

Conférence de Madame Rosette POLETTI

Mardi 30 novembre en soirée, malgré des conditions météo défavorables, 250 personnes de tous âges étaient présentes à l'Oppidum de Champagnole pour écouter Mme Rosette Poletti, psychothérapeute suisse très connue dans les milieux médicaux.

"Trouver la Paix du Cœur", tel était le thème traité au cours de la soirée. L'assemblée fut séduite, enthousiasmée par les propos émaillés d'exemples concrets tenus par Mme Poletti.

Il nous a semblé bon de mettre à la disposition de ceux qui le souhaitent, l'intégralité du texte de la conférence.

Nous vous en souhaitons bonne lecture.

La commission Eglise-Actualité

TROUVER LA PAIX DU CŒUR

Merci beaucoup de m'avoir invitée à partager avec vous des choses qui me tiennent à cœur. Et ce soir, ce sera sur la paix du cœur. C'est un sujet auquel je tiens beaucoup et j'ai trouvé dans des écrits et des vidéos de ce théologien indien, philosophe chrétien qui s'appelle Anthony de Mello, des points qui rythmeront cette soirée.

Trouver la paix du cœur, on le veut tous, on a cherché comment être en paix intérieure, vivre en paix et c'est vraiment une recherche permanente et universelle. Paradoxe : tous les humains voudraient la paix et en même temps, depuis des millénaires, on n'a jamais eu une planète qui n'avait pas de guerre. Et c'est vrai que la guerre existe, il y a en cette époque des pays où on est en guerre. Elle existe entre les États, les religions et à l'intérieur de groupes plus restreints comme les familles. Alors on se dit : comment ce que cela se fait qu'on souhaite cette paix pour tous les humains y compris pour nous et en même temps elle nous échappe en permanence. Est-ce une fatalité ou y a-t-il quelque chose à changer ? Moi je crois que quelque chose peut changer. Le problème c'est que ce ne peut pas être que des chefs d'État, des chefs religieux, ce ne peut être aussi que chacun d'entre nous là ou nous sommes maintenant. On pense qu'il faudrait changer les dirigeants (Iran, Corée du nord) pour que les choses aillent mieux. Moi, je suis persuadée que la paix ne peut aller mieux qu'au moment où chacun d'entre nous prend conscience de

son rôle dans l'établissement de la paix ou le maintien de la guerre Anthony de Mello, ce grand penseur postule que la guerre existe et que nous y participons tous d'une certaine manière parce que nous sommes peu paisibles à l'intérieur de nous. Pourquoi ? Parce que nous pensons faux, nous commettons des erreurs dans la manière dont nous regardons les situations, ce qui nous arrive, ce qui arrive aux gens qu'on aime, à notre monde et nous commettons alors pleins d'actes qui ne sont pas les meilleurs. Il donne quelques erreurs que chacun d'entre nous a vécu ou vit des situations difficiles : deuil, mauvaise santé, disputes en famille, chômage.

- **Première erreur fondamentale :**

Nous croyons que notre bonheur, notre bien être est en dehors de nous, c'est à dire que nous avons l'habitude de croire que nous sommes heureux ou malheureux à cause de ce que font ou que disent ceux qui nous entourent à cause de la manière dont ils se comportent, à cause de ce qui leur arrive, à cause de ce qu'ils nous font. Une des sources de nos difficultés réside dans la fausse croyance que notre source de bonheur est à l'extérieur de nous. On est heureux ou malheureux en fonction de ce qui se passe à l'intérieur de nous. C'est vrai que l'on est touché, attristé, consterné ou réjoui

par ce qui se produit autour de nous, en nous, dans notre famille, aux proches qui nous sont chers. Mais la grande erreur c'est d'imaginer que l'on est heureux ou malheureux uniquement à cause de cela, à cause de ce qui se passe autour de nous. Pourquoi c'est un problème? Si je souscris à cette croyance, je vais commencer à faire trois choses : 1) je vais commencer à vouloir contrôler les autres, les manipuler, pourquoi ? Parce que si je dépends de ce qui se passe, il faudrait que je puisse contrôler ce que font les autres, ce qu'ils devraient faire et puis je pourrais les emmener en quelque sorte à ce qu'ils me donnent ce que j'attends d'eux. Contrôler, manipuler, séduire cela veut dire : je voudrais vivre en étant sans cesse préoccupé de ce que je voudrais que les autres soient, comment je voudrais que leur vie se déroule et comment je voudrais qu'ils soient dans leur relation par rapport à moi. Je voudrais les contrôler de façon subtile, je voudrais tenter de contrôler les autres par de petites manipulations du style par exemple :

Je ne voudrais pas être seule à Noël et au nouvel An et mon fils et ma belle fille disent :

- « on a trouvé un chalet super, pas cher, on va y aller 15 jours parce que c'est moins cher que 10 jours, alors nous ne serons pas avec toi pour les fêtes.

- Ah bon, vous n'allez pas être là ; c'est bien la première fois que l'on ne sera pas ensemble.

- Ben oui, c'est comme ça.

- Bon et bien j'espère que vous penserez à moi parce que je serai toute seule, j'espère que vous aurez du plaisir ».

Cela est de la manipulation, et on ne s'en rend pas compte parce que ça part d'un bon sentiment. Alors que si on ne manipulait pas on pourrait dire :

« vous allez me manquer mais je suis contente pour vous, c'est vrai que cela va faire du bien à toute la famille, c'est super pour vous et moi je vais m'organiser pour être avec quelqu'un, le soir de Noël ». Ce genre de chose est minime mais la manipulation peut être plus importante et plus difficile à vivre pour les autres. Nous ne pouvons pas imaginer le nombre de manipulations dans la famille, le monde du travail...

Pourquoi? Parce qu'on est parti de cette hypothèse fautive que je ne peux être heureux que si les autres pensent, disent, font quelque chose qui est ce que je désire, parce que c'est de cette manière là que je serai heureux. Mais au moment où je fais cela, il faut bien savoir que la paix n'est plus possible parce que l'autre va résister à mon emprise. Car l'autre a aussi la même croyance et il va lui aussi résister à mon emprise et il va tenter de vivre à sa manière et moi je vais amplifier mon emprise sur lui. Alors vous voyez ce que cela donne dans les couples, les familles, le

voisinage et même dans les paroisses parce que l'on n'a pas compris que l'autre est autre ; il ne pense pas comme moi, il ne voit pas les choses comme moi et c'est son droit. Je n'ai pas la liberté de vouloir que l'autre fasse ce que je veux pour être heureux. Il y a toutefois des situations où on a des relations appelées contractuelles. Il y a des parents qui imposent à leurs enfants, mais pas pour les rendre heureux, mais parce que c'est de leur responsabilité d'enseigner des choses. Il y a aussi des relations contractuelles dans le monde du travail. Ces aspects contractuels mis à part, on n'a pas le droit de vouloir que l'autre fasse des choses qui me rendent heureux. Deux exemples qui montrent l'absence de paix, de paix intérieure.

La maman qui a une fille et cette fille épouse un musulman, elle aurait voulu autre chose. Elle crée alors un conflit énorme avec sa fille qui pense avoir fait une chose paraissant juste pour elle. Cette fille coupe les ponts avec sa maman et c'est la grand-maman qui m'écrit pour me dire qu'elle ne peut pas voir ses petits enfants.

Autre situation : *c'est un père et son fils qui se sont brouillés. Pourquoi ? Parce que le fils avait une tendance homo et il a fait le choix de vivre avec un gars. Et le père ne peut pas accepter cela. Et ça fait vingt ans que la brouille dure et maintenant le père voudrait revoir son fils. Tout cela pour dire que son bonheur dépendait d'avoir un fils qui corresponde à ses désirs, et non pas à ce que ce fils était vraiment.*

Entre belle fille et belle mère : on n'a pas toujours la belle fille ou la belle maman qu'on imaginait pour nous rendre heureux. Je veux pour mon bonheur que l'autre soit autre chose que ce qu'il est. Je veux qu'il soit autre chose, qu'il fasse autre chose et surtout qu'il fasse d'autres choix.

• Deuxième erreur :

Penser que je ne peux être heureux que si l'autre entre dans un schéma que j'ai défini et qui peut me rendre heureux.

Et, c'est à l'origine d'une multitude de situations problématiques : rupture, conflits qui durent et dans des situations de deuil, c'est catastrophique. Exemple : vivre un deuil quand ce conflit n'a pas été résolu avant le décès, c'est très difficile.

• Troisième erreur

Croire que mon bonheur dépend de ce que je sais ou de ce que j'ai, c'est-à-dire de

mes succès et de la reconnaissance qu'on m'accorde ; bien sûr il n'y a pas grand mal à vouloir avoir une promotion au travail, être désignée miss jura ou gagner une médaille sportive. Le seul problème est d'attendre que mon bonheur en dépend. Je dépends alors d'une sorte de course, de poursuite de ce que je crois être le bonheur, et cela est un bonheur très fugace et partiel parce que c'est un bonheur acquis, il faut l'acquérir. Ce bonheur acquis, il m'emmène en permanence à vouloir aller plus loin.

Exemple: *une personne chef de rayon, cela l'a rendue un temps heureuse et maintenant elle voudrait être directrice de succursale. Il n'y a pas grand mal à cela aussi longtemps que l'on ne confond pas cette situation avec le bonheur.*

Ce que j'ai et ce que je suis ne sont pas les causes d'un bonheur réel. Pourquoi ? Parce que, ce que je suis et ce que j'ai me mettent en route dans une sorte de course poursuite où parfois tous les coups sont permis : trahison, coups tordus... cela devient une sorte de guerre interpersonnelle. Si le bonheur est ce que j'ai alors je vais me contenter d'obtenir toujours plus, alors là le vrai bonheur n'est pas au rendez-vous et la paix du cœur non plus. Cela peut créer des problèmes de dettes, surendettement, difficultés. Parce que si être heureux c'est avoir, alors là il faut que j'aie sans cesse le conquérir et comme il n'y a pas de fin, je vais me sentir obligé d'avoir telle chose pour être heureux. Cela conduit à l'échec et à une série de drames en puissance.

Exemple: *c'est l'histoire d'un médecin suisse qui a tué sa femme. Quelle tragédie ! il avait une femme qui voulait toujours plus, elle était sûre qu'ils seraient heureux si elle avait une maison, elle a eu cette maison. Puis elle était sûre d'être heureuse si elle avait un appartement à Cannes, elle a eu cet appartement. Puis, après elle voulait autre chose. Lui a commencé à être épuisé, en dépression, et un jour il a découvert qu'elle sortait avec quelqu'un qui avait encore plus d'argent. Alors il a disjoncté et commis l'irréparable.*

Quel drame lui qui aimait cette femme, il travaillait toujours plus.

C'est fou cette croyance là à quoi elle peut mener.

Aller vers la Paix du cœur, c'est prendre conscience que le bonheur on l'a déjà parce qu'il est dans ce que nous avons.

Tout ce que je viens de vous dire, c'est du bonheur acquis qui n'est jamais terminé.

Le vrai bonheur c'est le fait d'être vivant et conscient c'est-à-dire être éveillé dans la gratitude, c'est cette capacité d'être là, présent, lié aux autres humains avec lesquels on peut

échanger de l'amour, de l'affection, avec qui on peut penser, échanger, apprendre. C'est aussi cette capacité à être en contact avec les beautés de la création et pour les croyants c'est cette capacité de connaître Dieu et de se sentir accompagné par son amour. Cela n'a rien à voir avec l'acquisition permanent d'autres choses. Ce qui est dramatique, c'est que ces bonheurs là on leur donne du prix quand on les a perdus. Et c'est vrai que, quand on rencontre des gens en deuil ou malades ou très âgés, ils disent : Ah si seulement je pouvais revenir en arrière je pourrais apprécier ces choses que je ne voyais même pas. J'ai appris à donner du prix à des choses, qu'alors avant d'être malade je ne voyais pas, des petits plaisirs tout simples.

• Quatrième erreur

Penser que le monde est dangereux et que les autres sont méchants ; c'est vrai

qu'il y a des dangers dans le monde, des gens méchants mais ce n'est qu'une toute petite partie de l'humanité. Il y a des gens, des partis politiques qui savent exploiter la peur, emmener toute une population à penser comme eux, ils tablent sur cette erreur. Plus on juge les gens plus il y a d'agressivité produite. Cet été j'ai découvert quelque chose d'intéressant : la philosophie hawaïenne. Nous sommes formés à notre philosophie et nous ne sommes pas au courant de ce qui se passe dans d'autres cultures. Cette sagesse hawaïenne nous dit que ce qui se passe à l'intérieur de nous a un impact dans l'univers bien plus qu'on ne l'imagine.

Exemple : *Un psychiatre avait été engagé par un hôpital d'État pour s'occuper de malades (des prisonniers) qui avaient été transférés dans un hôpital psy. Il y avait plein de problèmes et au bout d'une année, on a pu transférer bon nombre de ces patients dans des hôpitaux normaux, certains ont pu s'en sortir. Et, ce qui m'a fasciné c'est que ce psychiatre n'a jamais vu aucun de ses patients et qu'il a pris conscience de tout ce qu'il ressentait vis-à-vis de ces personnes. Il prenait simplement un dossier l'un après l'autre et regardait l'histoire de ces patients et il prenait conscience de ce qu'il ressentait à l'intérieur de lui. Alors il s'est rendu compte que la chose centrale exprimée dans ce qu'il ressentait a chassé de lui toute pensée négative ou de jugement vis-à-vis de ces personnes. Et, quand il arrivait au non jugement, à cette bienveillance, la personne allait mieux et les soignants disaient : il avance, il fait des progrès. Et pourtant ce docteur n'avait jamais vu ces patients. Simplement lui disait qu'il nettoyait toute l'agressivité*

qu'il y avait à l'intérieur du patient. Il ajoutait : notre plus grand travail pour trouver la Paix du Coeur c'est d'enlever toute agressivité et jugements à l'intérieur de nous.

Autre exemple : Cinq jeunes qui s'injurient et qui se battent et moi je suis ici : probablement que ma première pensée est de dire «c'est intolérable, honteux qu'ils se battent ainsi ces vauriens !» Or, toute cette énergie négative à l'intérieur de moi, elle va vers eux et met de l'huile sur le feu de leur propre agressivité.

J'ai toujours constaté en travaillant en psychiatrie que telle personne malade allait mieux et je croyais que c'était la personnalité de cette personne qui seule jouait pour le mieux être. En lisant des livres sur le sujet, j'ai constaté que certaines personnes soignantes avaient une paix intérieure, qu'elles diffusaient cette paix et les gens en retour qui n'étaient pas en forme arrivaient à être plus sereines. Notre croyance à propos de nous, des autres engendre cette tension que si j'ai déjà un jugement sur cette personne, c'est comme si je l'invitais à partager cette chose là. Les jours où on est en mal être, les personnes que l'on soigne sont aussi plus difficiles ce jour là. Donc, ce n'est pas elles, c'est nous qui avons évacué ce mal être et ces personnes vont mieux. On peut porter notre regard sur ce qui est beau, qui va bien ou sur ce qui ne va pas.

La Paix intérieure va venir de cette capacité à regarder d'abord ce qui va, ce qui est bon et à ce moment là on peut être dans la gratitude.

Ex : un homme avait fait un stage au mont Athos où se tiennent des moines orthodoxes. Il y avait un moine très positif qui voyait le bien partout. Un jour des jeunes séminaristes se sont dits : il exagère, on va le tester. Il y avait des chiens errants et sur un sentier de promenade autour du monastère, il y avait un chien mort. Ces jeunes étaient tous là à attendre... le vieux moine arrive, il regarde cette carcasse de chien, tus les jeunes l'observent. Qu'allait-il dire? Il leur dit : « venez voir comme ce chien avait de belles dents! »

On a trop tendance à voir ce qui est pourri, ce qui va mal et on ne voit pas la chose qui est bien et qui va changer notre état intérieur et qu'on va disséminer cette paix autour de nous.

Un proverbe dit : *Un arbre qui tombe fait plus de bruit qu'une forêt qui pousse.*

Et, qu'est-ce que les médias donnent en général comme nouvelles : des arbres qui tombent. Et on ne voit pas la forêt qui pousse mais ce n'est pas de cela que l'on parle le plus. A Genève, il y a une petite radio locale qui a commencé à diffuser une émission : que de bonnes nouvelles. On s'est dit : ils n'intéresseront

pas les gens et on constate que cette radio est très écoutée et les gens disent : « cela nous fait du bien ». Donc la question : qu'est-ce que je me raconte à propos de moi et à propos des autres ?

Sur la route on dit « quel crétin » ... ou alors « il est très pressé car il transporte peut-être un accidenté à l'hôpital »

- **Cinquième erreur :**

On a dans la vie des hauts et des bas et **on a tendance à ne garder que des rancœurs, des ressentiments en pensant que c'est une force de caractère.** Or la rancune et le ressentiment durcissent le cœur et empêche la paix du cœur. Parfois, on pense punir l'autre en ne pardonnant pas. J'avais vu un film : des gens qui aux USA, viennent voir des exécutions en disant : j'ai besoin de cela pour pardonner ou pour faire mon deuil. Il y a des recherches psychologiques et ces gens là ont été interviewés et ça ne marche pas. Ce n'est pas de voir mourir celui qui a tué un membre de ma famille qui va nous aider à aller vers le pardon et la sérénité. Le deuil et le pardon ce sont des cheminements intérieurs qui ne dépendent pas de ce que dit ou fait l'autre; c'est une décision à prendre, ce n'est pas l'autre qui va décider que je peux ou pas pardonner.

Je pense à cette jeune femme qui a été pendant la guerre 39/45 torturée par un médecin nazi et qui n'a plus pu jouer du piano. Bien après, elle l'a reçu chez elle à Angers, elle l'a écouté, elle lui a dit qu'elle pardonnait et c'est elle qui lui a remonté le moral car il allait mourir d'un cancer.

Pour pardonner on peut demander la force de pouvoir le faire. La première chose : **il faut lâcher prise, tourner la page et avancer. Le pardon est un long chemin.**

Un prêtre canadien dit qu'il faut vivre cela comme un temps donné à un nombre d'étapes importantes. Plus on se rend compte qu'on est imparfait, plus on va aller vers un lâcher prise et le pardon.

- **Sixième erreur**

Croire que je n'ai pas ce qui m'est nécessaire maintenant : il faut que je travaille dur, que je joue des coudes pour attraper le plus possible, que je mette de l'argent de côté et que je me polarise là-dessus pour y arriver.

Or le bonheur il est là tout près et le problème c'est

qu'il faut le voir : bien sur il n'est pas là tout le temps : deuil, accident, licenciement abusif, grave maladie. Il y aura des moments de tristesse, de révolte, cela fait partie de la vie mais ce n'est pas cela qui va décider que je serai définitivement heureux ou malheureux. C'est un chemin avec des obstacles, des tempêtes.

L'important c'est d'avoir cette conviction que, à l'intérieur de nous, c'est là que je peux trouver tout ce qui me rendra heureux.

Ce qui est autour va s'ajouter à mon parcours, mais c'est à l'intérieur de moi que je peux trouver ce qui me rendra heureux. Un philosophe américain dit : « *Si vous ne pouvez pas être heureux ici et maintenant, sachez que vous ne le serez jamais* ». Pourquoi ? Parce qu'il y aura un prochain problème, une épreuve. C'est à ce moment où j'arrive à cette liberté intérieure que je serai heureux.

Que faire encore pour trouver la paix du cœur ?

- **Première chose importante**

c'est la gratitude, un élément que tout le monde connaît. Ces dernières années, la notion de gratitude est revenue dans l'actualité parce que dans le monde de la psychologie il y a une nouvelle notion qui s'appelle la psy positives. Pendant des années on a cherché pour les gens qui avaient des problèmes, comment nommer ces problèmes. Mais ce qui était important de connaître c'était de savoir comment ces gens s'en sortent et arrivent à être heureux même s'ils ont traversé l'adversité. Ont-ils quelque chose de spécial et que font-ils de spécial ? Et on a trouvé que ce qu'ils ont et font de spécial, c'est justement qu'ils sont capables de voir; manifester et vivre ce qui existe dans leur vie et qui est positif. On appelle cela la gratitude,

la capacité de voir dans la vie, de rendre grâce, dire merci aux autres, à Dieu si on est croyant. Désolant le nombre de fois où on ne dit même pas un petit merci !

Merci c'est bien, mais aller plus loin en prenant conscience de ce que les autres sont pour moi et comment ils sont importants pour nous. Dire à quelqu'un de façon plus spécifique : Je suis content de t'avoir connu, je suis enrichi par le fait de t'avoir côtoyé, de pouvoir dire des choses plus précises par rapport à la relation que j'ai avec toi et les autres.

Exemple : *Une expérience faite sur la psy positive enseignée dans bien des universités des USA. Il a été*

demandé aux étudiants de première année, soit de passer des examens normaux ou s'engager tous les soirs à écrire dans un cahier de gratitude, cinq choses possibles dans la journée pour lesquelles ils étaient reconnaissants. Des étudiants ont opté pour cela et ils devaient, durant le semestre, identifier une personne qui avait été très importante dans leur vie, et ensuite d'aller lui lire. Avant de faire cela on a fait passer aux étudiants des tests sur leur vulnérabilité à la dépression. Ces mêmes tests ont été repassés 6 mois plus tard. Les étudiants qui avaient noté tous les jours 5 choses étaient tous plus haut en sérénité que les autres et moins vulnérables à la dépression simplement à cause de ces exercices.

- **Deuxième chose :**

l'importance de l'intériorité : le silence, prendre du temps pour soi, être dans la nature, méditer, prier. Il s'agit d'aller voir ce qui se passe à l'intérieur de nous. ? Le problème est que l'on est très souvent à l'extérieur de nous, on craint l'ennui. Passer du temps dans le silence pour être présent à la vie, cela on l'enseigne peu.

- **Troisième chose :**

se laisser inviter à la compassion, avoir de la compassion envers soi et les autres. La compassion est plus que la bienveillance; c'est se laisser toucher par ce qui arrive aux autres et se laisser inviter à faire quelque chose pour les autres. Lorsque l'on est dans l'agressivité, la haine, il y a des moyens pour en sortir vite et aller vers plus d'amour pour soi et pour les autres car l'amour et la haine ne peuvent cohabiter. Laissons-nous entraîner vers la bienveillance et la compassion. Et, cette paix du cœur est aussi le début de la paix dans le monde.

Exercice : au moment où vous vous sentez envahir par de l'agressivité, prenez 5 minutes à laisser vos yeux se fermer, respirez, prenez conscience de votre respiration, portez votre attention sur votre cœur symbolique, poser la main sur votre cœur, respirer alors lentement et profondément et pendant 1 minute vous vous concentrez sur un sentiment d'affection que vous avez pour quelqu'un et vous imaginez dans ce souffle qui entre et sort que ce sentiment d'affection vous fait ressentir vraiment de la joie, de la sérénité et que l'agressivité a disparu. Vous ressentez alors une grande paix. Cette paix est le début de la paix dans le monde, nous pouvons tous et toutes y participer.

La paix dans le monde c'est notre affaire urgente et indispensable. C'est bien ce que je vous souhaite à chacun et chacune d'entre vous.

Mot final du P. Laurent Bongain

Le sujet de ce soir « Trouver la paix du cour » rejoint bien les désirs profonds de chaque être humain, quelles que soient sa spiritualité, son orientation de vie. Nous avons tous le désir de paix pour nous-mêmes, pour notre entourage et pour le monde.

Par votre parole ce soir, par votre témoignage, Rosette Poletti, vous avez pu éclairer notre désir fondamental de paix, d'harmonie intérieure et générale. Vous nous renvoyez à nos situations de vie à chacun. Vous nous aidez à comprendre un peu mieux nos faux pas, nos erreurs, à déjouer les germes de violence qui sont en nous. Dans cette période qui nous prépare à la fête de Noël, vos propos vont sans doute inviter chacun de ceux qui vous ont entendue, à rendre plus vraie et lumineuse cette paix de Noël, si précieuse pour les différentes communautés de vie humaine et spirituelle que nous formons.

En guise de merci au nom de l'assemblée, au nom de la commission Eglise Actualité qui vous a invitée, et en mon nom personnel, j'ai envie de reprendre quelques phrases d'un texte sans doute déjà connu :

Si tu estimes que c'est à toi de faire le premier pas,

... Alors la Paix viendra

Si tu partages ton pain et que tu sais joindre un morceau de ton cœur,

... Alors la Paix viendra.

Si la colère est pour toi une faiblesse et non une preuve de force,

... Alors la Paix viendra.

Si tu acceptes de ne pas rejeter tes maladresses sur le dos des autres,

... Alors la Paix viendra.

Si tu crois qu'un pardon va plus loin qu'une vengeance,

... Alors la Paix viendra.

Si tu crois que l'amour est la seule force de dissuasion,

... Alors la Paix viendra

Si tu crois que la Paix est possible,

... Alors la Paix viendra.

Bienheureuse Térésa