

REFLECT

Religieuses Ursulines
Généralat
Rue Musin 1
1210 Bruxelles



décembre 2015

Chères Soeurs et chers Associés,

Seigneur Jésus, viens !

Le temps de l'Avent



Le temps de l'Avent donne un sens au Noël qui vient. Car le Christ vient à nous, plein de respect pour notre liberté : « *Je me tiens à la porte et je frappe ; si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui et je demeurerai avec lui* ». L'Avent est donc l'appel de Dieu à nous réveiller de notre sommeil, à nous engager pour un nouveau commencement afin de renouveler notre foi, dans une acceptation totale de la loi d'amour que Dieu nous donne pour vivre notre vie.

L'Incarnation du Fils de Dieu est un événement pour tous les temps. Par sa signification, l'Avent est le moment le plus décisif de tous. Cette venue du Christ dans la vie de tous les hommes est importante, tandis que nous attendons sa venue glorieuse, la dernière. D'ailleurs toute notre foi chrétienne est un Avent. Même les saints Evangiles ne sont pas terminés et attendent leur achèvement. Le dernier livre, celui de l'Apocalypse, termine par un crié passionné, « *Marana tha* » - Viens,



Le Pape François a écrit que, « Dieu ne se limite pas à simplement affirmer son amour, mais Il le rend visible et tangible ». Et encore, « L'amour ne peut jamais être une simple abstraction ; il indique quelque chose de concret: des intentions, des attitudes et des comportements qui se



manifestent dans la vie quotidienne. Son appel nous fait accepter à la lumière de l'Évangile les défis de la vie, les sacrifices, aussi bien que les dons. »

Le 8 décembre de cette année, l'Église ouvrira, d'une manière particulière, une Année Jubilaire de la Miséricorde, sur le thème, "Miséricordieux comme le Père". Afin d'être capables d'être miséricordieux, nous sommes donc invités à disposer nos cœurs à l'écoute de la Parole de Dieu. Cela veut dire redécouvrir la valeur du silence, afin de méditer sur la Parole qui vient à nous. Ainsi, l'Église nous exhorte à contempler la miséricorde de Dieu et rend possible que nous l'adaptions à notre style de vie.

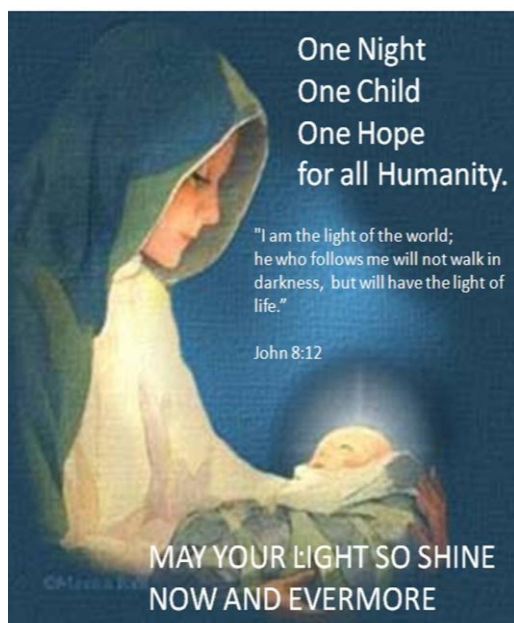
Notre Sauveur miséricordieux, Jésus Christ, vient à nous pour établir son Royaume de Miséricorde, de Compassion, de Joie, de Justice, de Paix et d'Amour, le Royaume du Paradis.

Nous vous souhaitons un Avent fructueux.

Sr. Bernadette Mwavita osu

**Une Nuit... Un
Enfant...Une
espérance....pour
toute l'humanité.**

"Il y avait dans la même région des bergers qui vivaient aux champs et gardaient leurs troupeaux Durant les veilles de la nuit. L'Ange du Seigneur se tint près d'eux et la



gloire du Seigneur les enveloppa de sa clarté ; et ils furent saisis d'une grande crainte. Mais l'Ange leur dit : « Soyez sans crainte, car voici que je vous annonce une grande joie, qui sera celle de tout le peuple » Aujourd'hui vous est né un Sauveur, qui est le Christ Seigneur dans la ville de David. Luc 2, 8-10.

Un matin dans un taxi vers l'aéroport, en Bruxelles, nous avons dit une courte prière en voix basse pour un bon voyage. Nous ne nous sommes pas rendu compte que le chauffeur de taxi suivait notre prière. A la fin de notre prière il s'est adressé à nous en disant :

« Étiez-vous en train de prier pour la sécurité du voyage ? » Nous avons confirmé en disant non seulement pour notre sécurité, mais aussi pour toutes personnes qui voyage ainsi que vous. Il était impressionné en poursuivant qu'il prie aussi avant de commencer chaque activité. Il a en plus demandé si nous étions des chrétiens, nous avons dit oui. Alors il a dit : « Il ya un seul Dieu, Dieu n'est pas seulement pour les chrétiens mais pour tous. » Il était de la religion Musulmane.

Pour ce Noël, la bonne nouvelle pour nous est que Jésus est né pour tout le monde. Il est la joie de tous les peuples. Jésus est né de nouveau dans le pouvoir de l'espérance, l'amour, la paix et la joie, dans le perdu, le solitaire, le malade, le négligé et l'oublié.

Comment pouvons nous rendre visible l'amour de Dieu et sa présence dans la



personne que nous rencontrons; dans notre monde déchiré par la guerre et la division?

Le Pape François s'adresse aux homes et femmes religieuses pendant l'année dédiée a la Vie Consacrée: " Vous trouverez la vie en donnant la vie, l'espérance en donnant l'espérance et l'amour en donnant l'amour"

Que ce temps de Noël vous apporte paix, la joie et l'amour.

Sr. Bimla Minj osu



Joyeux Noël



Province des Etats-Unis

Mettre en application dans la vie quotidienne notre Directive, *Vivre une spiritualité contemplative pour la Mission aujourd'hui.*

Depuis la publication de cette directive du Chapitre Général de 2014, la Province des Etats-Unis l'a incorporée dans chaque réunion régionale, chaque journée de province et week-end de Province. Cela s'est fait principalement par la prière qui commençait chacune de ces journées. Nous y avons aussi consacré la réflexion personnelle et le partage en petits groupes, notamment sur les sections "Vivre une spiritualité contemplative », et

« Etre engagées dans la mission ». Nous avons partagé en petits groupes nos expériences personnelles et fondatrices de Dieu, ainsi que celles de nos fondateurs. A la fin du week-end de juin en 2015, chaque Sœur reçut une carte avec la conclusion de la Directive, le logo et une citation du 10^{ème} Legs de Ste Angèle.

Puisque le but de cette année a été d'arriver à atteindre un objectif de viabilité financière, les vertu d'espérance et de confiance ont été accentuées à plusieurs reprises dans toutes nos réunions. Alors que nous préparons notre chapitre provincial en juin 2016, nous garderons le même thème que celui du Chapitre Général, "Vivre une spiritualité contemplative pour la mission aujourd'hui", tout en ayant à l'esprit les paroles du Pape François aux Evêques : « On ne va pas très loin en construisant des murs. On n'arrive jamais par ce moyen-là. Les gens doivent d'abord être capables de s'écouter les uns les autres".

Sr. Catherine Talia osu

Le soutien accordé au Père Lambertz dans ses dernières années

Tandis qu'il exerçait activement son ministère, le Père Jean Lambertz passait de longues heures au confessionnal et ainsi guidait ses paroissiens d'une manière très personnelle. Nous pouvons présumer que

Nous sommes appelées à être signes d'espérance dans notre style de vie simple. Nous avons confiance en Dieu pour faire face aux défis avec persévérance et pour vivre dans la gratitude constante avec une joie rayonnante.

Conclusion des Directives du Chapitre Générale 2014



« Ainsi donc, s'aimer et être unies ensemble sont le signe certain que l'on marche dans la voie bonne et agréable à Dieu. »

(Dixième Legs de St. Angèle Merici)



pendant des années, il a passé la veille de Noël de cette manière-là.

Ce fut le 22 décembre 1867 que le "saint curé", comme on l'appelait, a célébré sa dernière Eucharistie avec les Soeurs de Tildonk. Les Soeurs ont dû l'amener en chaise roulante. Il avait un visage amical, éclairé de joie. Pendant cette période de la vie, il était usé par des années de vie frugale et des heures de marche à pied pour ses visites aux Soeurs et pour d'autres devoirs pastoraux. Son grand optimisme ne l'a jamais quitté. Il avait édifié la paroisse de St Jean Baptiste en une église modèle, où les gens vivaient leur vie chrétienne, et il avait fondé une école pour les enfants pauvres, dont le personnel était alors les premières Soeurs Ursulines qui l'appelaient "Notre Père". Par ses interventions et ses prières, il avait contribué à fonder le Petit Séminaire de Hoogstraten.

A la fin de sa vie, le couvent était servi par le vicaire, l'Abbé De Schuteer. Ce jeune prêtre a utilisé des qualités sacerdotales exceptionnelles pour faire avancer la croissance de l'"Institut", comme on l'appelait alors. L'abbé Van Nerum fut nommé curé de la paroisse. Jusqu'à sa mort le 12 mai 1869, il n'a jamais cessé de dire, « Aimez vous les uns les autres dans les Cœurs sacrés de Jésus et de Marie ».

Du récit de sa dernière Messe, nous apprenons que le Père Lambertz avait besoin d'être aidé pendant son âge avancé. Les Soeurs l'ont traité avec un respect profond et une bonté affectueuse et lui ont donné la

possibilité de vivre dans un environnement qui le soutenait. Nous pourrions dire que les Soeurs et les amis qui étaient en contact avec lui formaient un genre de système de soutien social. Cela lui a donné une bonne qualité de vie jusqu'à la fin.

Pour votre réflexion :

Qu'est-ce qui vous soutient et vous maintient dans des moments difficiles?

Si vous pouviez avoir le même âge pendant toute votre vie, quel âge choisiriez-vous? Pourquoi?

Qu'y a-t-il de meilleur dans l'âge que vous avez maintenant?

Qu'espérez-vous lorsque vous avancerez en âge?

Quand vous pourrez contempler d'abord les liens qui vous unissent aux autres, avant de mettre l'accent sur vos différences, vous serez beaucoup plus heureux, et cela rendra le monde aussi plus heureux. (Père Richard Rohr)



Des habitudes de bonheur pour nos années de vieillissement

Pratiquer la reconnaissance

Connu sous le nom de "thérapie du merci", elle nous met à l'écoute de ce qu'il y a de positif dans la vie et d'exprimer notre gratitude pour ce que nous avons gagné, plutôt que de nous concentrer sur ce qui est perdu lorsqu'on avance en âge. Le bonheur consiste davantage à vouloir ce que l'on a déjà, plutôt que d'avoir ce que l'on veut.



Savourer le positif

Ralentissez pour respirer le parfum des roses et apprécier véritablement le positif dans la vie. Le temps a l'air de s'envoler quand on vieillit, et c'est une vertu de vivre dans l'actualité et de jouir au maximum de ces moments. Se souvenir du positif est une manière de savourer le passé - en racontant à nouveau l'histoire des moments importants de notre vie - et en se prélassant de toute leur gloire. Exprimer la gratitude et la savourer vont ensemble, et ce sont deux manières de cultiver des émotions positives.

Adopter un état d'esprit optimiste

Les optimistes sont mieux placés pour défier les stéréotypes négatifs qui vous écrasent à un âge avancé. Ils jouissent d'un bien-être physique et psychologique et sont plus aptes à réagir positivement lorsque les choses vont mal. Les optimistes estiment que leurs problèmes passent, qu'ils sont limités et qu'il y a moyen de les contrôler.. Si vous vous surprenez à voir quelque chose d'une manière négative, essayez de la regarder dans une perspective différente - imaginez ce que vous pourriez dire à une amie qui expérimente le même problème.

Donner un sens à la vie

Un âge avancé est un temps pour renoncer à transpirer sur des détails, et pour se concentrer sur ce qui est vraiment important, que ce soient certaines personnes dans votre vie ou des causes pour lesquelles vous vous

passionnez. Anne Karpf, auteur de « Comment Vieillir » décrit le rôle important des personnes âgées comme gardiennes de l'avenir. Il y a un bonheur plus profond à servir un but qui se trouve au-delà de soi. Avoir du sens et un but dans la vie est un chemin vers le bien-être.

Développer vos forces

Beaucoup de gens n'ont pas l'occasion de jouer avec leurs forces pendant qu'ils travaillent, mais lorsqu'on est libéré d'un horaire qui va de neuf heures à dix-sept heures, cela vous donne l'occasion de laisser vos talents briller. Jouer avec ses forces donne de l'énergie, conduit vers de grands exploits et génère le bien-être.

Se concentrer sur l'extérieur

Le risque de s'isoler et de se trouver seul augmente avec l'âge. De bonnes relations et des activités en société sont une clé pour le bien-être - C'est ce que les gens les plus heureux sur la planète ont en commun. Allez vers l'extérieur, créez votre communauté, investissez-vous dans des relations, donnez priorité à ceux que vous aimez et gardez vos réseaux sociaux.



Apprenez à laisser tomber.

Il vaut mieux voyager légèrement dans une vie avancée. Laissez tomber ce qui ne vous sert plus, pardonnez à ceux qui vous ont blessé dans le passé et allez de l'avant, hors des situations difficiles. Dépouillez votre esprit des personnes et des situations qui ne vous apportent plus de plaisir, et alors le bien-être ouvrira



un espace pour que le nouveau puisse y entrer.

<http://www.telegraph.co.uk>

Journée Internationale des Nations Unies pour le Bonheur

La Journée Internationale du Bonheur sera célébrée dans le monde entier le 20 mars 2016. Elle fut établie par l'Assemblée Générale des Nations Unies le 28 juin 2012. Cette journée reconnaît la pertinence du bonheur et du bien-être comme des buts et des aspirations universelles dans la vie des êtres humains.

Le bonheur est un état émotif caractérisé par des émotions positives ou agréables qui vont du contentement à une joie intense.

Traditions de Noël dans nos diverses cultures

"Nous approfondirons la compréhension de notre charisme et de nos diverses cultures". Il est intéressant d'apprendre comment la fête de Noël est célébrée dans chaque pays où vivent les Ursulines et où elles pratiquent leur ministère. Un petit résumé sur chaque pays montrera les manières diverses dont nos Sœurs vivront la joie de Noël dans leur propre pays.



Belgique

Noël est un temps de fête et de proximité dans les familles. Les enfants en Belgique sont toujours excités par le temps de Noël qui approche, et ils le célèbrent tôt, le 6 décembre, par les premiers dons qu'ils reçoivent. Saint Nicolas, monté sur un cheval et emportant de grands sacs pleins de cadeaux, accomplit tout son voyage en une seule soirée. Après la distribution des dons et la célébration de la St Nicolas, on passe à Noël et à la naissance du Christ Enfant.

Guyane

En Guyane, Noël est la dernière célébration de l'année, parmi les autres fêtes. La naissance de l'Enfant Jésus comme Sauveur de toute l'humanité remonte aux premiers Hollandais en Guyane. En ce pays, Noël concerne les chrétiens et leur famille. Tout le pays se prépare pendant des semaines avant Noël. C'est un temps pendant lequel les adultes nostalgiques se souviennent de l'innocence de leur enfance. Les célébrations de Noël commencent des mois avant celle du 25 décembre. La première chose que l'on prépare c'est de tremper des fruits dans du vin et du rhum.

Inde

Seulement un petit pourcentage de familles indiennes célèbrèrent la foi chrétienne, et pourtant, les décorations de la saison semblent envahir même des ménages non-chrétiens dans les villages. Les maisons sont décorées typiquement de verdure, de feuilles de mangues, de rangées de lumière, et l'Etoile de Bethléem est suspendue à



l'intérieur de la maison. Beaucoup de maisons et d'églises exposent une grande scène de la Nativité. Il est de règle d'échanger de petits cadeaux personnels, même dans des maisons non-chrétiennes. Les Eglises catholiques célèbrent la naissance du Christ très solennellement. Pendant la journée, les gens visitent leur famille et sont heureux de partager ensemble le repas.

Les Etats-Unis et le Canada célèbrent d'une manière semblable.

Les arbres de Noël sont décorés et des bas sont suspendus devant le foyer pour que *Santa Claus* les remplissent de cadeaux. La Noël est célébrée le 25 décembre, mais certaines communautés franco-canadiennes préfèrent le 24 décembre. Beaucoup de familles font leur célébration la veille de Noël, avec des cadeaux, des fêtes en famille et la Messe de minuit. On échange des cartes et des cadeaux avec ses amis et avec les membres de la famille. Des scènes de la Nativité sont exposées sur le terrain de l'église. En plus des célébrations sur ce thème de la part des catholiques et des protestants, il y a aussi de grandes célébrations publiques sur des thèmes non-religieux. En outre, aussi bien aux Etats-Unis qu'au Canada, on sait que des gens très nombreux viennent en aide aux pauvres et aux sans abris pendant les célébrations de Noël.

La République Démocratique du Congo

Heri ya Krismas veut dire en Kiswahili "Joyeux Noël". Au Congo, Noël est une fête religieuse ; une grande partie de la vie commerciale est négligée en cette période. Dans toutes les

sociétés africaines, la spiritualité a une grande signification. Ceci démontre comment le peuple africain vit et célèbre la vie en général, et c'est vrai aussi de la manière dont il célèbre Noël. Vous pouvez voir quelques décorations dans des palmiers ou des manguiers, et surtout sur des bananiers. Quelques personnes allument des bougies, mais il n'y a pas une tradition de décorations à grande échelle. Les cadeaux peuvent consister en de nouveaux vêtements de différentes couleurs pour l'église, en savons, bonbons, crayons et livres. La veille de Noël les églises offrent souvent des pièces sur la Nativité et de longs concerts musicaux. Le Jour de Noël, la plupart des familles essaient d'avoir un meilleur repas que d'habitude, avec du poulet ou du porc. Les familles passent du temps avec leurs voisins et souvent mangent un repas partagé avec de la nourriture apportée par chaque famille. Malgré toutes les célébrations qui ont lieu la veille de Noël, l'attention se porte principalement sur le culte à l'église le matin de Noël.

La préparation de l'Épiphanie



Épiphanie par Janet McKenzie – Le Pont qui Construit des Icônes



Nous ne savons pas grand'chose sur les Mages dans l'Évangile de St Matthieu, mais nous savons qu'une longue assemblée de femmes et d'hommes remplis de sagesse les suivent vers le Christ Enfant, cherchant Celui qui nous sauve.

L'interprétation de l'Épiphanie (voir plus haut) présente de femmes du monde entier rassemblées auprès de leur sœur, Marie, la Mère de Jésus. La peinture de Janet McKenzie a été appréciée pour « sa manifestation puissante, protectrice et tendre d'une mère et de son enfant, embrassés et nourris par une communauté aimante... une inclusivité globale qui proclame à nouveau la nouvelle : le Christ vient pour tous les peuples, la faveur de Dieu est accordée à tous ! »

Les Reines sont arrivées en retard:

Les Reines sont arrivées en retard,
mais elles étaient là,
les dons dans les mains et les
couronnes sur les cheveux.
Elles sont venues, les trois, comme les
Rois, de loin,
en suivant, oui, l'étoile qui les guidait.
Elles ont quitté leurs louches, leurs
linges, leurs métiers à tisser,
leurs enfants qui jouaient dans les
pouponnières,
Et elles ont dit à leurs gardes
d'enfants :
"Prenez-en soin ! Car c'est un
spectacle merveilleux
que nous ne pouvons manquer!"
Les Reines sont arrivées en
retard, mais pas trop tard
pour voir les animaux, petits et
grands,

en plumes et en fourrure, domestiqués
et sauvages,
rassemblés pour contempler une mère
et son enfant.

Et plutôt que de l'encens et de la
myrrhe, pour le petit,
elles apportèrent à celle qui le tenait
dans ses bras,
une robe bleue, filée à la maison,
et une soupe au poulet - et aussi des
nouilles -

et le chant d'une berceuse qui
s'attarde et qui dure.

Les Reines sont arrivées en retard,
mais par pour longtemps,
car leurs pensées déjà s'étendaient au
loin,
au delà d'une mangeoire et d'une mère
et d'une étoile qui les guidait,
et d'un enfant brillant comme le soleil
du matin -
vers la maison et les enfants et les
tâches inachevées.

-Norma Farber dans [*Lorsqu'il a neigé
cette nuit-là*](#)

JOYEUX NOËL ET BONNE ANNEE!

