

## **Joie de la fraternité**

### **Support d'échanges pour le partage autour de la table**



L'objectif de ces dîners est de partager un moment de convivialité simplement, de tisser des liens, d'échanger des idées avec nos voisins, nos connaissances, nos amis, nos collègues.

Voici un déroulé type pour un dîner en trois parties. Il est bien évidemment à adapter en fonction des hôtes et des invités.

#### **Première partie (50 % du temps) : s'accueillir et partager**

Accueil puis repas avec bavardages, partage de moments de joie, écoute des préoccupations du moment pendant l'entrée et le plat. On veillera à ce que chaque personne puisse parler si elle le souhaite.

#### **Deuxième partie (40 % du temps) : discuter autour du thème**

Introduction du thème avec légèreté et délicatesse pendant le fromage et dessert

L'hôte ou l'un des invités pourra lire à haute voix l'ensemble des questions puis demander : quelles sont les une ou deux pistes que vous souhaitez aborder ?

L'idée est d'utiliser ce cadre pour engager les échanges et les conduire en fonction de vos invités avec le plus de délicatesse et de tact possible. Les thèmes (fraternité, joie, tendresse) sont un moyen de rentrer dans des échanges plus en profondeur. Ils ne sont pas forcément à traiter dans leur globalité et les sujets peuvent dévier selon les convives. Il ne s'agit pas de trouver une « bonne » réponse ni de faire la leçon ou la morale mais de s'écouter dans un esprit d'ouverture. Les échanges ne sont pas des débats. On ne sort pas d'un dîner en ayant eu raison ou tort mais en ayant tissé des liens conviviaux, partagé les joies ou les peines, interrogations, écouté et grandi ensemble.

L'hôte peut adapter le sujet, son contenu et sa présentation en fonction des invités.

Il distribue la parole délicatement (on n'est pas obligé de parler mais chacun peut parler) et veille à ce que certains invités ne versent pas dans le « déballage ». Il gère le rythme et respecte la personnalité de chacun.

Le mot d'ordre est l'écoute bienveillante, sans jugement et dans la plus grande discrétion. Il s'agit d'instaurer un climat de confiance et de respect.

#### **Troisième partie (10 % du temps) : Conclure le dîner**

Cette conclusion se fait selon le profil de l'équipe dans le respect de chacun donc souplesse et adaptation.

Ce temps est utilisé en fonction des participants, au choix :

- Relecture de la soirée : Partage de ce qui était attendu et de ce qui a été vécu
- Lecture d'un des textes proposés en annexe, temps de silence et reprise d'une parole et/ou échange
- Intentions de prière
- Notre Père

# Thèmes

## Dîner 1 : Fraternité, liberté, égalité dans les familles



Fraternité : Lien existant entre personnes considérées comme membres de la famille humaine ; sentiment profond de ce lien (Robert)

Qui est mon frère ? Qui sont mes frères ? Puis je nommer ceux que je considère comme mes frères ?

Puis-je me remémorer des moments de fraternité vécus ? Quels souvenirs j'en garde ?

Quelles sont les joies et difficultés à vivre la fraternité ?

Comment trouver une juste distance avec tous nos frères ? Conjoint, enfants, famille proche, belle-famille, famille élargie, amis, connaissances

Ai-je vécu des expériences de difficulté à vivre ensemble avec d'autres ? Quand on est très différents : vacances, règles ... ?

Jusqu'où est-il possible de vivre la fraternité ?

Comment vivre la fraternité lorsque la distance nous sépare ?

Comment concilier la fraternité avec les 24 heures de nos journées ?

Laïcité : chemin ou obstacle à la fraternité ?

Quel lien puis-je faire entre la fraternité et l'hospitalité ? Entre l'hospitalité et l'écoute ?

Lieux où la fraternité est pratiquée ? M'y suis-je déjà engagé.e ?

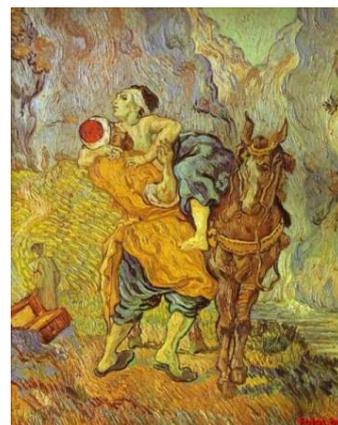
Qui est mon prochain ?

Parmi cette fraternité de 7,7 milliards d'êtres humains, est-ce que je considère que ma place y est unique ? Quel rôle unique et essentiel dois-je y jouer ? Comment la diversité et l'unicité peuvent-ils conduire à la fraternité ?

Qu'en est-il de ma place unique dans le cœur de Dieu ?

« L'enfer c'est les autres » (Sartre, Huis clos) ou « Tu aimeras ton prochain comme toi-même » Marc 12-31 : mon cœur balance !

De la fraternité dans la prière du « Notre Père » ?



## Annexe 1 : Fraternité, liberté, égalité dans les familles

Arthur Schopenhauer, Parerga et Paralipomena (1851)

“Par une froide journée d’hiver, un troupeau de porcs-épics s’était mis en groupe serré pour se garantir mutuellement contre la gelée par leur propre chaleur. Mais tout aussitôt ils ressentirent les atteintes de leurs piquants, ce qui les fit s’éloigner les uns des autres. Quand le besoin de se chauffer les eut rapprochés de nouveau, le même inconvénient se renouvela, de façon qu’ils étaient ballottés de çà et de là entre les deux souffrances, jusqu’à ce qu’ils eussent fini par trouver une distance moyenne qui leur rendit la situation supportable. Ainsi, le besoin de société, né du vide et de la monotonie de leur propre intérieur, pousse les hommes les uns vers les autres ; mais leurs nombreuses qualités repoussantes et leurs insupportables défauts les dispersent de nouveau. La distance moyenne qu’ils finissent par découvrir et à laquelle la vie en commun devient possible, c’est la politesse et les belles manières.”

Pape François, Amoris Laetitia 194

La relation fraternelle s’approfondit avec le temps, et « le lien de fraternité qui se forme en famille entre les enfants, s’il a lieu dans un climat d’éducation à l’ouverture aux autres, est la grande école de liberté et de paix. En famille, entre frères, on apprend la cohabitation humaine [...]. Peut-être n’en sommes-nous pas toujours conscients, mais c’est précisément la famille qui introduit la fraternité dans le monde ! A partir de cette première expérience de fraternité, nourrie par les liens d’affection et par l’éducation familiale, le style de la fraternité rayonne comme une promesse sur toute la société » (catéchèse 18/2/2015)

Pape François, Fratelli Tutti 87

Un être humain est fait de telle façon qu’il ne se réalise, ne se développe ni ne peut atteindre sa plénitude « que par le don désintéressé de lui-même ».[62] Il ne peut même pas parvenir à reconnaître à fond sa propre vérité si ce n’est dans la rencontre avec les autres : « Je ne communique effectivement avec moi-même que dans la mesure où je communique avec l’autre ».[63] Cela explique pourquoi personne ne peut expérimenter ce que vaut la vie sans des visages concrets à aimer. Il y a là un secret de l’existence humaine authentique, car « la vie subsiste où il y a un lien, la communion, la fraternité ; et c’est une vie plus forte que la mort quand elle est construite sur de vraies relations et des liens de fidélité. En revanche, il n’y a pas de vie là où on a la prétention de n’appartenir qu’à soi-même et de vivre comme des îles : dans ces attitudes, la mort prévaut ».[64]

Genèse 18-1 à 8

Aux chênes de Mambré, le Seigneur apparut à Abraham, qui était assis à l’entrée de la tente. C’était l’heure la plus chaude du jour. Abraham leva les yeux, et il vit trois hommes qui se tenaient debout près de lui. Dès qu’il les vit, il courut à leur rencontre depuis l’entrée de la tente et se prosterna jusqu’à terre. Il dit : « Mon seigneur, si j’ai pu trouver grâce à tes yeux, ne passe pas sans t’arrêter près de ton serviteur. Permettez que l’on vous apporte un peu d’eau, vous vous laverez les pieds, et vous vous étendrez sous cet arbre. Je vais chercher de quoi manger, et vous reprendrez des forces avant d’aller plus loin, puisque vous êtes passés près de votre serviteur ! » Ils répondirent : « Fais comme tu l’as dit. Abraham se hâta d’aller trouver Sara dans sa tente, et il dit : « Prends vite trois grandes mesures de fleur de farine, pétris la pâte et fais des galettes. » Puis Abraham courut au troupeau, il prit un veau gras et tendre, et le donna à un serviteur, qui se hâta de le préparer. Il prit du fromage blanc, du lait, le veau que l’on avait apprêté, et les déposa devant eux ; il se tenait debout près d’eux, sous l’arbre, pendant qu’ils mangeaient.

## Dîner 2 : Joie de l'Amour



Y'a d'la joie - Charles Trenet

[https://www.youtube.com/watch?v=ae9AQayZAzA&ab\\_channel=RahmaTigorti](https://www.youtube.com/watch?v=ae9AQayZAzA&ab_channel=RahmaTigorti)

Puis je nommer des grands moments de joie ? Seul (e), en couple, en famille, entre amis ...

Quelle est ma plus grande joie ? Mariage, naissance, fête, réussite, accomplissement ...

Puis je nommer des petits moments de joie de mon quotidien ?

Puis-je contempler ces moments de joie ? En suis-je reconnaissant(e) ? envers qui ? Est-ce que je pense à remercier ? Qui ?

« Soyez toujours joyeux » : Plus facile à dire qu'à faire ! Comment trouver la joie quand tout va mal ? Vers qui me tourner ?

Comment être toujours joyeux ? Est-ce une nécessité, un devoir ? Pour qui ?

Est-ce que je sais créer des moments de joie ? Pour moi-même, mon entourage

La joie est-elle une émotion agréable, un sentiment de satisfaction ou de plaisir ? Joie ou bonheur ?

« La joie qui a besoin d'une cause, ce n'est pas de la joie, mais du plaisir. » (Gustav Meyrink, *La nuit de Walpurgis*)

« Être capable de trouver sa joie dans la joie de l'autre : voilà le secret du bonheur » (Georges Bernanos)

« La joie que nous inspirons a cela de charmant que, loin de s'affaiblir comme tout reflet, elle nous revient plus rayonnante » (Victor Hugo)

Qu'est-ce que je pense de ces citations ?

« Il y a plus de joie à donner qu'à recevoir. » (Act 20-35)

Que donner ? De l'argent, du temps, des talents, autre ?

Ai-je du temps ? Ai-je bien classé mes priorités ? Quelles sont-elles ?

Ai-je déjà donné mon temps, mes talents ? Dans quel cadre : club de sport, association, politique, école, mouvements, paroisse ...

Ai-je déjà expérimenté la joie du don ? Si oui avec qui et pour qui ? Quel souvenir en ai-je gardé ?

Quelles sont les limites au don de soi ? Comment s'y retrouver avec soi-même, son conjoint, ses enfants ? Comment trouver le temps pour le don, du temps pour Dieu ? Comment garder des moments de détente, soirée, cinéma, week-end, vacances ?

Quelles grandes figures de ceux qui ont donné leur vie pour les autres me viennent à l'esprit ?

Qu'est-ce que je pense d'eux ?

## Annexe 2 : Joie de l'amour

Alain, Propos sur le bonheur (1928)

Ce que l'on n'a point assez dit, c'est que c'est un devoir aussi envers les autres que d'être heureux. On dit bien qu'il n'y a d'aimé que celui qui est heureux ; mais on oublie que cette récompense est juste et méritée ; car le malheur, l'ennui et le désespoir sont dans l'air que nous respirons tous ; aussi nous devons reconnaissance et couronne d'athlète à ceux qui digèrent les miasmes, et purifient en quelque sorte la commune vie par leur énergique exemple.

Extrait du Prophète, Khalil Gibran

"Alors un homme riche dit : Parlez-nous du Don. Et il répondit :

Vous donnez, mais bien peu quand vous donnez de vos possessions.

C'est lorsque vous donnez de vous-même que vous donnez véritablement....

Il y a ceux qui donnent peu de l'abondance qu'ils possèdent - et ils le donnent pour susciter la gratitude et leur désir secret corrompt leurs dons.

Et il y a ceux qui possèdent peu et qui le donnent en entier.

Ceux-là ont foi en la vie et en la générosité de la vie, et leur coffre ne se vide jamais.

Il y a ceux qui donnent avec joie, et cette joie est leur récompense.

Et il y a ceux qui donnent dans la douleur, et cette douleur est leur baptême.

Et il y a ceux qui donnent et qui n'en éprouvent point de douleur, ni ne recherchent la joie, ni ne donnent en ayant conscience de leur vertu.

Ils donnent comme là-bas le myrte exhale son parfum dans l'espace de la vallée.

Par les mains de ceux-là, Dieu parle et, du fond de leurs yeux, il sourit à la terre.

Il est bon de donner lorsqu'on vous le demande mais il est mieux de donner quand on vous ne le demande point, par compréhension.

Et pour celui dont les mains sont ouvertes, la quête de celui qui recevra est un bonheur plus grand que le don lui-même.

Et n'y a-t-il rien que vous voudriez refuser ?

Tout ce que vous possédez, un jour sera donné.

Donnez donc maintenant, afin que la saison du don soit la vôtre et non celle de vos héritiers....

Et vous qui recevez - et vous recevez tous - ne percevez pas la gratitude comme un fardeau, car ce serait imposer un joug à vous-même, comme à celui qui donne.

Elevez-vous plutôt avec celui qui vous a donné par ses offrandes, comme avec des ailes.

Car trop se soucier de votre dette est douter de sa générosité, qui a la terre bienveillante pour mère, et Dieu pour père."

Pape François, Amoris Laetitia 133

(...) En famille, « il est nécessaire d'utiliser trois mots. Je veux le répéter, trois mots : s'il te plaît, merci, pardon. Trois mots clés ! ». Quand dans une famille, on n'est pas envahissant et qu'on demande : « S'il te plaît ! » ; quand dans une famille, on n'est pas égoïste et que l'on apprend à dire : « Merci ! » ; quand, dans une famille, quelqu'un s'aperçoit qu'il a fait quelque chose de mal et sait demander : « Pardon : », dans cette famille, il y a la paix et la joie. « Ne soyons pas avare de ces mots, soyons généreux à les répéter jour après jour, parce que « certains silences en famille sont parfois pénibles, entre mari et femme, entre parents et enfants, entre frères ». En revanche, les mots adéquats, dits au bon moment, protègent et alimentent l'amour, jour après jour ».

Luc 1-45/55

Heureuse celle qui a cru à l'accomplissement des paroles qui lui furent dites de la part du Seigneur. » Marie dit alors : « Mon âme exalte le Seigneur, exulte mon esprit en Dieu, mon Sauveur ! Il s'est penché sur son humble servante ; désormais tous les âges me diront bienheureuse. Le Puissant fit pour moi des merveilles ; Saint est son nom ! Sa miséricorde s'étend d'âge en âge sur ceux qui le craignent. Déployant la force de son bras, il disperse les superbes. Il renverse les puissants de leurs trônes, il élève les humbles. Il comble de biens les affamés, renvoie les riches les mains vides. Il relève Israël son serviteur, il se souvient de son amour, de la promesse faite à nos pères, en faveur d'Abraham et sa descendance à jamais. »

## Dîner 3 : Amour et tendresse



La tendresse par Bourvil ou Kids United Nouvelle Génération

[https://www.youtube.com/watch?v=wEhw9AMYOoA&ab\\_channel=elikalab](https://www.youtube.com/watch?v=wEhw9AMYOoA&ab_channel=elikalab)

[https://www.youtube.com/watch?v=9I7DVJmKIxI&ab\\_channel=WeAreKidsUnited](https://www.youtube.com/watch?v=9I7DVJmKIxI&ab_channel=WeAreKidsUnited)

Qu'est-ce que l'Amour ?

Comment faire grandir l'amour : en moi, autour de moi, dans la société ?

Les 5 langages de l'amour de Gary Chapman ? les paroles valorisantes, les moments de qualité, les cadeaux, les services rendus, le toucher physique. Quel est mon langage, celui de mon conjoint, de mes proches ? Mon langage spontané est-il celui que l'autre (conjoint, enfant...) aime recevoir ? (ex : je lui fais des cadeaux mais il a besoin de tendresse). Comment ajuster nos langages ?

Amour = amitié (écoute, complicité, humour, ...) + 5 désirs spécifiques (tendresse, sexualité, projets communs, être important pour l'autre et réciproquement, vivre ensemble/communiquer). Que signifie cette équation pour moi ?

Est-ce que je prends le temps de communiquer et d'écouter ceux qui m'entourent ? Quels sont les lieux et temps qui me sont offerts pour l'écoute et la communication ?

Quelle est la place d'Internet dans cette communication ?

Quelle est la place au silence dans ma vie ? Est-il un enfermement ou ressourçant ? Quels sont les lieux et temps qui me sont offerts pour le silence ?

Et avec Dieu, comment se traduit la communication l'écoute et le silence dans ma vie ? Puis-je lui donner le nom de prière ?

Dieu est Amour ? Tendresse ? Qu'est-ce qui nous permet de le croire ? Qu'est-ce qui nous en empêche ?

Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné son fils ... : concrètement, comment cela me parle d'amour ?

## Annexe 3 : Amour et tendresse

Empreintes, Ademar de Barros, poète brésilien  
J'ai fait un rêve, la nuit.  
Je cheminai sur la plage, côte à côte avec le Seigneur.  
Nos pas se dessinaient sur le sable, laissant une double empreinte :  
La mienne et celle du Seigneur.  
L'idée me vint - c'était un songe –  
Que chacun de nos pas représentait un jour de ma vie.  
Je me suis arrêté pour regarder en arrière.  
J'ai vu toutes ces traces qui se perdaient au loin.  
Mais je remarquai qu'en certains endroits,  
au lieu de deux empreintes, il n'y en avait plus qu'une.  
J'ai revu le film de ma vie.  
O surprise !  
Les lieux de l'empreinte unique  
correspondaient aux jours les plus sombres de mon existence.  
Jours d'angoisse ou de mauvais vouloir ;  
jours d'égoïsme ou de mauvaise humeur ;  
jours d'épreuve et de doute ;  
jours intenable...  
Alors, me tournant vers le Seigneur, j'osai lui faire des reproches :  
"Tu nous a pourtant promis d'être avec nous tous les jours !  
Pourquoi n'as-tu pas tenu ta promesse ?  
Pourquoi m'avoir laissé seul aux pires moments de ma vie ?  
Aux jours où j'avais le plus besoin de ta présence ?"  
Mais le Seigneur m'a répondu :  
" Mon ami, les jours où tu ne vois qu'une trace de pas sur le sable,  
ce sont les jours, où je t'ai porté."

Jacques Salomé, Contes d'errance, contes d'espérance  
La tendresse est le langage le plus direct pour atteindre l'âme et nous permettre de rejoindre cette part de nous-mêmes qui sait, au-delà des mots et des gestes, nous rejoindre au plus près de nos possibles, au plus profond de nos attentes.

Jacques Salomé, Apprivoiser la tendresse.  
La tendresse n'est pas un sentiment, mais une qualité de la communication, faite d'attentivité, de douceur et de chaleur que je propose à un moment donné, dans un échange donné, à une personne précise.

Dalai Lama  
Combattre l'ignorance, c'est aussi combattre la souffrance. L'ignorance est la source des poisons et obscurcissements mentaux. En développant l'altruisme, l'amour, la tendresse et la compassion, on réduit la haine, le désir ou l'orgueil.

Saint Jean Paul II, Amour et Responsabilité  
La tendresse naît de la compréhension de l'état d'âme d'autrui et tend à lui communiquer combien on est proche de lui.

Mère Térésa :

Ne vous imaginez pas que l'Amour, pour être vrai, doit être extraordinaire. Ce dont on a besoin, c'est de continuer à aimer. Comment une lampe brille-t-elle, si ce n'est par l'apport continu de petites gouttes d'huile ? Qu'il n'y ait plus de gouttes d'huile, il n'y aura plus de lumière et l'époux dira : 'Je ne te connais pas ». Mes amis, que sont ces gouttes d'huile dans nos lampes ? Elles sont les petites choses de la vie de tous les jours : la joie, la générosité, les petites paroles de bonté, l'humilité et la patience, simplement aussi une pensée pour les autres, notre manière de faire silence, d'écouter, de regarder, de pardonner, de parler et d'agir. Voilà les véritables gouttes de l'Amour qui font brûler toute une vie d'une vive flamme. Ne cherchez donc pas Jésus au loin : Il n'est pas que là-bas. Il est en nous. Entretenez bien la lampe et vous le verrez .

Cantique des cantiques. De Salomon :

ELLE Qu'il me donne les baisers de sa bouche : meilleures que le vin sont tes amours !  
Délice, l'odeur de tes parfums ; ton nom, un parfum qui s'épanche : ainsi t'aiment les jeunes filles !  
Entraîne-moi : à ta suite, courons ! Le roi m'a fait entrer en ses demeures.  
CHŒUR En toi, notre fête et notre joie ! Nous redirons tes amours, meilleures que le vin : il est juste de t'aimer !  
ELLE Noire, je le suis, mais belle, filles de Jérusalem, pareille aux tentes de Qédar, aux tissus de Salma.  
Ne regardez pas à ma peau noire : c'est le soleil qui m'a brunie. Les fils de ma mère se sont fâchés contre moi : ils m'ont mise à garder les vignes. Ma vigne, la mienne, je ne l'ai pas gardée...  
Raconte-moi, bien-aimé de mon âme, où tu mènes paître tes brebis, où tu les couches aux heures de midi, que je n'aie plus m'égarer vers les troupeaux de tes compagnons.  
CHŒUR Si tu ne le sais pas, ô belle entre les femmes, va dehors sur les traces du troupeau et mène paître tes jeunes chèvres vers les tentes des bergers.  
LUI Cavale attelée aux chars de Pharaon, ainsi tu m'apparais, ô mon amie !  
Quel charme, tes joues entre tes boucles, ton cou entre les perles !  
Nous te ferons des boucles d'or, incrustées d'argent.  
ELLE Quand le roi est dans ses enclos, mon parfum répand sa bonne odeur.  
Mon bien-aimé, pour moi, est un sachet de myrrhe : entre mes seins, il passera la nuit.  
Mon bien-aimé, pour moi, est un rameau de cypre parmi les vignes d'Enn-Guèdi.  
LUI Ah ! Que tu es belle, mon amie ! Ah ! Que tu es belle : tes yeux sont des colombes !  
ELLE Ah ! Que tu es beau, mon bien-aimé : tu es la grâce même ! La verdure est notre lit ; les cèdres forment les poutres de notre maison et les cyprès, nos lambris.

Prière de Saint François d'Assise

Seigneur, fais de moi un instrument de ta paix,  
Là où est la haine, que je mette l'amour.  
Là où est l'offense, que je mette le pardon.  
Là où est la discorde, que je mette l'union.  
Là où est l'erreur, que je mette la vérité.  
Là où est le doute, que je mette la foi.  
Là où est le désespoir, que je mette l'espérance  
Là où sont les ténèbres, que je mette la lumière.  
Là où est la tristesse, que je mette la joie.  
O Seigneur, que je ne cherche pas tant  
à être consolé qu'à consoler,  
à être compris qu'à comprendre, à être aimé qu'à aimer.  
Car c'est en se donnant qu'on reçoit,  
c'est en s'oubliant qu'on se retrouve, c'est en pardonnant qu'on est pardonné,  
c'est en mourant qu'on ressuscite à l'éternelle vie.

