



LA PAROISSE SAINTE TRINITÉ DE KOUMASSI SICOGI  
VOUS SOUHAITE

Une Bonne, Heureuse  
et Glorieuse Année

2023

*L'Unité - La Communion - La Référence*



Retrouvez toute l'actualité paroissiale  
en ligne sur notre nouvelle page  
Facebook :  
**Sainte Trinité Calvaire.**

**LES ARTICLES À L'EFFIGIE  
DU CALVAIRE SONT EN  
VENTE**

- Les tableaux avec la photo et la prière du calvaire
- des porte-clés
- des chapeaux
- des foulards
- des écharpes...

**SEMAINIER DU 16 AU 21 JANVIER 2023**

Date	1 <sup>er</sup> Lecture	Ps	Évangile
Lundi 16	He 5, 1-10	109	Mc 2, 18-22. 28
Mardi 17	He 6, 10-20	110	Mc 2, 23-
Mercredi 18	He 7, 1-3. 15-17	109	Mc 3, 1-6
Jeudi 19	He 7, 25 - 8,6	39	Mc 3, 7-12
Vendredi 20	He 8, 6-13	84	Mc 3, 13-19
Samedi 21	He 9, 2-3. 11-14	46	Mc 3, 20-21

**8** Thème Pastoral « Que TOUS soient UN pour une Eglise communion et missionnaire. »



*Echos de Sainte Trinité*

Hebdomadaire d'Informations et de Formation



13<sup>ème</sup> Année. N° 665  
du Dimanche 15 au Samedi 21 Janvier 2023

**2<sup>ème</sup> DIMANCHE DU TEMPS ORDINAIRE (A)**



**EDITORIAL :**  
**Pour repartir  
par un autre  
chemin**



**Mon Père faut leur  
dire... : « le cordon de  
sainte Philomène ».**

**L'HYDROTHERAPIE : La Santé par l'eau**

**JOURNÉES  
MONDIALES  
DE LA  
JEUNESSE (JMJ)  
Lisbonne 2023.  
1 500 000F**



Thème Pastoral « Que TOUS soient UN pour une Eglise communion et missionnaire. »

**Pour repartir par un autre chemin**

Nous entrons aujourd'hui dans le cycle du temps ordinaire. Ce Jésus dont nous venons de fêter la naissance a une bonne nouvelle pour notre humanité. Cette bonne nouvelle a été annoncée aux bergers puis aux mages. Les Évangiles nous font découvrir les merveilles que le Seigneur a accomplies pour le salut du monde.

Cette libération était déjà annoncée plusieurs siècles avant par le prophète Isaïe. Nous avons entendu son message adressé à un peuple qui a été déporté en terre étrangère. Il y a été victime de toutes sortes de brimades. Mais Dieu voit la souffrance des siens et il envoie son prophète pour leur annoncer la libération. Tous, même les plus humiliés et les plus méprisés, sont amenés à découvrir qu'ils ont du prix aux yeux de Dieu.

Nous avons là un message d'espérance pour tous les prisonniers et les exclus d'aujourd'hui. Nous pensons à tous ceux qui sont enfoncés dans leur mauvaise réputation à cause de leur passé et de leurs actes. Mais le Seigneur ne les abandonne pas. Il leur envoie des prophètes, des prêtres, des témoins pour leur dire qu'ils ont du prix aux yeux de Dieu. Il ne veut pas qu'un seul se perde ; et il compte sur nous pour être des porteurs d'espérance et de lumière pour toute l'humanité.

C'est aussi ce message d'espérance que nous trouvons dans la lettre de saint Paul aux Corinthiens. Il s'adresse à des nouveaux convertis. Parmi eux, se trouvent des petites gens, des personnes peu recommandables. Le monde les méprise ; mais ils sont amenés à découvrir que le Christ est venu pour tous. Les uns et les autres sont invités à devenir disciples et missionnaires. Jésus les appelle tous à la sainteté, y compris ceux qui sont tombés très bas. Ils ont tous du prix aux yeux de Dieu.

L'Évangile de ce dimanche nous montre

Jésus qui vient à Jean Baptiste. Nous n'oublions pas que le nom de Jésus signifie : « Le Seigneur sauve ». Or voilà qu'en ce jour, nous le voyons rejoindre l'humanité blessée par son péché. C'est lui qui a l'initiative. L'humanité a bien besoin d'être sauvée. Cela, nous le constatons tous les jours. Nous risquons peut-être de nous décourager car ce salut nous paraît bien lointain. Mais saint Jean nous rappelle que Dieu ne nous abandonne pas. Il « nous a aimés le premier ». Nous venons de fêter Noël : c'est l'irruption de Dieu chez les hommes pour leur apporter le salut.

C'est ainsi que Jean Baptiste découvre Jésus sous un jour nouveau. Nous l'avons entendu dire par deux fois : « Je ne le connaissais pas ». Et pourtant, ils sont cousins ; ils avaient bien dû se rencontrer dans leur enfance. Nous aussi, nous avons aussi fait cette expérience. Dans nos relations, il peut y avoir des personnes que nous pensions bien connaître. Mais au bout d'un certain temps, nous les découvrons sous un jour nouveau. Nous n'aurions jamais imaginé les retrouver ainsi.

Quand Jean Baptiste nous dit qu'il ne connaissait pas Jésus, il veut nous parler de son mystère. Il découvre en lui « l'Agneau de Dieu qui enlève le péché du monde ». En lui, c'est la promesse d'Isaïe qui se réalise bien au-delà de toutes nos espérances. Le Christ prend sur lui tout le péché du monde pour nous en libérer. Un jour, il dira que « le Fils de l'Homme est venu pour chercher et sauver ceux qui étaient perdus ». La bonne nouvelle c'est que le Christ n'est pas seulement un personnage du passé. Il continue à nous rejoindre au cœur de nos vies, de nos joies et de nos épreuves.

Mais pour trouver le Christ, il faut le chercher ou plutôt se laisser trouver par lui. Il est toujours là. Il ne demande qu'à nous rejoindre. Mais c'est souvent nous qui sommes ailleurs. Aujourd'hui, nous sommes invités à accueillir cette présence du Christ pour en être les témoins auprès de ceux qui ne le connaissent pas. Le meilleur endroit pour le rencontrer c'est l'Eucharistie. C'est un cadeau qu'il nous offre

**Annonces de la Paroisse**

**Le clergé remercie** tous les donateurs, amis et connaissances ainsi que la CEB Saint Michel Archange Sicogi 1B.

**Dimanche 15 Janvier 2023 :** la CEB Emmaüs. **Dimanche 22 Janvier 2023 :** la CEB Saint Michel Archange Sicogi 1A. **Dimanche 29 Janvier 2023 :** la CEB Immaculée Conception.

Tous ceux qui ont pris des parts pour la construction de la Cathédrale peuvent payer en ligne ou à la caisse.

Les lots de la nouvelle formule sont toujours disponibles au bureau de la Cathédrale.

**Opération j'offre un banc pour la Cathédrale :** soit individuel, soit en famille soit en mouvement, groupe ou association au prix de **150 000 fcfa** le banc.

*Rions un peu*



*Juste pour rire...*

**PHARMACIES DE GARDE A KOUMASSI (Du 14 au 20 Janvier 2023)**

**1. PHARMACIE DE LA BAGOE / MME DIAWARA KONE FATY – TEL. 27 21 28 64 14** KOUMASSI REMBLAIS - BD DU CAMEROUN / CARREFOUR STATION MOBIL ET SODECI MARCORY / FACE CENTRE MEDICAL LIRING

**2. PHARMACIE FANNY / MME FANNY MAMA TOURE - TEL. 27 21 36 09 07 /** QUARTIER AKLOMIABLA APRES LES RESIDENCES AGOUTIS / CARREFOUR DU LYCEE MUNICIPAL / TERMINUS BUS 05 ET 32

**3. PHARMACIE INCHALLAH / MME AGNIMEL MARINA BENEDICTE – TEL. 27 21 36 47 01 / 01 01 53 99 99** KOUMASSI REMBLAIS PRES DU CARREFOUR SANS FIL A 50 M DU GROUPE SCOLAIRE ENTENTE

**4. PHARMACIE MPIKE / MME KOUASSI NOGBOU CATHERINE - TEL. 27 21 36 25 75** QUARTIER MAIRIE / DERRIERE LA MAIRIE DE KOUMASSI

**5. PHARMACIE DE PRODOMO / MME OYOUROU G. SOPHIE - TEL. 27 21 28 83 43 /** BD CAMEROUN, KOUMASSI PRODOMO / CARREFOUR SOPIM PRODOMO / APRES TERRAIN INCH'ALLAH

**6. PHARMACIE SAINT GEORGES / M. LOKROU MARTIAL - TEL. 27 21 36 03 75 / 76** KOUMASSI SICOGI PRES DU CAMP COMMANDO

*Numéros D'urgences*

POLICE	110/111
SAMU	185
SAPEURS POMPIERS	180
GENDARMERIE	170
CIE	179
SODECI	175
CCDO	100/111

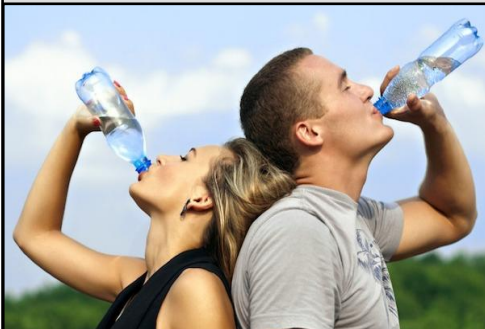
transparents et humbles comme Jean. Dieu nous rend responsables. N'ayons pas peur de témoigner malgré nos limites et nos faiblesses. Que la grâce et la paix soient avec vous, de la part de Dieu notre Père et de Jésus Christ le Seigneur.

**Père Yves KONIN**

# SANTÉ



## L'HYDROTHERAPIE



L'hydrothérapie est, comme son nom l'indique, l'utilisation de l'eau (hydro) en thérapie (traitement). Avec l'eau, on peut traiter certaines affections ou douleurs. Avant de commencer sachons que dans notre corps il y a 70% d'eau et 30% d'os.

**BOIRE DE L'EAU EST NÉCESSAIRE :** C'est un véritable océan d'eau qui est en nous. Cette eau doit être propre. Quand cette eau devient sale, on tombe malade. C'est pourquoi, on élimine les déchets par les urines et la sueur. Il faut donc boire au moins 1 litre d'eau par jour même quand on n'a pas soif pour purifier l'eau qui est en nous. On ne demande pas de boire d'un coup 1 litre d'eau mais au cours de la journée, il faut en boire un peu un peu. Progressivement, il faut arriver à boire jusqu'à 2 litres d'eau par jour.

**POUR SE PRESERVER DE PLUSIEURS MALADIES :** Le matin au réveil, il faut boire un verre d'eau tiède sans s'être brossé. La salive est aussi un remède. Cela aide notre organisme à

renforcer le système immunitaire et à nous préserver de plusieurs maladies.

**EN CAS DE CRISE D'ASTHME :** Pour arrêter une crise d'asthme, il faut prendre deux bassines. Mettre au moins 2 litres d'eau tiède dans la première bassine et 2 litres d'eau fraîche dans la deuxième bassine. Plonger les 2 pieds dans la 1ère bassine d'eau tiède pendant 2 minutes puis les plonger dans la 2ème bassine d'eau fraîche pendant 2 minutes aussi. Il faut faire cet exercice au moins 5 fois. La crise cesse immédiatement.

### LES BONS MOMENTS POUR BOIRE DE L'EAU :

1. Il faut boire un verre d'eau avant de prendre son bain. Cela normalise la tension.
2. Il faut boire de l'eau 5 mn avant de prendre son repas. Cela permet une bonne digestion.
3. Il faut boire un verre d'eau au coucher. Cela évite les A.V.C au cours de la nuit.

**EN CAS DE FATIGUE :** Lorsqu'on se sent très fatigué. Il faut prendre son bain en alternant l'eau fraîche et l'eau tiède. On fait couler sur soi de l'eau chaude (tiède) pendant 2 ou 5 minutes et après on fait la même chose avec l'eau froide (fraîche). La fatigue disparaît en même temps et on est à repartir.

**N.B :** Ces différents conseils nous aident mais ne remplacent pas les traitements prescrits par notre médecin.

gratuitement pour perpétuer sa présence au milieu de nous. Plus nous nous approcherons de l'Eucharistie, plus nous nous conformerons à lui et plus grandiront notre présence et notre amour.

En ce jour, nous te prions, Seigneur : « Aide-nous à reprendre une intimité plus grande avec toi, moins rare, moins courte. Donne-nous faim de toi. Donne-nous soif de ta Parole. Fais-nous vivre avec toi, familièrement, joyeusement, dans l'intimité du Père et de l'Esprit. Amen

**La Rédaction**

## La vigile paroissiale en image



## Et si on en parlait...

### Mon Père faut leur dire...

Mon Père, aujourd'hui là c'est pas « faut LEUR dire » mais plutôt « faut NOUS dire ». On est venu poser question. Nous savons que dans l'Eglise catholique, les objets de piété sont autorisés et même bénis. Il y en a cependant, leur affaire n'est pas « claire ». Par exemple, le « cordon de sainte Philomène ». Mon Père, vous voyez non ? C'est un fil rouge et blanc tressé vendu sur nos paroisses. On dit ça protège oh mon Père. Donc, comme ça ne coute pas cher, on achète et puis on porte. Jusque là il n'y a pas de problème, mais ce qui attire notre attention c'est qu'on commence à en faire des petits « gri-gri ». Certains portent ça au poignet, d'autres prennent pour faire chaînes aux pieds, et maintenant on retrouve ça fréquemment autour des reins des enfants en signe de protection. On s'y attache durement et il est devenu le dépôt de la foi de beaucoup de chrétiens. On préfère avoir son cordon avec soit plutôt que son chapelet. Pour parler comme quelqu'un, l'affaire-ci devient rocambolesque, c'est pourquoi nous venons vous soumettre nos interrogations suivantes : ce cordon est-il autorisé par l'Eglise catholique ? A quoi sert-il ? Protège-t-il ? Mon Père venez nous dire.



### 1ère Lecture Isaïe 49, 3.5-6

Le Seigneur m'a dit : « Tu es mon serviteur, Israël, en toi je manifesterai ma splendeur. » Maintenant le Seigneur parle, lui qui m'a façonné dès le sein de ma mère pour que je sois son serviteur, que je lui ramène Jacob, que je lui rassemble Israël. Oui, j'ai de la valeur aux yeux du Seigneur, c'est mon Dieu qui est ma force. Et il dit : « C'est trop peu que tu sois mon serviteur pour relever les tribus de Jacob, ramener les rescapés d'Israël : je fais de toi la lumière des nations, pour que mon salut parvienne jusqu'aux extrémités de la terre. »

– Parole du Seigneur.

**Nous rendons grâce à Dieu !**

*Vois, je ne retiens pas mes lèvres, Seigneur, tu le sais. J'ai dit ton amour et ta vérité à la grande assemblée.*



### 2ème Lecture 1 Corinthiens 1, 1-3

Paul, appelé par la volonté de Dieu pour être apôtre du Christ Jésus, et Sosthène notre frère, à l'Église de Dieu qui est à Corinthe, à ceux qui ont été sanctifiés dans le Christ Jésus et sont appelés à être saints avec tous ceux qui, en tout lieu, invoquent le nom de notre Seigneur Jésus Christ, leur Seigneur et le nôtre. À vous, la grâce et la paix, de la part de Dieu notre Père et du Seigneur Jésus Christ.

– Parole du Seigneur.

**Nous rendons grâce à Dieu !**

**ACCLAMATION :** Alléluia. Alléluia.

**« Le Verbe s'est fait chair, il a établi parmi nous sa demeure. À tous ceux qui l'ont reçu, il a donné de pouvoir devenir enfants de Dieu. » Alléluia. (cf. Jn 1, 14a. 12a)**



### MEDITATION Psaume 39 (40)

**« Me voici, Seigneur, je viens faire ta volonté. » (cf. Ps 39, 8a.9a)**

*D'un grand espoir j'espérais le Seigneur : il s'est penché vers moi Dans ma bouche il a mis un chant nouveau, une louange à notre Dieu.*

*Tu ne voulais ni offrande ni sacrifice, tu as ouvert mes oreilles ; tu ne demandais ni holocauste ni victime, alors j'ai dit : « Voici, je viens. »*

*Dans le livre, est écrit pour moi ce que tu veux que je fasse. Mon Dieu, voilà ce que j'aime : ta loi me tient aux entrailles.*

Voici l'Agneau de Dieu, qui ôte le péché du monde.

(Jean 1:29)



### Evangile Saint Jean 29-34

En ce temps-là, voyant Jésus venir vers lui, Jean le Baptiste déclara : « Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève le péché du monde ; c'est de lui que j'ai dit : L'homme qui vient derrière moi est passé devant moi, car avant moi il était. Et moi, je ne le connaissais pas ; mais, si je suis venu baptiser dans l'eau, c'est pour qu'il soit manifesté à Israël. » Alors Jean rendit ce témoignage : « J'ai vu l'Esprit descendre du ciel comme une colombe et il demeura sur lui. Et moi, je ne le connaissais pas, mais celui qui m'a envoyé baptiser dans l'eau m'a dit : 'Celui sur qui tu verras l'Esprit descendre et demeurer, celui-là baptise dans l'Esprit Saint.' Moi, j'ai vu, et je rends témoignage : c'est lui le Fils de Dieu. »

Acclamons la Parole de Dieu.

**Louange à Toi Seigneur Jésus**

### HOMELIE

En ce dimanche, l'Evangile nous raconte quelque chose d'insolite qui s'est passé après le baptême de Jésus c'est-à-dire le témoignage rendu par Jean Baptiste qui met en lumière le Christ. Dieu se révèle à nous par le témoignage de Jean Baptiste qui désigne Jésus comme **« l'Agneau de Dieu qui enlève le péché du monde. »**

A chaque messe, la liturgie rappelle à trois reprises cette parole de Jean Baptiste : **« Agneau de Dieu qui enlève les péchés du monde... »** (gloria, fraction du pain, invitation à la communion). **« Voici l'agneau de Dieu qui enlève les péchés du monde »** : Jésus débarrasse du péché comme si l'homme se trouvait écrasé par les entraves pesantes qui

l'empêchent d'aller jusqu'au terme de son destin. C'est pourquoi nous faisons nôtre la réponse du centurion. : **« Seigneur, je ne suis pas digne de te recevoir ; dis seulement une parole et je serai guéri. »** Jean Baptiste en effet, a d'abord témoigné sur lui-même qu'il n'était pas le Christ, puis il a révélé Jésus et attesté en public que Jésus était l'Élu de Dieu. Il affirme qu'il ne "connaissait pas" vraiment Jésus, jusqu'au jour où il a vu l'Esprit **« descendre et demeurer »** sur lui. Il ne faut donc pas s'étonner de l'entendre parler ainsi. Parce qu'il en avait sans doute au moins entendu parler avec admiration de lui. Mais il a fallu une manifestation divine. En réalité, sans le témoignage de l'esprit, nul ne saurait reconnaître en Jésus le Fils de Dieu. Autrement dit sans le témoignage des Ecritures, qui oserait dire avec assurance qu'il connaît Dieu. **« Ignorer les Ecritures, c'est ignorer le Christ »** (Saint Jérôme). Personne ne peut prétendre pleinement « connaître » le Seigneur avant le temps du face à face espéré. Le vrai visage de Jésus ne se dévoile que peu à peu, au cours d'un itinéraire de foi parcouru lentement. Notre profession de foi doit rester humble. Le péché du monde selon Jean, est essentiellement le fait de ne pas croire en Jésus, de ne pas le reconnaître comme l'envoyé de Dieu. Ainsi la mission de Jean était donc de révéler à Israël que Jésus était le Messie que Dieu lui avait promis. **« Moi, j'ai vu, et je rends témoignage : c'est lui le Fils de Dieu. »** Cette belle profession de foi de Jean Baptiste nous invite à définir notre identité sur Jésus. Qui est Jésus pour toi ? Comme Jean Baptiste nous sommes appelés à présenter au monde d'aujourd'hui Jésus, l'Agneau de Dieu qui sauve le monde. Face à l'attente de ceux qui croient que le Christ n'est toujours pas venu, nous, chrétiens, sommes envoyés comme Jean Baptiste pour être des témoins et les messagers de la Bonne Nouvelle. En effet, le monde a besoin de chrétiens capables de porter à leur prochain l'amour de Dieu. Il a besoin de témoins qui "vont au charbon", de témoins