

**Soleil**, joyeux soleil qui illumines le monde,  
Brûlant soleil qui chauffes nos corps et donne envie d'aimer,  
Ardent soleil qui éclaires nos yeux et permet la connaissance,  
Vibrant soleil tantôt fort, tantôt doux, saisons des émotions,  
Vivant soleil qui se lève et qui se couche, ingrédient de la vie,  
Merci à toi, beau soleil de nos existences.

### **Dépression**

Je suis aveugle. Tout est sombre autour de moi. Eclaire-moi !  
Je suis sourd. Tout est silence en mes profondeurs. Parle-moi !  
Je suis muet. Tous mes appels sonnent dans le vide. Ecoute-moi !  
Je suis paralysé. Toute mon énergie m'a quitté. Soutiens-moi !

### **Désirs**

J'ai faim. Ma vie aspire à être rassasiée d'amour et de beauté.  
J'ai soif. Mon esprit veut être abreuvé de sens et de lumière.  
J'ai froid. Mon corps attend une présence douce et chaude.  
J'ai peur. Mon cœur cherche un refuge sûr et un rempart fort.

### **La famille.**

Je suis le berceau où tu as trouvé naissance, le nid où tu peux grandir.  
Je suis l'école de la vie sociale et l'hôpital des blessures de ton cœur.  
Je ne suis pas une banque d'affaires, ni un hôtel de passage.  
Je suis un refuge et un abri contre les intempéries de l'existence.  
Je suis une salle des fêtes pour toutes les occasions de se retrouver.  
Je suis ta famille, la maison où tu es chez toi, ton foyer.

## **Dignité.**

Je suis plus qu'un animal évolué ou un ordinateur doté de sensibilité.

J'ai une conscience libre avec la possibilité de faire des choix éclairés.

J'ai une volonté intelligente, capable de connaissance et d'amour.

J'ai un esprit incarné, une âme spirituelle dans un corps matériel.

J'ai des droits individuels inaliénables et les devoirs sociaux correspondants.

J'ai la dignité d'une personne et la valeur d'être à l'image de Dieu.

Rien ne me le supprimera, nul ne me l'enlèvera.

## **L'Espérance parle au Malheur.**

Ne t'aigris pas, ne t'isole pas, ne te révolte pas ! Approche-toi de moi et unis-toi à moi.

Je suis l'espérance et je ne déçois pas. Je suis promesse d'éternité et messagère de Dieu.

En moi, tu trouveras la chaleur d'un foyer, la fraîcheur d'une source, la clarté d'une étoile.

Auprès de moi, tu ne te fatigueras pas ; avec moi, tu ne te perdras pas.

Dans la soif, je suis ton eau ; dans la faim, je suis ton pain ; dans la nuit, je suis ta flamme.

Moi l'espérance, je suis l'amour victorieux de la haine, la vérité plus forte que le mensonge,  
la vie détruisant la mort.

## **Emotions**

Quand je vois que je vais perdre, j'ai peur.

Quand vois que je perd, je suis en colère.

Quand je vois que j'ai perdu, je suis triste.

Quand je vois que je vais gagner, j'ai de l'espoir.

Quand je vois que je gagne, je suis dans la joie.

Quand je vois que j'ai gagné, je suis en paix.

## **Tristesse**

Qui est-tu ma tristesse ? Chagrin d'une perte ou douleur d'une peine ? Nostalgie du passé ou regret d'une faute ? Désolation dans l'épreuve ou affliction dans le malheur ?

Que veux-tu ma tristesse ? Mes larmes pour guérir de mes blessures. Mon repos pour changer mes désirs. Le refus des pensées négatives au profit des images agréables.

Que dis-tu ma tristesse ? Une invitation aux confidences et aux loisirs. Une crainte du désespoir et de la dépression. L'utilité des sentiments de deuil et de manque.

## **Colère.**

Qui es-tu, ma colère ? Une émotion saine difficile à maîtriser. Un orgueil blessé qui veut dominer et effrayer. Une source d'énergie qui peut devenir une force de destruction.

D'où viens-tu, ma colère ? Une pulsion de haine ou un sentiment d'injustice ? Irrité par une personne ou énervé par une situation ? Caractère irascible ou tempérament susceptible ?

Que veux-tu, ma colère ? Envie de crier ou de frapper à réorienter vers une action louable. Désir de vengeance qui doit demander pardon. Rétablir le calme avant de décider.

Que dis-tu, ma colère ? Fureur déraisonnée qui génère des troubles cardiaques ou digestifs. Cause de cécité intellectuelle. Dangereuse pour la paix en soi, avec les autres et avec Dieu.

## **Les âges de la vie.**

Durant l'enfance, c'est l'amour captatif qui domine, l'amour qui reçoit.

Chez l'adulte, c'est l'amour unitif qui domine, l'amour qui échange et unit.

Pour le vieillard, c'est l'amour oblatif qui domine, l'amour qui donne.

## **Les trois causes.**

Le constructeur est celui qui fait les murs de la maison, la cause efficiente, l'agent.

Dieu est cause efficiente car tout vient de Lui, tout sort de Lui, tout part de Lui.

L'architecte est celui qui conçoit les plans de la maison, la cause formelle, le modèle.

Dieu est cause formelle car tout est en Lui, en quelque manière comme Lui.

Le propriétaire est celui qui veut le confort de la maison, la cause finale, le but.

Dieu est cause finale car tout est à Lui, tout est pour Lui, tout va vers Lui.

### **De l'égoïsme à l'altruïsme.**

Dans une sonate de piano, l'artiste joue de ses deux mains. La gauche soutient la droite.

Fais de ta vie un récital, la musique de l'amour de soi soutenant celle de l'amour des autres.

Mais certains pianistes sont aussi chanteurs. Tu peux ajouter la cantate de l'amour de Dieu.

## L'ARBRE PARLE A LA RIVIERE.

### **Le printemps est là. L'arbre dit à la rivière :**

Que tu es belle, ma bien-aimée, que tu es belle ! Tu as grandi à mes côtés, tu es ma sœur, ma fiancée. Tu ne me quittes ni le jour, ni la nuit, mon amie. Tu sculptes ton chemin parmi les rochers jusqu'à baigner ma terre. Ma ramure élancée forme un toit protecteur sous lequel tu viens te rafraîchir. De toi proviennent le goût de ma sève, la naissance de mes bourgeons, la vigueur de mes feuilles et la beauté de mes fleurs. Que j'aime ton doux murmure qui se joint au bruissement du vent dans mes branches pour chanter la vie ! Le reflet de la lumière sur mon tronc caresse mon écorce et lui donne une clarté magnifique. Parfois, tu débordes, m'enlaçant tout entier. Je sens alors le baiser vivifiant de tes lèvres mouillées, frémissant le long de mes racines. Toujours, tu es là. Ma joie est en toi. Ma vie vient de toi. Mon amour, c'est toi.

### **L'été arrive. L'arbre dit à l'océan :**

Tu m'as pris mon eau ! Ma rivière est morte. Mon amie a disparue. Son lit est vide et ma terre est sèche. Il ne me reste plus qu'un cadavre sans vie. Ma bien-aimée est partie pour un pays lointain. On dit qu'elle y est heureuse. Elle a retrouvé d'autres eaux, fondues comme elle dans ton immensité. Mais moi, je reste seul et je meurs de soif. L'absence me brûle. Le désert m'entoure. La chaleur m'étouffe. Mes feuilles sont brunies et flétries. Mes si jolies fleurs sont fanées. Leurs pétales gisent à terre avec mes souvenirs. Mon tronc aujourd'hui fendu craque de désespoir. Le vent dans mes branches hurle ma douleur. J'ai cessé de grandir. J'ai perdu le sens. Le soleil qui m'était un allié généreux est devenu mon pire ennemi. Jusqu'à quand m'accablera-t-il ? Je t'en veux à toi, l'océan, de m'avoir enlevé mon épouse. Pourquoi moi ? Pourquoi elle ? Oui, pourquoi, pour ...quoi ?

### **Vient l'automne. L'arbre dit à la pluie :**

Mon eau, tu es revenue ! Quel bonheur ! Tu te donnes maintenant sous une forme nouvelle, invisible, céleste. Est-ce cela la résurrection ? Une présence plus universelle et plus spirituelle. Tu laves mon feuillage en le faisant danser d'allégresse sur un rythme de cymbales. Tu imprègnes ma terre et désaltères mes racines. Je sens ma sève qui remonte. Mes feuilles se revigorent. Ma parure d'automne donne des couleurs chaudes et vives à la nature environnante. Mes fruits fermes et savoureux enrichissent d'un goût exquis la vie des hommes. Leur chair nourrit les enfants qui la croquent à pleines dents. Que je suis heureux de ne pas avoir cédé à la révolte lors de la mort de mes fleurs ! Je suis aujourd'hui capable de remercier le ciel pour tout ce qui arrive, même l'épreuve que j'ai traversée. Maintenant, je jouis du repos. Maintenant, je trouve la paix. Maintenant, je donne la vie.