

# Parcours 40

*Un parcours de transformation à destination de tous*

Numéro 5 bis  
06 mars 2022

Cher lecteur,

Nous tenons à vous préciser que ce numéro est un bis. En principe dans le déroulement du parcours 40, les dimanches sont réservés pour le détour au désert c'est-à-dire faire une pause pour jeter un coup d'œil au rétroviseur.

Tout est grâce dans notre vie car nous avons déjà jeté ce coup d'œil à notre rétroviseur. J'imagine que chacun à trouver de quoi être heureux (se).

Nous attendons souvent dans nos différents milieux et surtout dans les écritures saintes que nous devons être le sel de la terre. Un autre parallélisme dit que devons être la lumière du monde. Chacun pourra sans doute développer sa thèse, au-delà des utilités classiques que nous connaissons du sel et de la lumière. Retenons que le sel préserve de la corruption et donne de la durabilité au bien. La lumière quant à elle permet d'être visible par tous.

**Être sel et lumière pour soi-même.** Nous sommes créés à l'image de Dieu. Nous devons être capables de nous regarder nous-mêmes et d'apprécier toutes les valeurs que nous possédons. En dépit des difficultés et péripéties que la vie nous sert chaque jour, nous devons prendre conscience que nous sommes appelés à la joie et à la paix intérieure. Il s'agit de pouvoir se concentrer sur la petite lumière générée par la bougie que nous tenons dans une chambre noire ; et non pas de s'attarder sur les alentours sombres. Être sel et lumière pour soi-même, c'est pouvoir "renaître de ses cendres" c'est-à-dire, montrer de la sérénité et de l'abnégation malgré les difficultés du moment. Nous devons être goûteux et éclatants de lumière, chaque jour. Laissez de côté notre pessimisme et porter l'habit de l'optimisme. Il s'agit être porteurs de joie et de bonheur par nous-mêmes sans toutefois tomber dans l'orgueilleux.

**Être sel et lumière pour les autres.**

La condition sociale de l'homme l'amène toujours à tenir compte de l'autre. Bien souvent, nous le faisons en regardant ce qu'il y a de mauvais en l'autre : "**Le pire de nos défauts, est nôtre intérêt pour les défauts des autres**". Ali Ibn Abi Talib.

Chacun doit prendre conscience qu'il est sel pour son prochain. **Il doit lui apporter du goût.** Il doit l'inviter à venir chaque fois à lui. Et cela commence par un sourire, un clin d'œil, un bonjour aux enfants, à son épouse, à son époux, au partenaire, au collègue... Nous sommes invités à semer la joie dans notre milieu de vie. N'oubliez surtout pas que vous avez de la personnalité, vous avez du goût ! A quoi bon le garder pour vous seuls ! Que vaut une lumière qui est cachée sous une table ? Vous avez de la saveur à donner et à partager. Être sel, c'est apporter la joie à toutes les personnes que nous rencontrons au matin, qui peinent sous le poids de leurs difficultés : la maladie, les problèmes financiers, le doute, l'angoisse, les difficultés de rendement au travail.

Chaque jour nous avons la chance d'être des porteurs de joie, de bonheur ou plus simplement d'être sel et lumière pour ceux que notre regard rencontre.

A demain,

Désiré et Raymond

#### Micro-action du jour :

**Choisir de donner un peu de joie aujourd'hui en apportant de l'attention à quelqu'un qui en a besoin dans notre entourage.**

#### Paniers de micro-actions pour vous inspirer

- Prendre le déjeuner avec un collègue esseulé
- Visiter un malade
- Passer un coup de fil à quelqu'un de l'on a pas appelé depuis belle lurette
- Passer 10 minutes d'échanges avec un collègue
- Demander pardon
- Accorder son pardon
- Offrir un repas