

Paroisse Saint Joseph

2^{ème} Carême C - 16/03/25



Nous sommes faits pour la vérité !

Un jour, en quittant son cabinet, le Dr Corson se sent épuisé après une semaine de travail ininterrompu et de peu de repos. En proie à une migraine tenace que les médicaments semblent incapables de soulager, il se surprend à réfléchir à ses propres conseils. La douleur lancinante lui rappelle sa fragilité humaine et le fait que, même en tant que médecin, il n'est pas à l'abri de la maladie. Ce malaise aigu l'a incité à une profonde réflexion sur lui-même, comme il n'en avait jamais connue auparavant.

Le Dr Corson était très fier de sa capacité à écouter et à donner des conseils pour ce qui allait au-delà des symptômes physiques, osant approfondir les aspects moraux et éthiques de la vie de ses patients. Mais au fur et à mesure de ses réflexions, une question tenace fait surface : « Est-ce que je pratique ce que je prêche ? »

La prise de conscience l'a frappé de plein fouet : sa migraine n'était peut-être pas qu'un simple malaise physique. Y aurait-il un lien entre son état actuel et les vertus, ou l'absence de vertus, dont il parlait si souvent ces derniers temps au travail ?

Confronté à des demandes et à des responsabilités continues, le Dr Corson négligeait souvent des détails mineurs avec ses patients, faisait des promesses irréalistes à sa famille ou disait simplement aux gens ce qu'ils voulaient entendre. Il s'est rendu compte que peu à peu, sous la pression de l'impératif de compétence, l'orgueil, l'intérêt personnel et même la supériorité envers les autres l'incitaient à prendre des raccourcis. « **Peut-être l'honnêteté fait-elle défaut dans ma vie ?** », s'est-il demandé.

Le Dr Corson a décidé qu'il était temps de commencer un voyage personnel vers une plus grande honnêteté, à la fois avec lui-même et avec les autres.

Il a commencé à documenter chaque fois qu'il était malhonnête ou trompeur et a réfléchi plus tard à la manière dont il pouvait s'améliorer. Il s'est également plongé dans la littérature scientifique sur les bienfaits de l'honnêteté pour la santé.

En ouvrant son cœur au pouvoir transformateur de la vérité, le Dr Corson a découvert un sentiment de **bien-être** plus profond et un but renouvelé dans son travail. Il a senti un **lien direct entre la santé et la vertu**.

Au bout d'une semaine, alors qu'il rentrait chez lui, il s'est rendu compte qu'il n'avait plus ces maux de tête agaçants. Ces « tempêtes de douleur », comme il les appelait, étaient quelque chose qu'il avait accepté comme faisant partie de la vie. Même s'il n'avait commencé que récemment, le Dr Corson s'est rendu compte que la pratique de l'honnêteté avait réduit son niveau de stress de base.

Un ensemble intéressant d'études a démontré que même de brèves périodes de malhonnêteté pouvaient suffire à faire grimper le taux de **cortisol** (« hormone du stress ») d'une personne. Le cortisol prépare le corps à combattre ou à fuir les menaces perçues. Ainsi, lorsqu'une personne ment, son corps réagit comme s'il se préparait aux conséquences potentielles d'une confrontation ou à la nécessité de fuir.

En cas de danger, la libération d'énergie à haut rendement du cortisol peut aider l'organisme à accomplir des choses extraordinaires. Toutefois, l'être humain n'est pas fait pour vivre dans un tel état jour après jour. Au fil du temps, les hormones de stress peuvent nuire au système cardiovasculaire, augmenter l'inflammation et potentiellement provoquer des migraines comme celles qu'a connues le Dr Corson.

Le corps humain est un système biologique extraordinairement bien réglé. Pourtant, de la même manière qu'une sollicitation excessive de machines peut entraîner leur usure, pousser le corps au-delà de ses limites peut conduire à une défaillance.

Auparavant, le Dr Corson faisait souvent des entorses à la vérité. Il disait souvent à sa femme qu'il serait à la maison à une certaine heure mais arrivait plus tard que promis. Au travail, il lui arrivait de dire à ses patients qu'il avait personnellement examiné leurs résultats de laboratoire « à la première heure ce matin », alors qu'il n'y avait jeté

un coup d'œil que quelques minutes avant le rendez-vous.

Aujourd'hui, les choses sont différentes. Il a commencé à s'arrêter un instant avant de parler, vérifiant que ses mots étaient sincères et représentatifs de ses actions et de ses sentiments.

Au fur et à mesure que le Dr Corson a gagné en authenticité avec les autres, il a commencé à parler plus librement, ce qui nécessite aussi une vigilance. À sa grande surprise, il a pensé que son estime de soi et le lien qu'il ressentait avec les autres en valaient bien la peine. De plus, il a enfin eu le sentiment de vivre une vie plus authentique. Sa liberté retrouvée s'est amplifiée lorsqu'il a décidé d'arrêter de mentir. En discutant avec un collègue neuroscientifique, le Dr Corson a appris pourquoi la dissimulation de la vérité est épuisante. On lui a expliqué que des réseaux cérébraux, reliés à notre cortex préfrontal dorsolatéral (DPFC), contrôlent notre comportement et notre esprit critique.

Cependant, les ressources du DLPFC sont **limitées** : si nous dépensons de l'énergie à essayer d'être trompeurs, il se peut qu'il y ait moins de carburant pour la résolution de problèmes et la pensée créative. C'est pourquoi, après une longue et dure journée, les gens deviennent souvent moins maîtres d'eux-mêmes, au détriment des autres.

La recherche montre qu'il existe différents types de **mensonges**. Certains peuvent être inventés sur le champ, comme le fait de mentir sur ce que l'on a mangé au déjeuner. D'autres peuvent être élaborés et mémorisés, comme le fait de mentir sur un voyage aux Bahamas que l'on n'a jamais fait.

Plus le mensonge est important, plus il pèse sur votre esprit et votre corps. Le mensonge exige que l'on se souvienne de son contexte, de ses implications, de son objectif final, de la personne à qui on l'a dit et du moment où on l'a dit.

Les mensonges qui nécessitent une tromperie spontanée pour corroborer un mensonge antérieur activent fortement le gyrus cingulaire antérieur (CCA). Par exemple, si l'on vous demande pourquoi vous étiez en retard et que vous inventez rapidement une histoire d'embouteillage alors qu'en réalité vous avez trop dormi, le gyrus cingulaire antérieur fonctionne à plein régime. Cette partie du cerveau inhibe notre tendance naturelle à dire la vérité et exige une énergie cognitive supplémentaire pour maintenir le mensonge,

s'assurer qu'il semble crédible et qu'il est cohérent avec les éventuelles questions complémentaires.

Les scénarios inventés, comme le voyage aux Bahamas, activent considérablement le DLPCF et sont plus éprouvants mentalement qu'un simple mensonge, car il faut faire des vérifications et s'assurer que l'invention est cohérente.

En résumé, **la tromperie a un coût considérable**, alors que la vérité permet de ne pas s'inquiéter, d'avoir confiance et de ne pas être angoissé.

Chaque jour, le Dr Corson a constaté qu'il avait un peu plus d'énergie lorsqu'il quittait le bureau. Il a eu cette réflexion : « Qui aurait cru que le simple fait d'être assis et de penser pouvait être aussi épuisant ? Même si je suis simplement assis à un bureau, j'ai l'impression d'avoir fait une journée de dur labeur physique ! » Auparavant, il était généralement trop « épuisé » pour jouer avec sa fille. Désormais, il se sentait plus créatif, plus enjoué et plus engagé au travail et à la maison. »

Bénéficiant d'une meilleure **qualité de vie**, il a commencé à partager son histoire avec d'autres. Un jour, il s'adresse à son spécialiste de la facturation médicale, Frank, et lui dit : « Je parie que les gens qui sont honnêtes vont moins souvent chez le médecin – quelqu'un devrait faire une étude. » Frank a répondu : « Je crois que c'est vrai » et l'a renvoyé à une étude qu'il avait lue récemment basée sur les demandes d'indemnisation des assureurs, qui montrait que la moralité était liée à des taux de dépression plus faibles et à une santé mentale plus positive. »

À la fin d'une journée particulièrement longue, le Dr Corson s'est adossé à sa chaise de bureau. Le poids de ses responsabilités s'est envolé lorsqu'il a pris conscience du changement subtil mais profond qui s'était opéré dans sa vie.

« Si le simple fait d'être honnête soulage mon stress et, par extension, mes migraines, quel autre potentiel se trouve dans le domaine de la vertu ? »

Alors qu'il s'apprêtait à partir, un doux sourire s'est dessiné sur ses lèvres. Il a éteint les lumières de son bureau et est entré dans l'air frais du soir. En conduisant dans le crépuscule, il ne rentrait pas seulement chez lui, il se dirigeait vers une vie plus honnête, plus saine et, en fin de compte, plus entière.

Note de l'auteur : *Aujourd'hui, nous sommes confrontés à des défis sans précédent dans la société, la médecine et le monde du travail. Cette histoire est basée sur un échantillon de nos collègues et de professionnels de la santé. Les défis et les récompenses qui y sont décrits sont réels. Avec des pressions toujours plus fortes pour donner une image de soi, courir après le temps et être à jour avec les évolutions de la société, beaucoup sont confrontés à des dilemmes moraux et à l'inauthenticité. Nous croyons que la vérité vous rendra vraiment libre !*

Robert Backer

***R/ Jésus, doux et humble de cœur
Fais-nous boire au flot de ta miséricorde,
Jésus, doux et humble de cœur
Donne nous l'esprit d'amour !***

*1. Miséricorde qui ouvre les yeux des aveugles,
J'ai confiance en toi.
Miséricorde qui fait entendre les sourds,
J'ai confiance en toi.
Miséricorde, source vive du salut !*

*2. Miséricorde qui éclaire nos doutes,
J'ai confiance en toi.
Miséricorde qui chasse les ténèbres,
J'ai confiance en toi.
Miséricorde, plénitude de la vie !*

*3. Miséricorde qui guérit les cœurs brisés,
J'ai confiance en toi.
Miséricorde qui console les affligés,
J'ai confiance en toi.
Miséricorde, notre joie et notre paix !*

Jésus, Berger de toute humanité, Tu es venu chercher ceux qui étaient perdus,
prends pitié de nous, fais-nous revenir, Fais-nous revenir à toi ! Prends pitié de nous !

Jésus, Berger de toute humanité, Tu es venu guérir ceux qui étaient malades,
prends pitié de nous, fais-nous revenir, Fais-nous revenir à toi ! Prends pitié de nous !

Jésus, Berger de toute humanité, Tu es venu sauver ceux qui étaient pécheurs,
prends pitié de nous, fais-nous revenir, Fais-nous revenir à toi ! Prends pitié de nous !

Ps 26 : R/ Le Seigneur est ma lumière et mon salut !

*Le Seigneur est ma lumière et mon salut ;
de qui aurais-je crainte ?
Le Seigneur est le rempart de ma vie ;
devant qui tremblerais-je ? R/*

*Écoute, Seigneur, je t'appelle !
Pitié ! Réponds-moi !
Mon cœur m'a redit ta parole :
« Cherchez ma face. » R/*

*C'est ta face, Seigneur, que je cherche :
ne me cache pas ta face.
N'écarte pas ton serviteur avec colère :
tu restes mon secours. R/*

*J'en suis sûr, je verrai les bontés du Seigneur
sur la terre des vivants.
« Espère le Seigneur, sois fort et prends courage ;
espère le Seigneur. » R/*

Acclamation de l'Évangile :

Lc 9, 28b-36

**Dieu ta Parole, source où tout commence,
Dieu, ton regard, notre renaissance
Dieu, ton Esprit, audace qui avance
Dieu notre Dieu, Lumière d'espérance !**

PU :	(pas de refrain)	silence
------	------------------	----------------

**Sanctus, Sanctus, Dominus,
Sanctus, Sanctus Dominus, Deus sabaoth ! (bis)
1- Pleni sunt coeli et terra gloria tua !
Hosanna, hosanna, in excelsis ! (bis)
2- Benedictus qui venit in nomine Domini !
Hosanna, hosanna, in excelsis ! (bis)**

<p>Anamnèse : (dite) Il est grand le mystère de la foi ! nous annonçons ta mort, Seigneur Jésus, nous proclamons ta résurrection, nous attendons ta venue dans la gloire !</p>

**1-2 Agnus Dei qui tollis peccata mundi
Miserere nobis, miserere nobis !**

**3- Agnus Dei qui tollis peccata mundi
Dona nobis pacem, dona nobis pacem !**

Communion :

**R. Laissez-vous consumer
par le feu de l'amour de mon Cœur
depuis l'aube des temps,
je veux habiter au creux de vos vies...**

1) Je suis venu allumer un feu sur terre
Comme je voudrais qu'il soit déjà allumé
Laissez-vous brûler par ma Charité !

- 2) *Voyez mon cœur qui a tant aimé les hommes
Et qui en retour n'a reçu que du mépris
Laissez-vous aimer par mon cœur aimant !*
- 3) *Prenez mon corps et buvez à ce calice
Depuis si longtemps, j'ai désiré ce moment
Laissez-vous venir demeurer en mon amour !*
- 4) *La Croix dressée est un signe pour le monde
Voici l'étendard qui conduit vers le salut
Laissez-vous guider vers la sainteté !*

R/Réveille les sources de l'eau vive qui dorment dans nos cœurs,

Toi, Jésus qui nous délivres, Toi, le don de Dieu !

*1-Au passant sur la route, Tu demandes un verre d'eau,
Toi, la source de la vie (bis)*

*3. Au passant sur la route, Tu demandes une lumière,
Toi, soleil de vérité (bis)*

<p><i>Accueil paroissial</i> <i>mercredis 9h-11h30, 111 rue N. Blanc, Faverges, 0450445209 quêtes pour la paroisse.</i></p>
--

Samedi 15 mars, 18h Faverges : *Gaston Truchet ; Bernadette Avettand-Fenoël, Jeannette Falcy et parents défunts ; François Chatelain-Cadet ; Luigi Boscardin ; Hélène Vallet ; Pierre Chappis ; Alfred Golliet-Mercier.*

Dimanche 16 mars, 10h Doussard : *Véronique Very ; Odile Brionne ; Georges Mallia ; Hans Schneider ; Elsa Bertholio ; André et Henri Terrier ; Marcel Corboz ; Marie-Rose et Marcelle Tissot ; Charles Falquet ; Lucien Vullierme ; Jacqueline et Charles Albert de Chevron-Villette ; Jean Reygagne ; Jean Métral ; Jean-Luc Paulet ; Madeleine Tranchant ; « en remerciement ».*

Mercredi 19 mars, 9h Faverges : *Michel Malassigné
+ adoration 12h15-13h00 (pas de réunion « 10 Commandements »)*

Vendredi 21 mars, 10h Faverges : *Geneviève Poulizac
+ Chemin de Croix 12h15-13h15*

Cinéma Paradiso : dimanche **16 mars à 15h30** à la Maison paroissiale : « **Sœur Faustine** » apôtre de la miséricorde, la clé d'un grand mystère de la foi !

Mgr Yves Le Saux invite les professionnels de la santé (aides soignants – pompiers – médecins – brancardiers – pharmaciens) à partager autour de sa lettre pastorale « **Espérance et Fraternité** » **mercredi 19 mars 20h-22h**, Couvent des Sœurs de la Charité, 247, rue Sœur Jeanne Antide Thouret, 74800 La Roche sur Foron.

Jeudi 20 mars à 15h-16h15, partage d'Évangile (Luc 16, 19-31) au presbytère de Lathuile

Samedi 22 mars de 8h à 19h, la pastorale des jeunes organise une **visite du séminaire St Irénée à Lyon** pour tous les jeunes hommes de 16 à 30 ans intéressés par la vocation sacerdotale.

Le rendez-vous est à la Maison diocésaine d'Annecy.

<https://jeunescathos74.fr/visite-du-seminaire/>



La pièce de théâtre « **Pardon ?** » ose parler de la pédocriminalité et de ses conséquences. Laurent Martinez raconte son histoire avec sincérité et honnêteté. Ce sont ses douleurs, ses traumatismes qui sont racontés. Aucun esprit de vengeance mais l'urgence de montrer la vérité pour se reconstruire, libérer la parole, aider ceux qui ne peuvent s'exprimer, prévenir la pédocriminalité".

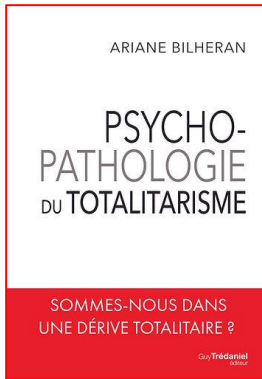
« **Pardon** » le **27 mars 20h** à Seynod, dans l'auditorium du lycée des Bressis, 85 route des Creuses, Annecy.

Dimanche 30 mars : « **100 ans du scoutisme en Haute-Savoie** » : grand rassemblement du jubilé à la Bénite Fontaine ghoo-16h00, pique-nique et messe à 14h présidée par Mgr Le Saux.

« *Entretenir la peur ?* »

« **Psycho-pathologie du totalitarisme** », Guy Trédaniel éd. 2023. Diplômée de l'École normale supérieure (Ulm), Ariane Bilheran est philosophe, psychologue clinicienne et docteur en psychopathologie. Spécialiste de l'étude des manipulations, de la perversion, de la paranoïa et du harcèlement, elle a publié

Pour Ariane Bilheran, le discours proposé aux masses est d'ailleurs voué à évoluer et à investir d'autres champs afin de permettre au pouvoir totalitaire de maintenir son ascendant sur la population. « Il faut



continuer à exciter les foules et à **entretenir la peur pour pouvoir obtenir la soumission**. Si on fige un seul discours, au bout d'un moment le cerveau humain est fait de telle façon qu'il va commencer à interroger ce discours figé. Il va sortir de la peur, de la sidération et commencer à interroger ce discours qui va lui paraître totalement irrationnel et paradoxal. Aujourd'hui, nous voyons apparaître des discours dont la structure et la forme semblent similaires à propos de l'écologie, de l'énergie, de la guerre, etc. Cette structure est la suivante : il y a un danger terrible

qui nous menace gravement et qui justifie la mise en place de mesures d'exception qui aliènent nos droits et autorisent le sacrifice d'une partie de la population ».

Si les discours évoluent, la culpabilisation des foules auxquelles ils sont destinés en constitue toujours un élément majeur. « *Nous devenons tous des coupables en puissance, des coupables de consommer de l'énergie, des coupables d'émettre du carbone, des coupables de vivre. Tout ceci fait partie de la logique totalitaire.* »

Selon Ariane Bilheran, l'irruption du phénomène totalitaire peut aussi être vu comme le symptôme d'une société malade, qui a depuis longtemps perdu ses valeurs et ses repères. « *Tout ceci est l'indication d'une décadence morale majeure, mais qui vient signer quelque chose qui était déjà là ! (...) Le totalitarisme consiste à faire en sorte que les masses croient un certain discours et règlent leurs comportements par rapport à ce discours. On va veiller à ce que les individus, par l'intermédiaire des médias notamment, n'aient plus accès à leur esprit critique et soient conduits, au nom du bien commun, à commettre des actes qu'ils n'auraient jamais commis en d'autres circonstances* ».

Fête juive de Pourim : que célèbre-t-on lors de cet événement ? (13 et 14 mars)

Pourim est un mot perse ancien qui signifie (tirage aux) « sorts ». Ce nom est lié à l'histoire d'**Esther**. Cette histoire se déroule dans l'Empire Perse au 5e siècle avant notre ère.

Le roi Assuérus, cherchant une nouvelle reine, s'éprend d'Esther, nièce de Mardochée, une jeune exilée du royaume judéen (après la destruction du 1er temple en -586). Son oncle Mardochée, et père adoptif, lui recommande de ne pas dévoiler son identité juive (elle s'appelait Hadassa), ce qu'elle fera. Mardochée refusant de se prosterner devant l'orgueilleux conseiller du roi, Haman, ce dernier décide une solution finale contre tout le peuple juif se trouvant dans les 127 provinces royales. Il décide de tirer aux sorts la date de cette extermination.

Grâce au courage d'Esther qui risque sa vie pour son peuple, le projet d'Haman se retournera contre lui. Le jour de deuil devient un jour de joie pour Israël, soit le 14 adar. Esther, comme d'autres femmes de la Bible, symbolise le courage de la survie d'Israël dans les moments les plus difficiles, d'hier et d'aujourd'hui. A l'occasion de la fête de Pourim, les fidèles se retrouvent lors d'un repas festif et se déguisent.



Action de Carême au profit de : « Magnificat-accueillir la vie »

L'association accueille les femmes enceintes en difficulté ; notre mission est de gérer des Maisons

d'Accueil Maternel afin d'offrir un environnement chaleureux et sécurisé aux futures mamans qui en ont besoin. **Nos engagements :**

– *Accueillir sans condition* : nous recevons toutes les femmes enceintes qui en font la demande, sans condition de revenu, qui respecte le parcours et les choix de chacune.

– *Sortir de l'isolement* : nos maisons offrent un lieu de vie collective, propice aux échanges et au soutien entre futures et jeunes mamans.

– *Préparer l'arrivée de votre enfant* : nous proposons un refuge où vous pouvez vous préparer à « naître mère » avant la naissance et pendant les premiers mois de votre enfant.

– *Accompagnement individuel et avenir serein* (projet de vie, formation, logement, une place en crèche, emploi. Nos maisons restent une solution temporaire.

Adresse : 11 Av. des Martyrs 37240 LIGUEIL 02 47 59 63 07

Prière pour le temps du carême

Seigneur mon Dieu, donne à mon cœur de te désirer ; en te désirant, de te chercher ; en te cherchant, de te trouver ; en te trouvant, de t'aimer ; et en t'aimant, de racheter mes fautes ; et une fois rachetées, de ne plus les commettre.

Seigneur mon Dieu, donne à mon cœur la pénitence, à mon esprit le repentir, à mes yeux la source des larmes, et à mes mains la largesse de l'aumône.

Toi qui es mon Roi, éteins-en moi les désirs de la chair, et allume le feu de ton amour. Toi qui es mon Rédempteur, chasse de moi l'esprit d'orgueil, et que ta bienveillance m'accorde l'esprit de ton humilité.

Toi qui es mon sauveur, écarte de moi la fureur de la colère, et que ta bonté me concède le bouclier de la patience.

Toi qui es mon Créateur, déracine de mon âme la rancœur, pour y répandre la douceur de l'esprit. Donne-moi Père très bon, une foi solide, une espérance assurée et une charité sans faille.

Toi qui me conduis, écarte de moi la vanité de l'âme, l'inconstance de l'esprit, l'égarement du cœur, les flatteries de la bouche, la fierté du regard.

Ô Dieu de miséricorde, je te le demande par ton Fils bien-aimé, donne-moi de vivre la miséricorde, l'application à la piété, la compassion avec les affligés, et le partage avec les pauvres.

Saint Anselme (1033 – 1109)



L'hospitalité diocésaine Notre-Dame de Lourdes organise un prochain pèlerinage dans la cité mariale et sollicitera votre générosité samedi 23 et dimanche 24 mars prochain pour aider les malades à financer leur voyage et leur séjour. D'avance merci !