



## AGENDA PAROISSIAL 22 octobre 2023

**22/10** Messe du 29<sup>ème</sup> dimanche du Temps Ordinaire - Année A  
**BAR de l'amitié**  
**Collecte** La collecte est au profit de la Mission Universelle

**Lundi**  
**23/10**  
**Mardi** 09h00 Messe  
**24/10** 09h30 Adoration  
**Mercredi**  
**25/10**  
**Jeudi** 11h00 Adoration et Chapelet  
**26/10** 11h30 Messe  
**Vendredi** 09h00 Messe  
**27/10**  
**Samedi** 18h00 Messe  
**28/10**  
**Dimanche** 10h30 Messe du 30<sup>ème</sup> Dimanche  
**29/10** du Temps Ordinaire  
 Ex 22, 20-26  
 Ps 17 (18), 2-3, 4.2...  
 1Th 5c-10  
 Mt 22, 34-40

**Collectes du 14 & 15 octobre : 393,95 €**

Abbé Charles KASONGO-MUTWE -02 /851.69.13  
 E-mail: mukulu\_2006@yahoo.fr  
 Le secrétariat est ouvert du lundi au vendredi de 09h30 à 11h00  
 Tél. : 02 384 66 08.  
 ♦ N° compte bancaire paroisse : BE79 7320 6782 0633  
 ♦ Site Web: <http://steannewaterloo.com>  
 ♦ La Team à Phil est sur Facebook  
 • Editeur responsable : Abbé Charles Kasongo-Mutwe

## Agenda

Le **29/10** : Foi et Lumière  
 Le **05/11** : **10h30** Messe des défunts  
 Le **06/11** : **20h00** : Inscription au Baptême  
 Le **12/11** : Dimanche KT et brocante  
 Le **12/11** : **15h00 à la basilique de Koekelberg**  
*Au revoir* du Brabant au Cardinal Josef De Kezel

## Prions pour nos défunts

Andrée DUBOIS dont les funérailles seront célébrées le 24 octobre 2023 à 10h30 à **St Sébastien à Braine-l'Alleud**

## Lâcher prise par la prière

Lâcher prise, combattre l'inquiétude et les angoisses, c'est le désir de beaucoup d'entre nous ... Il existe de nombreux exercices de relaxation et de développement personnel pour nous aider à trouver calme et apaisement. Mais savez-vous que la prière est aussi un très bon moyen de lâcher prise et d'atteindre la paix du cœur et de l'esprit ?

Voici quelques idées de prières pour tendre vers ce repos intérieur, tels que le recherchaient déjà les Pères du désert aux premiers temps du christianisme :

*La prière de Jésus* est une prière courte et simple que l'on peut répéter en la calant sur notre respiration. Notre souffle prend de l'ampleur et les mots viennent nous habiter pleinement. C'est tout notre être qui entre dans

la prière : corps, cœur et esprit. Cette prière peut être pratiquée partout, facilement et nous permet de nous réancrer en Jésus

La manducation de *versets bibliques* est une façon de se laisser imprégner et pénétrer par la Parole de Dieu. Il s'agit de savourer chaque mot, leur rythme, leur son, les images et les sensations qu'ils font naître en nous. En choisissant des versets bibliques qui parlent *d'abandon, de la confiance en Dieu*, du repos qu'il nous offre, nous donnons corps à cette parole vivante.

*La contemplation* nous permet également d'être davantage dans l'être que dans le faire, de stopper nos agitations pour nous tourner pleinement vers Dieu, ce qu'il nous offre à voir, à vivre. Nous offrir - et offrir au Seigneur - régulièrement quelques minutes dans sa journée pour ne rien faire d'autre qu'observer sa beauté, sa bonté, sa grandeur est profondément ressourçant.

*L'action de grâce* est aussi un très bon exercice pour apaiser nos cœurs angoissés. En prenant l'habitude de remercier Dieu et en cultivant la gratitude, nous arrêtons de nous focaliser sur ce qui nous manque et voyons combien nous sommes déjà comblés.

Le Seigneur a des projets de paix, de bonheur et de joie pour nous. Laissons-nous guider par lui pour y accéder. Source : hozana.org

## Mission Universelle

Une fois par an, tous les chrétiens sont invités à contribuer généreusement au travail missionnaire dans le monde entier. La collecte de ce jour est destinée à l'organisation MISSIO qui la redistribue, au départ de Rome, en fonction des besoins missionnaires les plus urgents. Merci de faire preuve de grande générosité pour que le message du Christ soit largement diffusé dans le monde, en paroles et en actes.