséquence j'ai commencé à devenir angoissé, hypocondriaque et complètement insomniaque...

Alors j'ai un très bon ami qui m'a expliqué que je ne pouvais pas continuer comme ça et il m'a proposé de partir au Canada pour faire une retraite chez des religieuses. Les sœurs allaient certainement m'apporter une profondeur dans ma vie, et comme c'était loin je me disais qu'il était impossible que je fasse demi-tour.

Quelques mois plus tard je me retrouvais donc à Québec dans une communauté religieuse. Au moment où je suis arrivé il y avait une haie d'honneur avec tout le monde qui tapait dans ses mains en chantant. Je me demandais vraiment ce que je faisais là, pour moi j'étais chez les fous ! Alors je me suis souvenu que j'avais choisi cet endroit là justement parce que c'était sur un autre continent et qu'il était impossible de repartir. C'est là que j'ai finalement décidé de jouer le jeu à fond ! Or il se trouve qu'il y avait dans ma vie des blessures que je n'arrivais pas à pardonner. J'en étais



DÉCOUVRIR DIEU

## Peut-être que ton Bon Dieu existe, en fait !

incapable ! Puis dans cette communauté j'ai fait la rencontre de sœur Yvette qui m'a proposé de prier Jésus pour demander la guérison de mes blessures. Je lui ai répondu, 'Yvette, c'est hyper

cool ton idée, c'est super sympa, mais tu sais, moi, je ne crois pas trop en Jésus. Je trouve que c'est juste un mec cool. Mais elle m'a expliqué qu'elle allait tout de même prier pour moi.

Je serais bien incapable de dire si ça a duré trente secondes ou dix minutes. Par contre, ce dont je me souviens, c'est que j'ai vécu quelque chose de complètement surnaturel. Je me suis senti, d'un seul coup, visité par une espèce de force bienveillante, comme un feu qui venait visiter tous les membres de mon corps. Moi qui étais complètement anxieux et angoissé, d'un seul coup, je me réconciliais avec moi-même et je retrouvais enfin une sensation de paix.

Alors j'ai regardé Yvette et je lui ai dit, 'mais Yvette, il s'est passé un truc de dingue là ! Peut-être que ton Bon Dieu existe !' et elle m'a répondu : 'Ah ça, c'est sûr Thomas !'

Je sais alors que Dieu m'a fait venir ici, qu'il s'est manifesté en moi pour me dire : 'Thomas, je t'aime ! Et non seulement je t'aime, mais je t'aime depuis le début ! Et ça, c'était quelque chose d'extraordinaire.'

Bien sûr, les interrogations ne se sont pas terminées le jour où j'ai eu cette sorte de conversion foudroyante. Parce qu'après, c'était bien beau mais je me demandais, Seigneur, tu m'aimes, mais je fais quoi maintenant ?

Alors j'ai eu une rencontre avec un prêtre qui s'est dévoué pendant un an, tous les dimanches, après la messe, à répondre à toutes mes questions.

Puis un jour, on me propose de vivre en colocation avec des gens de la rue. J'ai accepté d'abord pour y passer quelques mois... et j'ai vécu comme ça pendant trois ans.

C'est là où j'ai eu l'occasion de vivre vraiment l'évangile au quotidien, et de vivre chaque jour un petit miracle ! ●

ALLER PLUS LOIN



PLUS DE TÉMOIGNAGES ?

DÉCOUVRIR  
**DIEU**



diner de Noël TAYLOR HEERY - UNSPLASH



EDB

### LE PÈRE MICHEL MARTIN-PRÉVEL

est membre de la communauté des Béatitudes depuis 1981. Veuf après trente-deux ans de mariage, et père de trois enfants, il a été ordonné prêtre en 2009. Il exerce un ministère d'accompagnement auprès de couples en difficulté et de divorcés. Il a publié de nombreux livres aux éditions des Béatitudes, dont *Divorcés, aimer encore* ou *Sacrée famille !*

## PSYCHO POSITIVE

### PÈRE MICHEL MARTIN-PRÉVEL

# GÉRER LES TENSIONS LORS DES RETROUVAILLES FAMILIALES

Noël est le lieu de la joie des retrouvailles et de la fête. Malheureusement, c'est aussi parfois l'occasion de tensions, d'agacement et de disputes difficiles à éviter quand des caractères ou des idées opposées se rencontrent. Quel comportement devons-nous adopter, lors de ces réunions familiales, pour mettre de côté nos différends et vivre ensemble un moment heureux ? Discussion avec le Père Martin-Prével, spécialiste des relations conjugales et familiales.

PROPOS RECUEILLIS PAR ANTOINE LEMAIRE

● **Les retrouvailles familiales sont un vrai paradoxe : on est content d'y participer mais on appréhende toujours un peu la manière dont elles vont se dérouler. D'où vient cette méfiance selon vous ?**

D'abord, il faut avoir à l'esprit que les retrouvailles se passent très bien dans beaucoup de familles. Ensuite, on trouve chez certains de la méfiance tout simplement parce qu'il y a une possibilité de conflit. Il arrive que des incompréhensions se dévoilent, que des souvenirs douloureux de blessures familiales soient réactivés. Quand on ne s'est pas réconcilié, on n'a pas envie de retrouver les gens avec qui on s'est disputé.

La fête de Noël est souvent un prétexte. En réalité, le moteur des retrouvailles, c'est la famille, la joie de revoir certains, et peut-être un désir de se réconcilier. Souvent, on a passé de nombreuses années ensemble durant l'enfance ou l'adolescence. C'est cette mémoire qui s'agite en nous. D'ailleurs, la famille reste, à 90% dans les sondages, le lieu où l'on peut être heureux et vivre de belles choses.

● **Si chacun fait un effort pour supporter les différences et les divergences, tout devrait bien se passer. Mais être en permanence dans le contrôle n'est pas agréable, alors comment pro-**

**fiter quand même du moment sans s'effacer ?**

Il faut d'abord être soi-même, ne pas jouer un rôle. Ensuite, on peut essayer de ne pas s'imposer aux autres. C'est un excellent exercice de fraternité. N'oublions pas qu'on ne se retrouve pas uniquement entre frères et sœurs. On retrouve aussi souvent les autres générations, les parents et les grands-parents. Ce sont eux qui nous rassemblent, et qui donnent ce principe d'unité très important. On est là avant tout pour leur faire plaisir. Cela peut nous pousser à mettre un peu en sourdine des discussions qu'on aimerait avoir et qui risquent d'être orageuses. Il ne s'agit pas de s'effacer mais de vivre l'amour



familial, qui se compose de petits actes. On peut se faire des sourires, s'encourager, ne pas toujours parler mais s'écouter les uns les autres, se manifester de la tendresse... On peut aussi veiller à l'attention qu'on porte aux autres et à leurs réactions à nos propres paroles. Écouter quelqu'un permet de le découvrir plus en profondeur. On ne peut pas réduire quelqu'un à quelques mots ou à quelques idées !

● **Quand quelque chose coince, faut-il être honnête et prendre le risque de « plomber l'ambiance » ou bien se taire et subir ?**

On n'est pas dans une joute. L'objectif n'est pas de vaincre ou convaincre. Évitions les sujets de politique ou de religion et les questions sociétales. Et taisons-nous quand l'autre développe une théorie qui ne nous plaît pas. On a un autre absolu au-dessus : construire notre famille.

Quand un membre de la famille est un peu différent, et a des idées divergeantes, il est plus difficile de faire l'unité. Pourtant, c'est une richesse ! Il faut faire droit à celui qui nous ressemble le moins pour qu'il ait la même place que les autres. C'est là que la notion de charité prend son sens, c'est l'amour au sens fraternel du terme. Et c'est là que les parents et grands-parents sont très importants. Ils ont la possibilité de corriger des attitudes, de reprendre en aparté des comportements qui sont particulièrement difficiles à vivre pour les autres. Gardons à l'esprit une chose : on vient à une réunion de famille parce qu'on l'attend, et qu'on en attend quelque chose. Le fait que chacun ait fait l'effort de venir doit être honoré par tous.

● **Et quand les émotions prennent le dessus, qu'on a envie de s'énerver, comment se calmer et éviter d'aller à la confrontation ?**

La colère vient des agacements et des différences qu'on ne supporte pas. C'est une bonne énergie – déclenchée par le sentiment d'injustice – qui est très mal employée. Elle finit forcément par faire des dégâts. Pour l'éviter, il faut fuir l'objet de notre colère, donc fuir la situation. Changer de pièce, sortir prendre l'air... et tout finira par se

calmer. On est vainqueur de sa colère quand on la maîtrise et qu'on la met de côté. Il ne s'agit pas de la nier, mais bien de la remettre à plus tard, ou de la régler personnellement, sans se servir des autres.

● **Quelques conseils de choses à dire ou à faire pour mettre la joie autour de nous ?**

Lors d'une fête comme celle de Noël, c'est la joie qui est attendue, car elle est liée au rite de la naissance de Jésus. Donc mettons nos antagonismes de côté. Ce qui fait beaucoup de bien en famille, c'est l'humour. Soyons drôles ! Mais attention, car l'humour peut tout doucement glisser vers l'ironie. L'ironie revient à rire de l'un de nous pour amuser le reste de la galerie. C'est un ferment de division et ça fait beaucoup de mal. La joie vient aussi souvent des jeux. On a joué enfants

et adolescents ensemble, eh bien jouons de nouveau, entre générations cette fois. Je conseille aussi d'éviter les écrans, qui développent l'indifférence et l'évitement. Ou alors regardons un film tous ensemble.

● **Que peut-on demander à Dieu dans notre prière pour passer de bons moments lors des retrouvailles en famille ?**

On peut lui demander l'art de bien se disputer (rires). Une famille n'est pas un endroit où il n'y a pas de disputes, c'est un endroit où on sait se disputer, où on arrive à retrouver directement le chemin du cœur de l'autre, sans s'attarder sur ce qui a été désagréable.

On peut aussi Lui demander de remplir notre cœur de bienveillance. Qu'Il nous pousse à veiller au bien. En famille, on retire du bien-être du fait de se savoir en union et en paix avec les autres. C'est notamment parce qu'on s'est réconcilié qu'on retrouve la paix. La paix est un travail dont nous sommes les artisans. Demandons là aussi à Dieu. Et puis cherchons la patience, qui n'est rien d'autre que l'amour. Saint Paul le dit dans sa lettre aux Corinthiens : « l'amour prend patience ». Si nous vivons dans une famille qui a la foi, prenons le temps de dire ensemble un « Notre Père » ou un « Je vous salue Marie ». ●

« L'amour familial se compose de petits actes, sourires, encouragements, écoute... »

**ABONNEZ-VOUS À L'1VISIBLE**

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

CP : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Ville : .....

Tél : .....

Mail : .....

**Abonnement Simple**

**Retrouvez 6 fois par an 2 exemplaires de votre journal :**

une sélection d'infos positives qui donne à voir l'essentiel

	Par chèque
<b>Abonnement annuel 1 AN</b> (2 exemplaires, 6 fois/an*)	<input type="checkbox"/> 48,48€ <input type="checkbox"/> 30,00€ (personnes en difficulté financière)
<b>Abonnement annuel 2 ANS</b> (2 exemplaires, 6 fois/an*)	<input type="checkbox"/> 88,08€

**Abonnement Mission**

**Distribuez autour de vous 20 ou 40 journaux**

remplis de la Bonne Nouvelle

	Par chèque
<b>Abonnement annuel 20 exemplaires</b> 6 fois/an*	<input type="checkbox"/> 98,40€
<b>Abonnement annuel 40 exemplaires</b> 6 fois/an*	<input type="checkbox"/> 148,80€

\* 6 fois/an = février (couplets), avril (Pâques), juin, septembre, novembre (Toussaint) et décembre (Noël)

1. Renseignez vos coordonnées
2. Choisissez votre abonnement
3. Envoyez votre coupon à :

**L'1visible**

89 bd Auguste Blanqui,  
75013 Paris  
(chèque à l'ordre de L'1visible)

**Abonnement en ligne :**  
**l1visible.com**



ALLER PLUS LOIN



**ESPRIT DE FAMILLE**

De Michel Martin-Prével,  
Editions des Béatitudes,

En librairie le 26 février 2026

RETROUVEZ  
TOUS LES ARTICLES  
DE PSYCHO-POSITIVE  
SUR NOTRE SITE  
INTERNET



“Flashez-moi avec votre téléphone”

**Soutenez la formation  
de vos séminaristes,  
Faites un don à  
l'Œuvre des Vocations**

**Il est devenu  
prêtre  
grâce à vous  
et pour vous**

[oeuvredesvocations.fr](http://oeuvredesvocations.fr)

**ŒUVRE  
DES  
VOCATIONS**  
Diocèses d'Ile-de-France



Œuvre des Vocations  
15 rue des Ursins, 75004 Paris - 01.78.91.93.20

**LA FOI, C'EST PAS SORCIER**

## A LA DÉCOUVERTE DES 7 SACREMENTS !



*Les sacrements sont les trésors les plus précieux que Dieu a donnés à l'Eglise. Mais à quoi servent-ils ? Ne sont-ils que des symboles ? Est-ce la « to do list » du chrétien ? Frère Paul-Adrien nous explique comment ces 7 sacrements agissent en nous.*

PAR ANNE-LAURE COLIN



© GABRIEL UBERTI

### LE BAPTÊME

On peut parler d'une ligne de départ, le début du grand marathon de la vie sacramentelle du chrétien. Le baptême est une porte d'entrée dans l'Eglise et dans le Royaume de Dieu. Par l'eau versée sur nos fronts, nous renaissions avec une âme lavée du péché et nous devenons enfants de Dieu.

### L'EUCCHARISTIE

L'eucharistie, c'est le sommet de la vie chrétienne. Sous les apparences du pain et du vin, le Christ se donne à nous pour nourrir nos âmes et nous unir à son sacrifice. Dans ce sacrement, Dieu se donne tout entier, signe de son immense humilité.

### LA RÉCONCILIATION

Malgré nos péchés, Dieu nous appelle toujours à revenir vers lui. C'est le Christ lui-même, qui, par le biais du prêtre, nous pardonne nos péchés, restaure en nous la grâce de Dieu et nous permet de retrouver notre paix intérieure !

### LA CONFIRMATION

La confirmation, c'est le sacrement de la maturité chrétienne. Par l'onction du saint Chrême, une huile sainte qui porte l'Esprit Saint sous l'impo-



JOSH APPLEGATE-UNSPASH

sition des mains de l'évêque, nous recevons la plénitude du Saint-Esprit, les 7 dons divins et le courage d'annoncer l'Evangile. Grâce à ce sacrement, nous acceptons la mission de Dieu, d'aller illuminer le monde.

### L'ORDINATION

Jésus confie à des hommes choisis, la mission de sanctifier et guider son peuple. Grâce au sacrement de l'ordination, ces hommes deviennent prêtres, célébrant la parole de Dieu, tout cela au nom du Christ.

### LE MARIAGE

Le mariage est un projet divin, un appel à l'union et à la fidélité. « Ce que Dieu a uni, que l'homme ne le sépare pas ». L'homme et la femme s'unissent, ils reçoivent la grâce d'aimer comme Dieu aime son Eglise. Le mariage est un chemin de sainteté, un reflet vivant de l'amour de Dieu.

### LE SACREMENT DES MALADES

Face à la souffrance ou à la mort, Dieu ne nous abandonne jamais ! Par le sacrement de l'onction des malades, le Christ continue d'apporter sa consolation et sa force aux plus souffrants. Ainsi le malade reçoit le réconfort de l'Esprit Saint, il est soutenu dans l'épreuve et il est pardonné, même s'il ne peut plus se confesser !





LE CATHO DE SERVICE



LE CATHO DE SERVICE

## RÉSEAUX

### LE CATHO DE SERVICE

# LE BON CÔTÉ DES RESEAUX EXISTE !

Victor Dubois de Montreynaud est présent sur YouTube et Instagram sous son pseudonyme « Le Catho de service ». Il y parle de Dieu et vulgarise la foi catholique pour aider ceux qu'elle questionne. Dans L'Invisible, il témoigne de son métier et donne des clés pour appréhender les réseaux sociaux, qui font aujourd'hui partie intégrale de notre quotidien.

ANNE-LAURE COLIN

#### ● Quelle est votre histoire avec les réseaux sociaux ? et la foi ?

Au départ, j'utilisais les réseaux sociaux comme tout le monde. Je parlais déjà beaucoup de Dieu avec les gens autour de moi. Et Dieu arrivait dans les sujets de conversation un peu sans prévenir. Je trouvais ça curieux et sympa. Il en ressortait beaucoup de joie, et les gens étaient intéressés. J'ai compris alors que Dieu avait des choses à dire et que visiblement, c'est peut-être en partie à travers moi qu'il voulait le faire. Alors je suis allé sur les réseaux sociaux pour en parler plus largement. Progressivement, ça a pris, les gens ont commencé à se convertir... j'ai pris ça comme une responsabilité. J'ai grandi dans une famille catholique pratiquante. A la fin de l'adolescence, j'ai voulu vérifier la foi. Je ne voulais pas croire juste parce que mes proches croyaient.

Alors je me suis intéressé aux autres religions, et j'ai voulu voir si les arguments historiques, physiques, métaphysiques, archéologiques tenaient debout. Je n'ai rien trouvé de plus cohérent que ce qu'enseigne l'église catholique. Ses arguments donnent des réponses et combinent émotionnellement, affectivement, intellectuellement. J'ai vérifié ma foi catholique et je l'ai gardée. Aujourd'hui je suis heureux ! (rires) C'est vraiment la cohérence de cette foi qui m'a convaincu.

#### ● Selon vous, en quoi les réseaux sociaux peuvent être un outil intéressant pour les jeunes ?

On peut y apprendre énormément de choses ! Il y a toutes les bibliothèques du monde sur internet. Et sur les réseaux, de nombreuses personnes vulgarisent toutes ces bibliothèques, et peuvent nous les enseigner.

Dans mon domaine, je pense par exemple à Porta Fidei (une chaîne de vulgarisation de la théologie), ou Padreblog (trois prêtres qui parlent de spiritualité).

Et puis bien sûr, si on veut dire ou transmettre quelque chose, c'est aussi un moyen très efficace de toucher beaucoup de monde – tant qu'on respecte les codes.

#### ● Et quoi peuvent-ils être dangereux ? Comment les appréhender positivement sans risquer de devenir « accroc » ?

Sur les réseaux, le faux peut aller très vite ! Surtout s'il est dit de manière attrayante. Ensuite, ceux qui ont créé les réseaux ne s'en cachent même pas : ils les ont créés de manière à rendre les utilisateurs addicts. Ainsi, ils gagnent de l'argent grâce aux publicités. Ils ne font pas de la philanthropie ! Pour contrer ça, on peut éduquer l'algorithme, qui est un robot qui calcule nos centres

d'intérêts pour nous proposer des vidéos ou du contenu à regarder.

On peut alors « liker » ou enregistrer telle vidéo pour ensuite faire comprendre au robot les sujets qui nous intéressent. Ensuite, si ça devient trop addictif, le mieux est de mettre des filtres. Des applications existent pour cela.

#### ● Il est parfois difficile de prendre du temps pour entretenir sa foi dans ce monde ultra-connecté. Avez-vous des conseils pour répartir son temps de manière saine ?

Il faut garder à l'esprit que ce n'est pas ce qu'on fait sur les réseaux qui doit influencer ce qu'on fait dans la vraie vie. Mais bien le contraire. Dans mon cas, j'essaie d'être un vrai chrétien dans la vie de tous les jours, et quand je vais sur les réseaux, je parle de Dieu.

Sur les réseaux, on a tendance à ne pas voir le temps passer, et donc il faut être d'autant plus vigilant. On peut prévoir un temps pour prendre soin de sa foi. C'est une illusion de croire qu'on se repose en étant sur les réseaux. Je conseille de se consacrer d'abord à la relation avec les gens, et de relayer les écrans au second plan. Si on veut se distraire, privilégions ce qu'il y a autour de nous. Les téléphones et les écrans restent des outils plutôt qu'une manière de vivre. ●

# NOËL DANS L'ASSIETTE

Sapins, papillotes au chocolat et éclats de rire, voilà la fin d'année où Noël rime avec gourmandise ! Des recettes de fête savoureuses pour partager de bons moments pendant les grands repas familiaux.

## BOEUF WELLINGTON

POUR 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 40 MINUTES / CUISSON : 1 HEURE

### Ingrédients :

1 rôti de bœuf (1kg)  
400 g de pâte feuilletée  
1 gros oignon  
400 g de champignons de Paris  
50 g de beurre  
5 cl de cognac  
1 jaune d'œuf

### La sauce au Cognac :

1 échalote  
10 g de beurre  
1 c. à soupe de cognac  
2 c. à soupe de fond de veau  
20 cl de crème liquide  
Sel, poivre

### Préparation :

1. Pelez et hachez finement l'oignon et les champignons. Dans une poêle, faites fondre 20 g de beurre et faites revenir les légumes. Salez et poivrez. Laissez refroidir.
2. Dans une cocotte, faites fondre le reste de beurre et faites dorer le rôti sur toutes les faces 5 min à feu vif. Flambez avec le cognac. Laissez refroidir.
3. Préchauffez le four à 200 °C. Étalez la pâte en deux rectangles sur une épaisseur de 3 mm puis, déposez un peu de farce aux champignons au centre, puis le rôti refroidi et recouvrez-le du reste de farce.
4. Posez le second rectangle de pâte par-dessus et pressez les bords pour bien sceller la croûte. Dorez toute la surface au jaune d'œuf et enfournez pour 30 min.
5. Pour la sauce, ciselez très finement l'échalote, puis faites-la suer et faites flamber avec le cognac. Ajoutez 10 cl d'eau et le fond de veau, laissez réduire, puis versez la crème. Salez et poivrez.
6. Sortez le rôti du four et servez-le avec la sauce. Dégustez !



## KAISERSCHMARRN

POUR 4 PERSONNES / PRÉPARATION : 15 MINUTES



### Préparation :

1. Dans un saladier, mélangez le lait, la farine, le sel et les jaunes d'œufs.
2. Dans un second saladier, battez en neige les blancs d'œufs avec le sucre.
3. Mélangez le contenu des deux saladiers.
4. Dans une poêle bien chaude, faites fondre le beurre puis cuisez la préparation comme s'il s'agissait d'une crêpe (comme il y a beaucoup de préparation, vous pouvez le faire en deux fois).
5. Cassez la « crêpe » obtenue avec une fourchette et servez-la encore chaude ou tiède, saupoudrée de sucre glace. Vous pouvez l'accompagner de confiture de prune ou de compotes de pomme.

*Le saviez-vous ? Le Kaiserschmarrn, traduit par « crêpe de l'empereur », est une spécialité incontournable autrichienne. Cette préparation sucrée était couramment servie à la table de l'empereur François Joseph Ier et de sa femme l'impératrice Sissi. Selon l'une des nombreuses légendes de la création de ce plat, le cuisinier impérial s'efforçait de préparer des desserts pour Sissi et apporta un jour ces crêpes. Or l'impératrice n'ayant pas apprécié, François-Joseph goûta.. et apprécia le plat et l'appela : « Kaiserschmarrn ». Voilà donc un dessert impérialement délicieux !*

### Ingrédients :

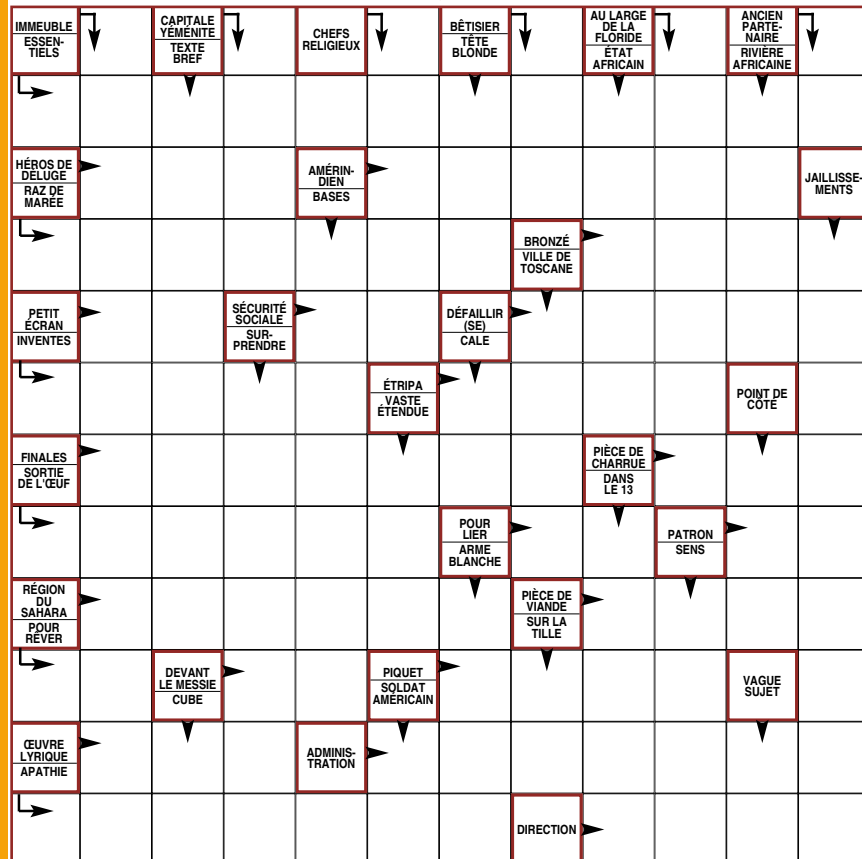
150g de farine  
30g de sucre  
25cl de lait  
4 œufs  
1 pincée de sel

### Le petit plus :

Dans la recette traditionnelle il y a une petite poignée de raisins secs, vous pouvez donc en ajouter !



# Mots fléchés

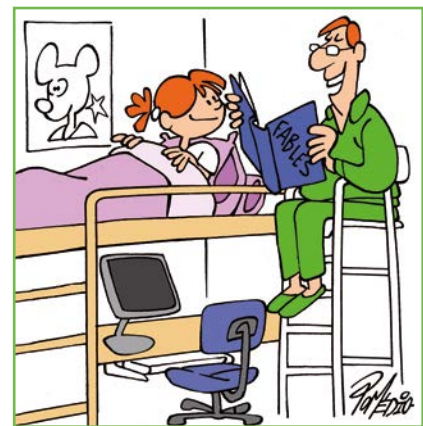
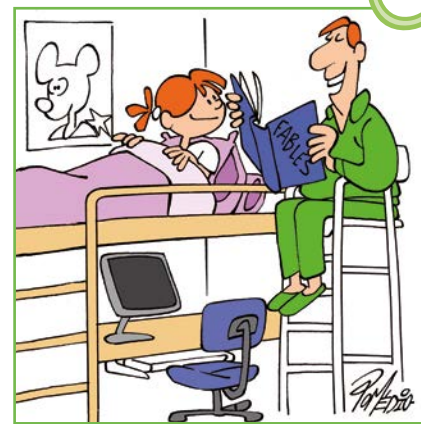


# Sudoku

7		9	8					
	1	5		3				4
	8				7			
	5		2		1	4		
	3	1	9		7	5		2
4	7	2	8	5				9
						2	4	
		6		1	2			
8		7	4				1	

FACILE

# 7erreurs



# Mot mystère



D R A C U A F I T A B M O C  
E S I R R R E B G S E E I A  
R T U I E E I R U O N N G E  
O N R C R G N D A R A A L E  
H E U I U O I E O B C L E T  
P P A I R F T M R E I U S C  
E R N I I Q C E U T H Q S A  
P E C B U S A N E F C C U P  
N S S A T I U V O V O N R E  
O O T U R S O E O N A E R A  
R E P A R D S L V I N D E K  
R A P I N I E I E D N E E B  
A I R O N I V E R O L E T E  
M F U E T E N E F E R I O N

Rayez dans la grille les mots de la liste ci-dessous pour découvrir le MOT MYSTÈRE dont voici la définition :

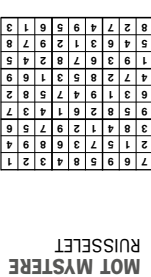
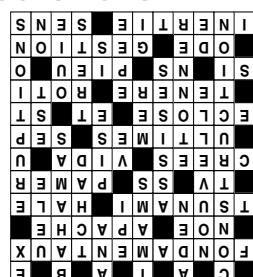
« PETIT COURS »  
(9 lettres).

Les mots peuvent être lus horizontalement, verticalement ou diagonalement, de droite à gauche, de gauche à droite, de haut en bas et de bas en haut.

Un conseil ! Rayez d'abord les mots les plus longs.

- |         |          |         |       |         |         |
|---------|----------|---------|-------|---------|---------|
| ACTINIE | CHICANE  | ÉTEUF   | MORNE | PRAIRE  | TORII   |
| AGACE   | CINABRE  | ÉVADÉ   | NEBKA | PRENDRE | VÉROLE  |
| AUNAIE  | COMBATIF | FAUCARD | NOIRE | QUATER  | VESOU   |
| AVOINE  | CONVIVE  | FONDRE  | NONNE | RABIQUE | VÉTILLE |
| BIFIDUS | CRÉNÉ    | FUCUS   | NORIA | SERPENT | VIRUS   |
| BIGUINE | ÉPACTE   | FUMIGER | OPINE | SORBET  |         |
| CARDÉ   | ÉPHORE   | GOALS   | PARIA | TANIN   |         |
| CÉANS   | ÉPUCER   | MARRON  | PÉRIR |         |         |

## SOLUTIONS



1. Réponse A : Cette cité maya de la période classique (250-950) se situe au Honduras.  
2. Réponse B : Le Français Alfred Cortot (1877-1962) était un célèbre pianiste. Il a fondé l'école normale de musique.  
3. Réponse C : La bataille de Marignan en 1515 est la victoire du roi de France François I<sup>er</sup> sur les Suisses. Elle préluait à la reconquête du Milanais par les Français.  
4 - Les pages du livre 5 - Les cheveux de la petite fille 6 - Le pied de l'écran 7 - Les lunettes  
7 ERREURS

# Quiz

1 - Où se situe le site maya de Copán ?

- A. Au Honduras
- B. Au Guatemala
- C. Au Mexique
- D. Au Costa Rica

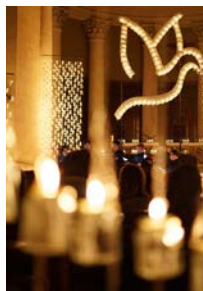
2 - Alfred Cortot était un célèbre...

- A. Mathématicien
- B. Pianiste
- C. Archéologue
- D. Ministre

3 - Quel roi est à l'origine de la bataille de Marignan ?

- A. Henri II
- B. Louis XIV
- C. François I<sup>er</sup>
- D. Louis XI

## DES CONCERTS DE MUSIQUE SACRÉE À LA BOUGIE



Du 10 au 14 décembre 2025, 16 concerts en Ile-de-France  
18,99€/place



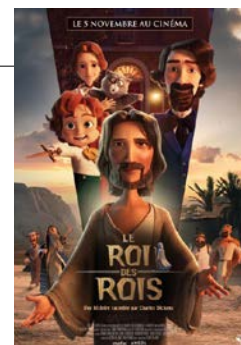
## ROI DES ROIS, UN FILM POUR NOËL

Un livre de Charles Dickens sort au cinéma. *Oliver Twist* ? Non, voilà *Roi des Rois*, le nouveau film d'animation distribué par Saje Distribution, sorti le 5 novembre dans les salles françaises. Le dessin animé s'inspire librement de l'œuvre de l'écrivain anglais « La Vie de Notre Seigneur », qu'il écrivit pour ses enfants afin d'animer les soirées enneigées de Noël.

Le film décrit l'histoire d'un petit garçon turbulent, Walter, qui ne rêve que de chevaliers et de la légende du roi Arthur. Pour l'occuper, son père, Charles Dickens, décide de lui raconter la vie du « Roi des Rois » : Jésus-Christ. Grâce aux talents de conteur et à l'imagination débordante du célèbre romancier, Walter va vivre une aventure palpitante et découvrir une des plus belles histoires de l'humanité.

Un film à regarder ensemble, petits, moyens et grands dans l'effervescence de Noël. Un grand voyage familial pour découvrir ou redécouvrir l'une des plus belles histoires jamais contées !

***Roi des Rois*, un film de Seong-Ho Yang, dans les salles de cinéma depuis le 5 novembre, 1h43.**

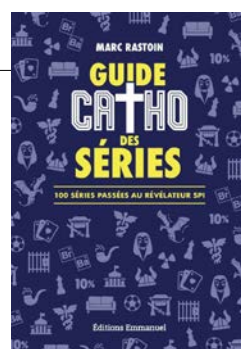


## LE GUIDE POUR CHOISIR UNE SÉRIE

Netflix, Prime Vidéo, YouTube, il est difficile de faire un choix face à l'océan de séries. Des contenus parfois trop violents, trop immoraux, trop courts, trop longs... Mais alors, être chrétien et regarder des séries, est-ce vraiment possible ? Pour répondre à ce dilemme, l'écrivain Marc Rastoin propose aux Editions de l'Emmanuel le *Guide catho des séries*. Un ouvrage pour aider les lecteurs à aller plus loin qu'un simple visionnage en leur offrant un regard chrétien sur ces séries.

Car pour Marc Rastoin, au-delà d'une belle histoire, ces contenus amènent à réfléchir sur l'humanité. Les séries en disent long sur les peurs, les angoisses mais aussi les joies des hommes. De *Prison break* au *Bureau des légendes* en passant par *Games of Thrones*, Marc Rastoin conseille et détaille plus de 100 séries. Connues ou méconnues, ces séries sont intégralement passées au « révélateur spi ». Des conseils expliqués dans la bonne humeur et avec une pointe d'humour !

**Marc Rastoin, *Guide catho des séries*, Editions de l'Emmanuel, octobre 2025, 400 pages, 24€**



## NE RESTEZ PAS SEULS

Vous ne savez pas comment prier ? Vous avez un souci à confier ? Ou vous avez besoin d'être accompagné dans votre prière ? Sur SOS Prière, 200 priants chrétiens bienveillants, formés, écoutent et prient avec les visiteurs qui viennent déposer leurs intentions de prière en toute confidentialité par téléphone (**09 80 80 64 40**).



On n'est jamais prêt à la prématurité.  
Elle s'impose, sans prévenir, et nous apprend à aimer dans l'incertitude.  
C'est une histoire d'amour, de foi et d'espérance.  
Mon miracle de Noël... une lumière née au cœur de l'hiver.

Disponible en précommande sur Amazon  
Parution le 25 décembre 2025  
Marie-Laure VERMIGNON

## LE DESSIN DU MOIS



## L'1VISIBLE

Ce bimestriel catholique est édité par PRODEO  
89, boulevard Blanqui  
75 013 Paris  
SAS au capital de 447 136 euros  
Tél : 01 58 10 75 17  
www.l1visible.com

Directeur de la publication  
• Hubert de Torcy

Directrice de la rédaction  
• Maylis Perreau

Impression  
Roto Champagne  
52000 Chaumont  
Dépôt légal : à parution  
N° ISSN : 2106-7872

Rédaction  
• Antoine Lemaire  
redaction@l1visible.com

Abonnement  
• Marie-Jeanne Maurice  
contact@l1visible.com

Régie publicitaire  
• Hubert Godet  
hgodet@prodeopub.com  
• Chloé Durand  
cdurand@l1visible.com

Amis lecteurs, tous les jeudis, de 11h30 à midi, l'équipe de L'1visible prie à votre intention.



# VOTRE DON SOUTIENT DES VIES...



**Pour changer  
le monde**  
*près de  
chez vous !*

Créée en 2010 par l'Église catholique dans les Hauts-de-Seine pour soutenir les actions d'entraide solidaire, d'éducation et de culture dans le département, la Fondation Sainte-Geneviève est animée par une démarche inconditionnelle au service des personnes dans la grande précarité et de la jeunesse en difficulté, qui ont avant tout besoin d'être considérées et responsabilisées. Cette année, ce seront près de 50 projets à taille humaine qui seront soutenus et financés dans la durée grâce à vos dons.

Antony ●  
Asnières ●  
Bagneux ●  
Bourg-la-Reine ●  
Boulogne-Billancourt ●  
Bois-Colombes ●  
Garches ●  
Courbevoie ●  
Issy-les-Moulineaux ●  
Gennevilliers ●  
Colombes ●  
Clichy ●  
Chaville ●  
Clamart ●  
Châtillon ●  
Châtenay-Malabry ●  
Fontenay-aux-Roses ●  
Suresnes ●  
Sèvres ●  
Sceaux ●  
Saint-Cloud ●  
Rueil-Malmaison ●  
Puteaux ●  
Nanterre ●  
Neuilly ●  
Montrouge ●  
Meudon ●  
Marnes la Coquette ●  
Malakoff ●  
Levallois-Perret ●  
Le Plessis-Robinson ●  
La Garenne-Colombes ●  
La Défense ●  
Vaucresson ●  
Vanves ●

## ... À 2 PAS DE CHEZ VOUS !

**600**

projets soutenus

**150**

associations accompagnées

► Soutenez notre action sur  
[fondationsaintegenevieve.org](http://fondationsaintegenevieve.org)

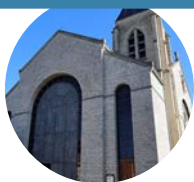
*Merci !*

Don  
déductible  
de vos  
impôts !



GRÂCE AUX LEGS,  
L'ÉGLISE CATHOLIQUE  
DANS LES HAUTS-DE-SEINE  
FINANCE DES PROJETS

Entretien et construction  
des églises



Catéchisme des jeunes  
et des adultes



Formation  
des prêtres



et bien d'autres  
choses encore...

Pour plus d'information :



[legs.diocese92.fr](http://legs.diocese92.fr)

NOTRE ÉQUIPE VOUS  
ACCOMPAGNE À TOUTES LES  
ÉTAPES DE VOTRE DÉMARCHE

## TRANSMETTRE À L'ÉGLISE CATHOLIQUE \* DANS LES HAUTS-DE-SEINE, UN ACTE DE FOI.

\* Une démarche de legs  
préserve vos héritiers.

" Grâce à  
l'accompagnement  
du service legs du diocèse,  
j'ai pu prévoir  
sereinement  
ma succession.  
Je suis apaisée  
et heureuse de pouvoir  
aider l'Église  
après mon décès. "

Denise, 78 ans



**Prenez contact avec Julie Langlois**

Responsable Relations Bienfaiteurs  
pour l'Association  
diocésaine de Nanterre



## Demande d'information en toute confidentialité.

À envoyer sous enveloppe affranchie à : Association diocésaine de Nanterre, 85 rue de Suresnes, 92000 Nanterre



☐ **Oui**, je souhaite recevoir gratuitement  
et sans engagement de ma part, la brochure  
de l'Association diocésaine de Nanterre dédiée  
aux legs, donations et contrats d'assurance-vie.

☐ Je souhaite qu'une personne du Service  
Relations Bienfaiteurs, prenne contact  
avec moi de façon confidentielle.

**Voici mon téléphone** (fixe ou portable) :

.....

**Voici mon adresse email :**

.....

**Mes coordonnées :**

☐ Mme ☐ M.

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Code postal : ..... Ville : .....

Dans le cadre de la Réglementation Générale sur la Protection des Données (RGPD), nous vous informons que vos données personnelles font l'objet d'un traitement informatisé par l'Association diocésaine de Nanterre pour la gestion de ses relations avec ses bienfaiteurs. Elles sont conservées pendant la durée strictement nécessaire à la réalisation de la finalité précitée. Conformément à la réglementation applicable, vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données à caractère personnel vous concernant, demander leur rectification ou leur effacement ou vous opposer au traitement de vos données en contactant : Association diocésaine de Nanterre, 85 rue de Suresnes, 92000 Nanterre.

Église catholique  
dans les Hauts-de-Seine

LEGS | DONATION | ASSURANCE-VIE