



Circulaire N°22

« Cherchez-moi et vous vivrez »

Amos 5,4



Année 1 / 01 Avril 2024

Parole de vie

Car ainsi parle le Seigneur à la maison d'Israël : Cherchez-moi et vous vivrez. Mais ne cherchez pas à Béthel, n'entrez pas à Guilgal, ne passez pas à Bershéba ; car Guilgal sera entièrement déporté et Béthel, réduit à néant. Cherchez le Seigneur et vous vivrez, de peur qu'il ne tombe comme le feu sur la maison de Joseph, un feu qui dévore, et personne, à Béthel, pour l'éteindre !

Amos 5, 4-6

Approfondissement de la parole

Dieu n'a pas complètement abandonné Israël. Il parle comme « notre Dieu », prêt à notre retour à lui pour délivrer et bénir. « Cherchez-moi et vous vivrez » : le prophète Amos a exhorté à plusieurs reprises, les fils d'Israël à chercher Dieu, de qui ils s'étaient éloignés et qu'ils avaient offensé.

Les leçons que le prophète donne à Israël, s'adresse à nous aussi, « peuple de Dieu, nouvel Israël ». Nous ne devons pas chercher Dieu à des fins égoïstes, ni pour des cadeaux, ni pour juste demander des choses car, qu'est-ce que le monde sans Dieu ? Beaucoup de personnes recherchent le plaisir, la richesse et le pouvoir; d'autres trouvent en Dieu leur principal bien. Comme dit saint Paul, « j'aurais beau être prophète..., mais s'il me manque l'amour, s'il me manque Dieu, je ne suis rien ». Nous devons chercher Dieu avec un désir intense de nous laisser entre ses mains; voilà pourquoi il est écrit : « Vous me cherchez et vous me trouverez, quand vous me chercherez de tout votre cœur ».

Commentaire de Adam Clarke, <https://www.bibliaplus.org/fr/amos/5/4>

Message à mes frères

Mes chers frères,

Christ est ressuscité, Alléluia!

Nous sommes dans la joie pascale et je voudrais saisir cette opportunité pour souhaiter cordialement une joyeuse pâque à tous. En effet, après quarante jours de marche personnelle et en Eglise, chacun de nous s'est mis à l'école du Christ, profitant du temps de carême pour prendre des résolutions pour sa vie spirituelle, sociale et ou apostolique. Que le nom de Dieu soit béni pour sa protection et surtout pour sa main puissante qui ne cesse d'agir dans chacune de nos vies, même quand parfois nous avons l'impression que rien ne se passe en nous ou autour de nous.

En ce temps pascal, osons prier avec ce texte de Dom Ludovic LECURU, bénédictin de Saint-Wandrille :

« Seigneur Jésus, en mourant, tu as détruit notre mort. En ressuscitant, tu nous rends la vie. Par ta résurrection le matin de Pâques, tu nous ouvres à la vie éternelle... accorde à chacun de nous d'être fidèle par toute sa vie à son baptême qui fait passer de la mort à la vie. Que nos cœurs partagent la même foi et, dans la vie de chaque jour, le même amour. chasse loin de nous le péché en nous réconcilie avec toi pour que nous partagions la liberté parfaite avec tous les saints. Amen ! Alléluia ! »

Le supérieur délégué

F. FARA PATAI Mathurin, s.c

Nouvelles

LA RENCONTRE DE LA COMMISSION COORDINATION DES ECOLES DE LA DELEGATION :

Il s'est tenue du 26 au 27 Mars 2024, une rencontre couplée à la formation des chefs d'établissements des Frères du Sacré-Cœur, membre de la commission coordination des écoles. Cette rencontre qui a eu lieu à Pala a vu la participation des chefs d'établissements de la section Tchad. Nos chefs d'établissements du Cameroun, notamment de Douala et Nlong n'ont pas été du rendez-vous compte tenu de la distance mais aussi du décalage de la date des congés de pâques qui sont fixés au 28 Mars 2024 au Cameroun.



Comme à l'accoutumée, la rencontre des chefs d'établissements permet d'échanger sur les activités et réfléchir sur les sujets préoccupants ainsi que les perspectives à venir. La formation reçue était axée sur deux thématiques à savoir:

1. **La performance des établissements scolaires tenues par les Frères du Sacré-Cœur: défis et perspectives pour les dix années à venir**, (Par F. KEMTCHANG KOUDE Joseph);
2. **L'importance de l'Education à la Vie et à l'Amour (EVA) en milieu scolaire**, (Par Mr NOUMI Baïtchourkamla).

Cette rencontre a vu la participation des gestionnaires de nos établissements suivants : F. KEMTCHANG KOUDE Joseph (Proviseur du Complexe Scolaire Elie Tao Baydo de Pala), F. ALLAH-FI Honoré (Proviseur du Lycée Padre Pio de Bébédjia), F. NOUWE SIMTOUIN Roger (Proviseur du Lycée-Collège Saint Etienne de N'Djaména), F. GOUAKAINE Donald (Proviseur du Complexe Scolaire Frère Polycarpe de N'Djaména), F. NGUELEODAI Jean-Baptiste (Directeur du Collège Sacré-Cœur de Bébédjia). Les chefs d'établissements de la section Cameroun ont part aux travaux dans la plateforme de ladite commission.

Pour la coordination des écoles, F. GOUAKAINE Donald, s.c

LE FOYER SACRE-CŒUR DE BEBEDJIA:

Faisant suite aux recommandations formulées lors de l'assemblée de Pala tenue en 2022, les frères ont largement exprimé le souhait de voir le Foyer Sacré-Cœur de Bébédjia ouvrir ses portes aux jeunes. Au regard des expériences antérieures, il y a eu tant d'optimisme que de pessimisme, bien entendu que les résultats n'avaient pas toujours été glorieux sur le plan vocationnel. Comme cadre d'accueil des jeunes, le conseil a pris très au sérieux ce vœu exprimé par les frères et a fait ce qui était possible pour que le foyer Sacré-Cœur soit opérationnel dès la rentrée 2023-2024.

Devant ce défi lancé par les frères de la délégation en tant que religieux-éducateurs, quelques dépliants ont été élaborés et mis à la disposition de nos établissements et des chargés de vocations pour information et sensibilisation. **Le temps était avancé car nous étions en Août 2024**; beaucoup de parents avaient déjà envoyé leurs enfants dans les structures de premières heures. Avec la volonté et l'engagement de plusieurs confrères, le foyer a pu accueillir 7 jeunes dont 4 de N'Djaména, 1 de Moundou, 1 de Koumra et 1 de Bébédjia. Merci aux confrères (que nous ne voudrions pas nommer au risque d'en oublier) qui ont accepté de se mettre à la tâche pour que cette réouverture puisse être possible.

Cette première expérience après des années de fermeture, présente d'énormes insuffisances que je voudrais évoquer :

- ♦ **La difficulté à recruter** : il faut atteindre un effectif d'au moins 10 à 12 jeunes pour pouvoir supporter les charges ;
- ♦ **La qualité du recrutement** : les jeunes qui ont été recrutés n'étaient pas préparés pour intégrer un tel cadre de formation;
- ♦ **La pension fixée était minime par rapport aux charges** : il fallait subventionner le foyer pour qu'il fonctionne;

Les frères de la communauté de Bébédjia étaient impliqués dans le suivi et l'encadrement des jeunes et c'est l'occasion de dire merci à toute la communauté qui a prêté une main forte au frère Laurent MBAIGOLMEM dans la conduite de cette lourde mission. Les défis internes sont inéluctables mais nous prendrons le temps de les scruter en équipe formatrice. Mais surtout en terme de perspective, **nous appelons à la plus grande participation des confrères des différentes communautés afin que l'année soit meilleure**. Au moment venu, des informations mises à jour parviendront aux communautés

Ce qu'il faut noter, c'est que, la vocation actuelle du foyer Sacré-Cœur est d'encadrer les jeunes qui désirent vivre une expérience communautaire et de formation avec un désir d'approfondissement de leur cheminement dans la vie. C'est un cadre d'éveil de vocation et nous osons croire que « celui qui va à la pêche cherche des poissons mais il n'est pas assuré d'avance de l'espèce, de la quantité et ou du temps qu'il mettra pour arriver à un bon résultat ». Mettons-nous au travail et jetons le filet sans découragement ni jugement [...] soyons surtout assez patients.

Pour le Foyer Sacré-Cœur de Bébédjia, FF. FARA PATAI Mathurin & MBAIGOLMEM B. Laurent, s.c

LES TRAVAUX DE FINITION DE LA RESIDENCE DE YAOUNDE (FIN DU CHAPITRE EXECUTION)

Après plusieurs mois d'attente dans la patience, le découragement et même la tension, nous allons vers la fin de l'épisode du chantier de Yaoundé. Le moment du bilan viendra mais je voudrais d'ores et déjà exprimer toute ma reconnaissance aux confrères qui se sont engagés dans la conduite de ce projet.

« Je tiens humblement à exprimer mon regret à l'endroit de tous les frères pour la longueur du temps d'attente de l'achèvement de cette construction qui a fait l'objet de tant de désagréments. Vous comprendrez que gérer un projet d'une telle envergure n'est pas chose facile. Plus encore, affronter des obstacles voire des litiges qui incombent des recours aux procédures de la loi ne sauraient être tributaires de ma simple volonté. »

Toutefois, ce mois d'Avril 2024 nous permettra de voir le bout du tunnel. Voici le tableau des travaux exécutés et à achever:

- ◇ **Les chambres, les salles communautaires, la chapelle,...** sont entièrement terminées et réceptionnées. Le Rez-de-chaussée, le 1^{er} et le 2^{ème} étage (comptant 11 chambres), puis le balcon sont utilisables.
- ◇ **La peinture intérieure et extérieure** est réalisée. La 2^{ème} couche de peinture extérieure avec quelques retouches se poursuivent à quelques endroits. La grande réception du bâtiment aura lieu à la fin de la première semaine d'Avril.
- ◇ **Une rigole en béton** est faite tout le long de la clôture avant, au portail, drainant les eaux vers les canalisations du quartier. Des dalles en béton présentement en solidification dans des coffrages vont recouvrir la rigole sur la longueur.
- ◇ **L'automatisme du portail** a été installé et réceptionné le 27 Mars 2024. Il est électrique et peut fonctionner, même en cas de coupure d'électricité, grâce à une **batterie** spéciale incorporée.

Les derniers travaux qui vont clôturer le projet de Yaoundé sont précisément: **la finition de la clôture** qui débute la semaine prochaine (maçonnerie de la hauteur du mur, crépissage et peinture) et le **nettoyage et le nivellement de la cour** au terme des travaux. D'autres aménagements se feront avec le temps à titre d'entretien résidence par la communauté locale.

FF. FARA PATAI Mathurin & MBAÏNAREM DJETOUGA Gérard, s.c



NECROLOGIE - OBSEQUES DE L'ABBE FELIX NDAMHA ZRA A LA PAROISSE DE MOKOLO-TADA:

Né en 1964 à Rhumzou, le feu abbé Félix NDAMHA ZRA a été promotionnaire du frère BERANGAR Grégoire au grand séminaire de Bakara à N'Djaména (Tchad) où il a fait les études en philosophie de 1987 à 1990. Il fut ordonné prêtre le 06 Mai 1995 à la paroisse Sacré-Cœur de Rhumzou, et a effectué son ministère sacerdotal et pastoral dans une dizaine de paroisses du diocèse de Maroua-Mokolo. Il fut également père spirituel au petit séminaire de Guider et au grand séminaire de Maroua (Cameroun). L'abbé Félix a été fragilisé par la maladie ces dernières années et fut rappelé à Dieu le 13 Mars 2024. L'Eglise militante l'a accompagné dans sa dernière demeure le 26 Mars 2024 à la paroisse de Mokolo-Tada où reposent nos trois frères Jean-NIHLS, Lucien YANKIMADJI et Jean-Pierre ALLADOUM. Prions pour le repos de son âme et que d'auprès du Père céleste, avec nos trois frères défunts, qu'ils intercèdent pour nous qui poursuivons notre pèlerinage sur la terre.

Cf. CV & chronique F. FARA PATAI Mathurin,s.c

Agenda d'Avril 2024

LES ANNIVERSAIRES DE NAISSANCE DES FRERES DU CANADA ET D'AFRIQUE CENTRALE:

- 16 Avril:** F. Jean-Pierre GUEVIN (Can)
18 Avril: F. Joseph VAILLANCOURT (Can)
21 Avril: F. Robert DANIS (Can)
 F. Jean-Paul LABREQUE (Can)
 F. Marcel RIOPEL (AFC)
22 Avril: F. Ismaël MEKILA NODJI (novice AFC)
24 Avril: F. Gaston BLAIS
 F. André CLOUTIER (ancien missionnaire AFC)
28 Avril: F. Antonio MASCOLO (Can)
29 Avril: F. Denis PLOURDE (Can)

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à nos frères qui célèbrent le don de la vie au cours de ce mois d'Avril.

**Puisse le Seigneur accorder à chacun: santé, paix et longévité!
HEUREUX ANNIVERAIRE!**

LES EVALUATIONS DES COMMUNAUTES ET DES FRERES A VŒUX TEMPORAIRES:

La tenue du 37e chapitre général de l'institut dont le calendrier s'étend du 06 Mai au 01er Juin 2024 nous amène à anticiper certains programmes de fin d'année 2023-2024 afin de tenir dans le délai.

◇ Les auto-évaluations et les évaluations des communauté formatives :

Les frères qui demandent le renouvellement des vœux (13) et les candidats à la profession perpétuelle (3) ont transmis les documents demandés, aux membres du conseil. Nous remercions chacun des confrères concernés pour la diligence et surtout pour le sérieux qui a été mis dans cette démarche. Les communautés locales et formatrices ont également fait du bon travail pour accompagner ces confrères. Merci à chacune d'elles et surtout aux responsables des communautés et de formation qui ont pris du temps nécessaire pour faire cette évaluation. Tous les documents sont parvenus dans le délai comme souhaité et cela va permettre au conseil de faire son travail dans le délai. Nous tenons à préciser que deux (2) novices se préparent à la première profession cette année.

◇ L'évaluation de mi-parcours du Projet Apostolique Communautaire 2023-2024 :

Habituellement, le P.A.C est évalué deux fois dans l'année à savoir l'évaluation de mi-parcours en février et l'évaluation de fin d'année en Mai. Le but de cette évaluation est de permettre à chaque communauté d'apprécier la marche à mi chemin afin de recadrer les points d'attention pendant qu'il est encore temps. Merci aux communautés qui ont pris en main leur projet de vie et s'évertuent de donner ce qu'il y a de meilleur pour que la vie communautaire soit agréable pour chacun et pour tous. Il y a quelques communautés qui n'ont pas envoyé leur évaluation de mi-parcours; nous les invitons à ne pas négliger cette étape car elle contribue au bien général.

De façon générale, nous nous invitons mutuellement à doubler de vigilance au dernier trimestre de cette année pour ne pas nous laisser submerger par l'activisme au point de **négliger les prières communautaires et personnelles; de ne pas prendre part aux rencontres et partages fraternels et enfin, de prendre de la distance avec la communauté et la Règle de Vie.** « Courage et Confiance », disait le Père André COINDRE!

LA VISITE DES MEMBRES DU CONSEIL DE LA DELEGATION A MOKOLO ET MAROUA:

Les membres du conseil, FF. BERANGAR Grégoire et MBAÏNAREM DJETOUGA Gérard se sont joints au délégué qui séjourne à Mokolo depuis quelques jours, pour célébrer la Pâques avec F. Gilbert du 30 au 31 Mars 2024. Le 4^{ème} conseil ordinaire de la délégation va s'achever à Maroua par une rencontre avec l'évêque de Maroua-Mokolo, Mgr Bruno ATEBA, le 1er Avril 2024.

En effet, le diocèse de Maroua-Mokolo entend bâtir dans un avenir proche, un centre de pastorale sociale et familiale en lieu et place de l'actuel village de l'Amitié. Cette nouvelle orientation ne nous concernerait pas beaucoup et par conséquent, nous devons bien réfléchir à notre avenir dans l'extrême Nord Cameroun. De belles perspectives sont en vue et nous devons prier pour que le Seigneur nous fasse découvrir sa volonté. En terminant ce périple au Cameroun, notre trajet va se poursuivre vers le Tchad et nous remercions très particulièrement F. Joseph KOUDE qui a accepté de conduire les membres du conseil, de Pala (Tchad) à Garoua, Maroua et Mokolo (Cameroun) puis le voyage retour sur Pala.

Apostolat communautaire

LA MISSION DES FRERES DU SACRE-CŒUR DANS L'EXTREME NORD CAMEROUN (1975 - 2024):

TEMOIGNAGE DE LA VIE DE F. GILBERT ALLARD

Notre histoire dans l'extrême Nord Cameroun est peu connue par la génération actuelle des frères de la délégation d'Afrique Centrale. L'on peut même oser dire qu'il y a un bon nombre de frères qui ne connaissent pas la communauté de Mokolo et cela peut s'expliquer. Notre doyen actuel dans la délégation, F. Gilbert ALLARD qui est le seul témoin et pilier de notre mission à Mokolo nous fait un témoignage à ce sujet.

Qui est F. Gilbert ALLARD?

De nationalité canadienne, F. Gilbert ALLARD est né en 1935. Il a prononcé ses vœux perpétuels en 1952 et dès lors, il s'est rendu disponible pour la mission de l'institut là où ses supérieurs avaient besoin de lui. En effet, les obédiences autrefois étaient « disponibilité totale ». Elles étaient annoncées de façon officielle et chacun recevait séance tenante « l'envoi en mission » que ce soit ad intra ou ad extra.



F. Gérard ROY & F. Gilbert ALLARD



F. Gilbert ALLARD & Mgr Philippe STEVENS

Quel est le parcours missionnaire de F. Gilbert ALLARD au Cameroun?

Avant d'arriver à Mokolo, F. Gilbert a été dans d'autres communautés au Cameroun dont celle de Makak (1960-1961; 1971-1972 et 1974-1975). Il faut le rappeler, Makak était « un collège d'élites au Cameroun ». Le collège de Makak a formé un grand nombre des cadres camerounais voire africains. Le F. Gilbert a aussi dirigé le Collège Saint Michel de Douala où il a séjourné pendant longtemps (1961-1972).

Son arrivée à Mokolo date de 1975 dans un contexte missionnaire de première évangélisation c'est-à-dire, notre mission à Mokolo s'est ouverte au moment où il y avait un besoin réel et urgent d'agents pastoraux pour annoncer, fonder des églises locales et former les futurs ministres de l'Evangile. C'est alors qu'une pastorale locale s'est mise en place entre l'ordinaire des lieux et nos premiers frères venus à Mokolo. Relevons avec insistance que feu Mgr Jacques de Bernon, évêque de Maroua-Mokolo d'alors a été un évêque au cœur d'or qui a vécu l'évangélisation de la première heure avec nos frères dans une fraternité d'alliance. Il est de ceux dont souhaite le pape François.

Quel était apostolat de nos frères à Mokolo?

Nos frères à Mokolo ont travaillé pour le centre diocésain de formation des catéchistes. Cet apostolat s'est arrêté en 2013 de suite d'une nouvelle vision du diocèse. Le centre est aujourd'hui fermé. Par contre, la formation au centre agricole se poursuit sous la direction des laïcs. F. Lucien PROVENCHER y a travaillé jusqu'en 2004 avant de rentrer au Canada. Ce dernier est décédé en 2006 au Canada, laissant derrière, un projet promoteur pour lequel les frères croyaient. C'est en 2013 que le frère Gilbert est resté seul, après le retour de F. Gérard ROY au Canada. Depuis fort longtemps, nos frères donnent des enseignements au grand séminaire de Maroua. En plus du F. Gilbert qui enseigne l'Ecriture Sainte (pendant 40 ans), F. Gérard, VINCENT (3 ans), Rosaire BERGERON (pendant 25 ans).

F. Gilbert a travaillé dans différents villages de l'extrême Nord pour l'évangélisation dont TADA (7 ans), SHOUGOULE (25 ans), MOUFTOUM (3 ans), MAGOUMAZ (8 ans). Après avoir donné le meilleur de lui durant toutes ces années, notre doyen qui demeure à Mokolo, essaie tant qu'il peut, de faire quelque chose au village de l'Amitié de Mokolo-Tada anime le foyer des jeunes (60 jeunes) et, donne une prestation chaque mardi au grand séminaire de Maroua. Cette page de la vie missionnaire du F. Gilbert ALLARD lance deux défis majeures à la délégation d'Afrique Centrale: celui de la pérennité de notre mission à Mokolo et celui de la persévérance des frères dans la vie religieuse.

FF. Gilbert ALLARD & FARA PATAI Mathurin, s.c

Formation continue

THEME 7: COMMENT VAINCRE LE STRESS ?

LA DIFFÉRENCE ENTRE LE STRESS ET L'ANXIÉTÉ :

Les termes stress et anxiété s'emploient de façon équivalente, car les symptômes se ressemblent et les deux se manifestent souvent ensemble. Le stress se concentre sur les pressions externes auxquelles on a du mal à faire face. L'anxiété porte sur l'inquiétude ou la peur des choses qui pourraient nous menacer. Au travail, le stress se manifeste souvent quand on pense que les exigences d'une situation sont plus élevées que les ressources dont on dispose. On stresse si l'on doit accomplir de nombreuses tâches à la fois exigeantes et que le temps compte ou il n'est pas assez pour les faire. Jean-Pierre Brun dans son livre *Les 7 pièces manquantes du management*, présente les facteurs de stress au travail en 7 catégories :

LES FACTEURS QUI PROVOQUENT DU STRESS AU TRAVAIL :

- Le manque de reconnaissance au travail;
- Le manque de soutien;
- Le manque de respect;
- La difficulté de concilier travail et vie personnelle;
- La surcharge de travail;
- L'absence de participation aux décisions;
- L'ambiguïté des rôles (Brun, J.-P, 2008, p. 200)

LES ÉLÉMENTS QUI PROVOQUENT DU STRESS AU TRAVAIL :

- La diminution du contrôle;
- L'imprévisibilité;
- La nouveauté;
- La menace à l'ego.

Les indicateurs ne manquent pas pour reconnaître une situation de stress. On peut remarquer des manifestations physiques comme psychologiques chez une personne qui vit du stress au travail.

- **Les manifestations psychologiques liées au stress au travail sont :** la démotivation, l'isolement, la perte de confiance en soi, le sentiment d'incompétence, l'humeur affectée c'est-à-dire: agitation, anxiété, irritabilité, agressivité...
- **Les symptômes physiques liés au stress au travail sont entre autres :** la transpiration, le cœur qui bat plus vite, les muscles qui sont tendus, les maux de ventre, les maux de tête, le système immunitaire devient plus faible, l'insomnie, l'augmentation du risque de dépression...

LES CONSÉQUENCES DU STRESS AU TRAVAIL :

Les conséquences du stress au travail sont concrètes et souvent coûteuses à savoir:

- **La perte de productivité:** le manque de concentration, la tension interpersonnelle, les problèmes de communication;
- **L'absentéisme:** des absences au travail liées à la santé (mentale); on développe des maladies psycho-somatiques;
- **L'épuisement professionnel** (burn out).

QUELQUES PISTES DE SOLUTIONS POUR DIMINUER LE STRESS AU TRAVAIL :

- Pratiquer l'activité physique et sportive aide à gérer le stress;
- Instaurer des pauses actives au travail ;
- Organiser des activités de groupes, des ateliers et des partages pour améliorer le climat de travail;
- A partir d'une formation, chaque personne ou chaque structure peut travailler sur ses problèmes spécifiques.

STRESS AU TRAVAIL : sources, Conséquences et solutions, <https://actiz.ca> (06/03/2024 à 3:PM AFC)

Thème de la province du Canada : « Allume le feu »

Thème de la délégation d'Afrique Centrale : « Frères, osons ensemble l'avenir »

