

NKUL Muamba



Diocese
d'Obala

Informier, Inspirer, Accompagner

Mensuel du Diocèse d'Obala N° 127 - Spécial Juin/Juillet 2021 www.dioceseobala.net 500 Fcfa



Événement

Fête Patronale 2021 : 10 jours de Célébration avec Notre Dame

Événement

Ordinations diaconales et
sacerdotales à Mbandjock
le 10 Juillet 2021

Découverte

Le nouveau parcours
d'adhésion à l'Ekoan Maria

Développement

Complexe scolaire bilingue
Notre Dame du Mont
Carmel : inauguration

Projet cathédrale

Les propositions des
donateurs

03 **Éditorial**04-05 **Zoom** : Le ministère pastoral à Obala

Développement : Complexe scolaire bilingue Notre Dame du Mont Carmel : inauguration d'un bâtiment moderne par Mgr Damase Damase Zinga Atangana, évêque de Kribi

06 **ÉVÉNEMENT** : Fête patronale 2021 : 10 jours de Célébration avec Notre Dame

08-09 Ordinations diaconales et sacerdotales à Mbandjock le 10 Juillet 2021

10 **Projet cathédrale** : Les propositions des donateurs

11 **Catéchèse** : La bonne Nouvelle de Dieu pour le couple (suite)
Cas pratique sur le dialogue et l'entente entre conjoints

12 **Pastorale** : Facebook au service de la pastorale13 **Les chroniques de l'Évêque**14 **Découverte** : Le nouveau parcours d'adhésion à l'Ekoan Maria15 **Décryptage** : Prendre des vacances : sens et importance16-17 **Actu du Diocèse**

- ACE Cop'Monde : Dernier conseil diocésain des accompagnateurs
- Paroisse Cathédrale : Journée d'action de grâce des couples mariés
- Marie Mère de Dieu : Formation des agents pastoraux aux CEV
- EfoK : Formation des diacres du Diocèse
- Ste Brigitte d'Emana : Dernière réunion zonale de l'année pastorale
- Collège bilingue la Providence : Collation des sacrements
- Collège Agricole Bullier de Nkolmebanga : Remise des bulletins et distribution des prix
- CODASC : Préparation du 1^{er} congrès diocésain de la promotion de la femme
- Sainte Croix de Minta : Visite pastorale de Mgr S. Léopold Bayemi
- SEDO : Préparation des Etats Généraux 2021-2022

17 **Échos d'ailleurs**18-19 **Spiritualité** : Neuvaine à Notre Dame du Mont Carmel

Nkul-Mvamba est une publication du Service de la Communication du Diocèse d'Obala.

Siège : BP 24 Obala

Tél : 695 22 66 51/ 651 24 45 29

Courriel : secomdobala@yahoo.fr

Web : www.dioceseobala.net

Directeur de Publication :

Mgr Sosthène Léopold

Bayémi Matjei

Conseillers à la Rédaction :

François-Marc MODZOM

Léger NTIGA

Catherine Flore NDIGANOL épse ELOUNDOU

Rédacteur-en-chef :

Ab. Gaston Léger BE NKAHA

Rédacteur-en-chef adjoint :

Michaëlle FEVRE (Volontaire FIDESCO)

Ab. Marcel Philémon VIDA

NDJOMO

Rédaction : Nicole NGAH

Responsable des ventes :

Joël Célestin BODO

Infographie et Impression :

THANKS (696.85.13.97)



Nkul-Mvamba: Richesse d'une nouvelle formule.

Slogan : **Informier, Inspirer, Accompagner**• **Informier**

- **Diocèse Actu**. Elle est une collection de factuelle les actualités pastorales du Diocèse.

- **Échos d'ailleurs**. Informer sur ce qui se fait d'actualité dans d'autres Diocèses.

- **Développement**. Elle est consacrée à la croissance matérielle des lecteurs.

- **Découverte**. Célébrer les traditions et les initiatives.

• **Inspirer**

- **Catéchèse**. Elle traite des enseignements sur la foi chrétienne.

- **Pastorale**. Elle traite du thème pastoral.

- **Les Chroniques de l'Évêque**

- **Saint du mois**. Découvrez une grande figure missionnaire chaque mois.

- **Spiritualité**. Des exercices chaque mois pour grandir dans la foi.

• **Accompagner**

- **Zoom**. Il chorde un événement qui fait l'actualité dans le Diocèse en abordant les sous-thèmes liés à cette dernière (éclairage d'une personnalité, évènement, etc.).

- **Décryptage**. La rubrique qui répond aux questions des abonnés sur le web.

Des septembrer 2021
NKUL MVAMBA
nouvelle formule, riche en contenu pour le lecteur et le pasteur.

Réservez vos numéros en prenant ou offrant un abonnement



Des espaces sont également disponibles pour les annonceurs

Contact : 677229950

Email : secomdobala@yahoo.fr

Tous au Mont Carmel !

Fidèles du Christ,

Les mois de juin et juillet nous offrent l'occasion de célébrer tour à tour les saints patrons de notre Diocèse : St Jean Baptiste, patron secondaire et Notre Dame du Mont Carmel, patronne principale. C'est le moment pour nous d'apprendre à maîtriser non seulement la vie mais surtout la spiritualité propre à chacun d'eux pour arriver à construire une identité spécifique à notre Diocèse. Des éléments allant dans ce sens sont déjà présents dans notre champ pastoral et notre liturgie grâce à l'inspiration de mon prédécesseur et le travail acharné de chacun de vous : l'invocation au Saint Esprit avant la lecture de la parole de Dieu, le Magnificat après la communion, les chants liturgiques en langues locales, etc. Nous devons continuer dans cette lancée quelles que soient les tempêtes : *« en tout temps et à tout propos, rendez grâce à Dieu le Père au Nom de notre Seigneur Jésus Christ »* (Ep 5,20).

Le caractère solennel et priant de nos fêtes patronales cette année rentrent dans cette dynamique. Mon vœu le plus cher est que l'accent soit mis sur la prière et l'appropriation de la spiritualité de Notre Dame du Mont Carmel. Voilà pourquoi, nous proposons une "Caravane Notre-Dame" qui sillonnera le Diocèse pendant que nous ferons tous la neuvaine à Notre Dame du



Mont Carmel. Marie est "pleine de grâces" et déversera donc des grâces en surabondance partout pour venir à bout des problèmes que nous rencontrons comme diocèse, paroisses, confréries, Bekoan, familles ou personne. C'est à elle que le Christ nous a confiés en mourant sur la croix pour que nous ayons recours à elle lorsque nous vivons des situations difficiles : *« Femme, voici ton fils...Fils, voici ta mère »* (Jn 19, 26).

La période des vacances qui débute est le moment idoine pour nous consacrer davantage aux activités pouvant renforcer notre intériorité et permettre de faire le plein d'énergie pour être d'appoint aux prochaines rentrées. Ainsi, il est bon de suivre l'exemple de vos pasteurs qui prennent un temps de retraite spirituelle pour mettre à profit ces vacances. Au terme d'une année comme celle-ci, il est bon d'écouter ce

conseil de Jésus à ses disciples: *« Venez à l'écart...et reposez-vous un peu »* (Mc 6, 31).

Réjouissons-nous dans le Seigneur pour les bienfaits qu'Il nous accorde en ce mois de juillet avec l'inauguration d'un bâtiment moderne à l'école catholique de la Cathédrale. Que la présence et la bénédiction de celui-ci par l'initiateur de ce projet, Mgr Damase, féconde le travail de rénovation et d'amélioration des conditions d'études de nos enfants. Ils ont le droit de fréquenter dans un milieu sain, et nous avons le devoir de le leur offrir pour qu'ils grandissent «

en intelligence, en sagesse, en taille et en grâce, devant Dieu et devant les hommes » (Lc 2, 52).

Notre presbyterium va s'agrandir avec l'arrivée des nouveaux clercs en son sein à l'occasion des ordinations sacerdotales et diaconales. Ces nouveaux venus, à la suite

de leurs aînés, auront de nombreux défis à relever. Il est bon pour eux de s'imprégner des spécificités de l'exercice du "ministère pastoral à Obala". Que Notre Dame qui les verra naître dans les différents ordres rende fructueux leur ministère pastoral, et que notre Diocèse tout entier obtienne les grâces multiformes dont nous avons besoin pour être tous à l'école de Notre Mère du Mont Carmel.

† Sosthène Léopold BAYEMI

Évêque d'Obala

Mon vœu le plus cher est de mettre l'accent soit mis sur la prière et l'appropriation de la spiritualité de Notre Dame du Mont Carmel. Voilà pourquoi, nous proposons une "Caravane Notre-Dame" qui sillonnera le Diocèse pendant que nous ferons tous la neuvaine à Notre Dame du Mont Carmel.

Le ministère pastoral à Obala

Entré officiellement en application, le nouveau plan pastoral 2020-2025 comporte des exigences particulières auxquelles les prêtres ont commencé à s'adapter au cours de l'année pastorale 2020-2021 qui s'achève.

Par Abbé Gaston Léger

Bâtir une Eglise-Famille, témoin « de sa foi, ouverte et attentive aux besoins de l'Eglise universelle ». Ce second axe du Plan pastoral 2020-2025 oblige le Diocèse d'Obala à une collaboration sincère avec toutes les entreprises d'humanisation, sans perdre de vue son apport le plus précieux qu'est l'annonce du Christ Rédempteur avec une efficacité eschatologique. L'atteinte de cet objectif, ainsi que ceux des autres axes pastoraux, a donné une configuration particulière à l'exercice du ministère pastoral à Obala, avec des exigences particulières pour les prêtres.

Homme de l'Eucharistie. L'Eglise enseigne que « les sacrements, ainsi que tous les ministères ecclésiaux et les tâches apostoliques, sont tous liés à l'Eucharistie et ordonnés à elle. Car l'Eucharistie contient tout le trésor spirituel de l'Eglise, c'est-à-dire le Christ lui-même » (Presbyterorum ordinis, 5). C'est donc autour de l'Eucharistie célébrée tous les jours en faveur des fidèles et à partir d'elle que se construit tout le dynamisme de la pastorale dans une paroisse. Un enseignement bien intégré par la plupart des prêtres du Diocèse qui ont bien accueilli et donné un sens nouveau au fameux « lundi des prêtres ».

S'il faut saluer la disponibilité des prêtres à célébrer l'eucharistie tous les jours de la semaine, il faut surtout saluer les nombreux efforts déployés pour faire participer les fidèles à l'Eucharistie : formation à la participation pleine et active à ces célébrations, formation des acteurs liturgiques, bon ordre et propreté, embellissement des églises et cadres de prières, etc. En somme, il faut saluer cette disponibilité

Autel de la Quasi-paroisse de NkolNnen



à faire grandir le Peuple de Dieu et à faire réussir le sacerdoce commun des fidèles ; ce souci de communiquer la Parole de Dieu, ainsi que l'ouverture à l'œcuménisme et au dialogue interreligieux.

Sens de consécration profond. L'exercice du ministère pastoral à Obala exige du prêtre un effort constant pour ne pas faire de son sacerdoce une occupation latérale. Dans plusieurs paroisses, l'absence d'une "juste rémunération" mensuelle et l'impossibilité d'avoir "un niveau de vie suffisant et digne" obligent à s'engager dans d'autres activités pour pouvoir vivre, voire survivre. Et dans toutes ces activités, les prêtres ne cachent pas leur identité. Une réalité que salue certains religieux à l'instar du Père Théodore, curé de Nkolmebanga : « Personnellement, je trouve que les prêtres dans le diocèse d'Obala sont, dans l'ensemble,

conscients du fait qu'ils sont, par la grâce du sacrement de l'ordre, ministres de Jésus Christ, et qu'ils se sont engagés volontairement et librement au service de l'Eglise. Cela se traduit par leur abnégation dans le service pastoral, malgré la précarité qui caractérise leurs conditions de vie, notre Diocèse étant un diocèse rural. Les prêtres, dans le Diocèse d'Obala sont, ou s'efforce d'être, pour reprendre Saint Jean Bosco : prêtres à l'autel, au confessionnal, à l'école, dans la rue et partout. Le ministère sacerdotal, dans le Diocèse d'Obala, se situe au cœur même de la vie ».

Signe et instrument d'unité. Le Diocèse d'Obala est l'une des zones du Cameroun où l'engagement politique pose des problèmes très délicats et souvent extrêmement compliqués. Guerres fratricides et oppositions sont très souvent farouches entre chrétiens d'un même parti politique ou non. Un

spectacle que ne peut se contenter de regarder le prêtre en raison de son ministère, qui l'oblige à faire l'effort d'amener les Hommes à l'unité dans le Christ. Ceci l'oblige à ne pas se laisser dominer par la colère, à faire rayonner le cœur de pasteur par une charité qui éprouve toutes les parties, les puissants comme les opprimés, les pauvres comme les riches. Prêtre à Obala rime donc avec capacité à rapprocher les mentalités et à conduire à l'unité dans l'amour, « *chacun regardant les autres comme plus méritants* » selon l'expression de Saint Paul (Rm 12, 10).

« *Homme, qui m'a établi sur vous pour être votre juge ou pour faire vos partages ?* » (Lc 12, 14). La mission du prêtre est d'un autre ordre dont sont conscients les prêtres. Pour eux, aucune option politique ne peut être considérée comme traduction parfaite de l'Evangile, et donc exempte de tout péché. Pas question d'accepter des plaisirs de courte échéance. Il faut être témoin du Christ.

Engagement et influence sur le temporel. Être prêtre ne saurait être synonyme "d'abstraction" de l'humain. La "charge de Christ Chef et Pasteur" oblige à se soucier du bien et de l'avenir

des populations. La Covid-19 a d'ailleurs rappelé que les organisations ecclésiales dépendent encore, pour beaucoup, de la situation économique des fidèles. Sans avoir comme but le développement temporel, le prêtre au quotidien est un acteur majeur du développement.

Sens de la co-responsabilité partagée.

Publiés en 2018, les statuts et règlement intérieur du Conseil paroissial ont remis à jour la nécessité d'associer les laïcs à l'administration et la gestion des biens ecclésiastiques. Ceci, non pour contrôler les prêtres, mais pour les aider à employer ces biens « *pour les fins qui justifient l'existence de ces biens temporels d'Eglise. C'est-à-dire pour organiser le culte divin, assurer au clergé un niveau de vie suffisant et soutenir les œuvres d'apostolat et de charité, spécialement en faveur des indigents* » (Presbyterum ordinis, n°17).

Ce nouveau management des paroisses qui prend peu à peu corps présente de nombreux avantages. D'une part, il aide les prêtres à ne pas rechercher leurs propres intérêts mais ceux du Christ, et à se configurer à leur Maître qui n'est « *pas venu pour être servi, mais pour servir et donner sa vie en rançon pour la multitude* » (Mt 20, 28).

D'autre part, il aide les laïcs à mettre leur charisme, leur expérience, leur compétence et leur créativité au service de l'Eglise et de l'Evangile. Toute une école qui justifie la multiplication des rencontres de formation des Conseils Paroissiaux organisées dans les zones pastorales au cours de l'année qui s'achève, et qui demande des sacrifices à chacun. « *Le chemin actuel dans lequel tous sont invités à s'engager, avec pour repaire les 5 axes pastoraux, est susceptible d'aider le ministère pastoral dans le Diocèse d'Obala. Que tous prennent conscience du sens de l'appartenance, des solutions communes aux problèmes communs, des exigences de la vie communautaire avec son volet de communion fraternelle, et tout ira* » affirme le Père Théodore.

Ainsi donc, l'exercice du ministère pastoral à Obala est animé d'un réel souci de perfection à la fois individuelle et communautaire. Il est conforme à l'exigence de la fonction sacerdotale qu'est la sainteté, grâce « *à celui qui peut tout faire, et bien au-delà de nos demandes et de nos pensées, en vertu de la puissance qui agit en nous, à lui la gloire dans l'Eglise et le Christ Jésus* » (Ep 3, 20-21).

Serges Denis BOKO EKANG, curé de la paroisse Mekon II, en pleine tournée pastorale



Les 5 axes pastoraux 2020-2025

Axe 1 : APPROFONDIR la connaissance de Jésus-Christ pour une foi authentique.

Axe 2 : BÂTIR une Église-famille, témoin de sa foi, ouverte et attentive aux besoins de l'Église universelle.

Axe 3 : ŒUVRER pour le développement intégral et solidaire de toutes les couches sociales, gage de paix dans la société.

Axe 4 : TRAVAILLER pour l'autonomie financière à travers la création d'activités génératrices de revenus et une gestion rationnelle et responsable.

Axe 5 : S'INVESTIR dans la construction et la réhabilitation des infrastructures sociales et pastorales.

Complexe scolaire bilingue Notre Dame du Mont Carmel : inauguration d'un bâtiment moderne par Mg Damase Damase Zinga Atangana, évêque de Kribi

L'aboutissement de ce projet d'envergure marque la volonté du Secrétariat à l'Éducation du Diocèse d'Obala (SEDO) d'offrir des locaux appropriés aux élèves. Ce sera le 09 juillet 2021.

Par Déflorine NGAH



Vue d'ensemble du bâtiment

Excellence Académique

Notre Dame du Mont Carmel d'Obala est devenue une école de référence dans le Diocèse grâce à la qualité de son enseignement. Il faut avoir une moyenne supérieure ou égale à 11/20 pour être promu en classe supérieur.

A ses débuts, l'école fonctionne avec la petite, la moyenne et la grande section. Ce n'est que plus tard que d'autres classes ouvrent jusqu'au cours moyen 1 (CM1) pour la section francophone et jusqu'en classe six pour la section anglophone.

Capacité d'accueil

En 2018, la Sœur Thérèse Toba (Secrétaire à l'Éducation) et son équipe décident d'agrandir l'établissement afin d'augmenter sa capacité d'accueil. Après plusieurs années de travaux, c'est un bâtiment de 180m² pouvant accueillir plus de 500 élèves de la Petite Section au CM2 qui ouvre ses portes. Il compte neuf salles de classe, une salle d'informatique et une cour de récréation de 1 136 m².



Les écoliers en pause, derrière la maternelle

Historique

Situé au cœur de la ville d'Obala, sur le site de la Cathédrale, le complexe scolaire bilingue Notre Dame du Mont Carmel a ouvert ses portes le 23 septembre 2013 à l'initiative de Mgr Damase ZINGA ATANGANA, encore recteur de la Cathédrale. Ce dernier souhaitait en effet limiter les risques d'accidents de circulation auxquels les élèves étaient exposés en traversant toute la ville pour se rendre à l'école Saint Joseph de la Paroisse Marie Mère de Dieu d'Obala.



Projet 3D

Fête patronale 2021 : 10 jours de Célébration avec Notre Dame



Programme des festivités

Jeudi 08 juillet

Début de la neuvaine.

8h : Messe puis lancement de la caravane à Nanga Nguinda

Vendredi 09 juillet

9h 30 : Inauguration du complexe scolaire bilingue Notre Dame du Mt Carmel d'Obala par Mgr Damase ZINGAATANGANA

Samedi 10 juillet

10h : Ordinations diaconales et sacerdotales en la Paroisse Notre Dame des Champs de Mbandjock

Dimanche 11 Juillet

15h 00 : Match de football à Efo (Prêtres / Grands Séminaristes du Diocèse)

Mercredi 14 juillet

10h 00-16h 00 : K'rmel jeunes à la Paroisse Marie Mère de Dieu d'Obala (Jeux, concours et animations pour transmettre aux jeunes la spiritualité de Notre Dame du Mt Carmel)

Jeudi 15 juillet

10h 00- 18h 00 : FESMUDO : Festival des musiques diocésaines

17h 00 : Accueil de la caravane & procession vers la Cathédrale

Vendredi 16 Juillet

10h 00 : Clôture de la neuvaine + Messe Diocésaine en l'honneur de Notre Dame du Mont Carmel (Cathédrale d'Obala)

12h 00 : Repas + Eclat des cultures

Dimanche 18 Juillet

Messe en l'honneur de Notre Dame du Mont Carmel célébrées dans toutes les paroisses du Diocèse

La Caravane Notre Dame est un convoi avec Marie à son bord. Elle sillonnera le Diocèse du 8 au 15 juillet prochain. Des escales de prière dans les paroisses se trouvant sur son itinéraire et des veillées mariales dans certains vicariats épiscopaux permettront aux fidèles du Diocèse d'approfondir la spiritualité de Notre Dame du Mont Carmel.

Itinéraire & lieux de veillée

Jeudi 08 Juillet

10h00 : Départ de la Caravane Notre Dame à la Paroisse Notre Dame de la Merci de Nguinda

12h00 : Escale à la Paroisse St Marc de Nkoteng

15h00 : Escale à la Paroisse Notre Dame des Champs de Mbandjock

18h00 : Arrivée à la Paroisse St Joseph l'Artisan d'Olembé Batchenga + Veillée de prière

Vendredi 09 Juillet

06h 00 : Messe

08h 00 : Escale à la Paroisse Sainte Brigitte d'Emana

11h 00 : Escale à la Paroisse Saint Jean Paul II de Minkama

14h 00 : Escale à la Paroisse Sainte Marie Mère de Dieu d'Obala

17h 00 : Escale à la Paroisse Jésus Miséricordieux de Nkolnen

20h 00 : Arrivée à la Paroisse Ste Anne d'Efo + Veillée de prière

Samedi 10 Juillet

06h 00 : Messe

14h 00 : Escale à la Paroisse de Yemsoa (Nkol ébaï)

16h 00 : Escale à la Paroisse St Paul de Nlong Onambélé

20h 00 : Arrivée à la Paroisse Sacré cœur de Sa'a + Veillée de prière

Lundi 12 Juillet

06h 30 : Messe

08h 00 : Escale à la chapelle du carrefour Ngomo (Paroisse de Nlong Onambélé)

11h 00 : Escale à la Paroisse St Martin d'Emana

14h 00 : Escale à la Paroisse Notre Dame de l'Assomption de Nkolkossé

18h 00 : Arrivée à la Paroisse St Tobie de Monatéle + Veillée de prière

Mardi 13 Juillet

06h 30 : Messe + départ pour Evodoula

09h 00 : Escale à la Paroisse de Tala (Elig-Ambassa)

12h 00 : Escale à la Paroisse d'Okok-Ntsas

15h 00 : Escale à la Paroisse d'Ebug-Si

18h 00 : Arrivée de la Caravane à la Paroisse d'Evodoula + Veillée de prière

Mercredi 14 juillet

06h 00 : Messe + départ pour l'escale à la Paroisse Sacrée Cœur de Leboudi

12h 00 : Escale à la Paroisse de Mva'a

18h 00 : Arrivée de la Caravane à la Paroisse d'Okola + Veillée de prière

Jeudi 15 Juillet

06h 30 : Messe + départ pour Obala

09h 00 : Escale à la Paroisse St Jean Bosco de Yeg-asi

12h 00 : Escale à la Paroisse de Ste Thérèse de l'Enfant Jésus de Mindjomo

15h 00 : Escale à la Paroisse de Nkometou

17h 00 : Arrivée au carrefour du lycée d'Obala et procession vers la Cathédrale

17h 30 : Arrivée à la Cathédrale Notre Dame du Mont Carmel d'Obala

Ordinations diaconales et sacerdo

Candidats au diaconat



**Abbé Hervé Thierry
EFOUMENA NDJANA**

Né le 20 juin 1987 à Minkama

Paroisse d'origine : Saint Jean Paul II de Minkama

Paroisse d'attache : Sainte Marie Mère de Dieu d'Obala

Établissements fréquentés

- Philosophie : Grand Séminaire Saint Thomas d'Aquin de Bambui
- Théologie : Grand Séminaire Saint Thomas d'Aquin de Bambui



Abbé Alexis DJONYANG

Né le 23 mai 1988 à Camsuco

Paroisse d'origine : Notre Dame de l'Assomption de Doukoula (Extrême-Nord)

Paroisse d'attache : St Marc de Nkoteng

Établissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otéle
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson



**Abbé Florentin Benjamin
NDZOMO MVOGO**

Né le 24 octobre 1986 à Nkolmembanga

Paroisse d'origine : St Matthieu de Nkolmebanga

Paroisse d'attache : St Vincent Palloti de Nlongkak

Établissements fréquentés :

- Philosophie : Centre Saint Augustin de Dakar, Sénégal
- Théologie : Grand Séminaire Saint Paul VI Douala

*Ordonné pour le compte du
Diocèse d'Eseka*



Abbé Albert Debell KEDE

Né le 02 octobre 1991 à Obala

Paroisse d'origine : St Jean-Paul II de Minkama

Paroisse d'attache : Marie Mère de Dieu d'Obala

Établissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otéle
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson



Abbé Patrick Wilfried OLEME

Né le 20 avril 1993 à Emana

Paroisse d'origine : Notre Dame de l'Assomption de Nkolkosse

Paroisse d'attache : Cathédrale Notre Dame du Mont Carmel d'Obala.

Établissements fréquentés

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otéle
- Théologie : Emmanuel School of Mission de Paray-le-Monial et Maison Saint Joseph d'Abidjan (Communauté de l'Emmanuel)



**Abbé Léger Damien
BIKOÏ GOUATTE**

Né le 12 juin 1984 à Bot-Makak

Paroisse d'origine : St Etienne de Hegba (Diocèse d'Eseka)

Paroisse d'attache : Ste Thérèse de l'Enfant Jésus d'Ahala (Archidiocèse de Yaoundé)

Établissements fréquentés

- Philosophie : Institut de Philosophie Saint Joseph Mukasa (Nkolbisson-Yaoundé)
- Théologie : École Théologique Saint Cyprien de Ngoya

tales à Mbandjock le 10 juillet 2021

Candidats au sacerdoce



Abbé Philippe EWOLO

Né le 20 aout 1990 à Mebomo

Paroisse d'origine : Immaculée conception d'Elig Mfomo

Paroisse d'attache : St Pierre de Nyom II (Yaoundé)

Etablissements fréquentés :

- Philosophie : Marie Reine des Apôtres d'Otele
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson

Devise : « *Rien n'est impossible à Dieu* »
LC 1,38.



Abbé Jean Pierre Cyrille BEYEME MEDOU

Né le 13 mars 1992 à Lembe-Yezoum

Paroisse d'origine : St Jean Baptiste de Nkol-Sele

Paroisse d'attache : Cathédrale Notre Dame du Rosaire de Mbalmayo

Etablissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otele
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson

Devise : « *Donne-moi la Sagesse assise auprès de toi* » Sg 9, 4



Abbé Jérôme Emmanuel BOUNTSEBE EKASSI

Né le 13 février 1996 à Nkwen-Bamenda

Paroisse d'origine : Sainte-Croix d'Etam-Kouma

Paroisse d'attache : Saint-Joseph d'Emana (Yaoundé)

Etablissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otéle
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson

Devise : « *Notre capacité vient de Dieu, qui nous a rendus capables d'être ministres d'une nouvelle Alliance, non de la lettre, mais de l'Esprit* » (2 Co 3,5-6)



Abbé Arnaud NGAH NOA

Né le 20 mars 1990 à Yaoundé

Paroisse d'origine : St Jérôme de Voa II

Paroisse d'attache : Jésus le Bon Pasteur d'Oyom Abang

Etablissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otéle
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson

Devise : « *Je viens pour faire ta volonté* »
(He 10, 9)



Abbé Gérôme Patrick ZINGUI MBASSI

Né le 24 février 1984 à Ebolowa

Paroisse d'origine : St Martin d'Emana

Etablissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otéle
- Théologie : Grand Séminaire Notre Dame de l'Immaculée Conception de Nkolbisson

Devise : « *Oui, libre à l'égard de tous, je me suis fait l'esclave de tous, afin de gagner le plus grand nombre* » (1Co 9, 19)



Abbé Pius Bienvenu MESSONGON NANG

Né le 03 janvier 1990 à Nkoteng.

Paroisse d'origine : Sainte Famille de Bibey

Paroisse d'attache : St Marc de Nkoteng

Etablissements fréquentés :

- Philosophie : Grand Séminaire de propédeutique et de philosophie Marie Reine des Apôtres d'Otele
- Théologie : Facultad de Teología de la Universidad de Navarra (Espagne)

Devise : « *Par la miséricorde de Dieu* » (2 Co 4, 1).

Les propositions des donateurs

Le tableau ci-dessous vous communique les propositions des donateurs du Projet Cathédrale lors de la récollection qui les a rassemblés le 21 mars 2021 à l'évêché.

Propositions pour le management du projet	
Aspect communicationnel	Aspect organisationnel
• Communiquer sur chaque aspect du projet afin que les fidèles puissent être bien situés sur celui-ci et qu'ils soient à même de se l'approprier en y participant bénévolement ; • Utiliser tous les supports de communication pour faire écho du projet et de l'équipe qui est à pied d'œuvre pour sa réalisation.	• Mettre en place des mécanismes de transparence dans la gestion du projet et de ses fonds • Permettre à chaque association paroissiale de déposer elle-même ses contributions ; • Intensifier les prières pour la construction de notre Cathédrale.

Propositions pour les campagnes de collectes		
Fréquence de collecte	Stratégie de collecte	Communication
Organiser régulièrement des campagnes de collecte tout en les espaçant.	• Associer toutes les couches sociales aux campagnes de collecte tout en multipliant les lieux et les canaux de collecte ; • Mettre en place des mécanismes de transparence dans le processus de collecte	• Envoyer régulièrement des messages de sensibilisation aux fils et filles du Diocèse ; • Communiquer sur les étapes d'évolution du projet pour susciter l'engagement de tous.

Propositions pour renforcer ou susciter l'adhésion			
Pour ceux qui adhèrent	Pour ceux qui sont indifférents	Générales	Pour ceux qui sont contre le projet
• Faire d'eux des porte-voix du projet et organiser régulièrement des recollections avec eux ; • Les tenir au courant des avancements du projet	• Intensifier la communication autour du projet à travers des petites choses qui suscitent la curiosité et la découverte ; • Mettre sur pied une stratégie pour ramener de nouveaux adhérents	• Faire de chaque fils et filles du Diocèse et de chaque donateur un porteur du projet ; • Prier pour que le Seigneur touche des cœurs et susciter plus d'adhésio • Donner les statistiques de collecte par paroisse	• Leur expliquer le bien fondé d'avoir une Cathédrale • Organiser des campagnes explicatives sur le projet. • Les écouter et éviter qu'ils ne découragent les autres.

Autres propositions	
• Permettre aux donateurs d'effectuer des descentes sur le site du chantier • Créer des activités génératrices de revenus pour le projet favorisant l'avancée des travaux • Le Père Evêque doit aller à la rencontre des fils et filles du Diocèse dans chaque Région et organiser des tournées régionales.	



APRA : 1 000 000 Fcfa de don pour le Projet Cathédrale

1 000 000 Fcfa, c'est le contenu de l'enveloppe que l'association des Prêtres et Religieuses Abam (APRA), ont remis le 30 mai 2021 à Mgr Sosthène pour le Projet Cathédrale. C'était au cours de la messe de clôture de la tournée pastorale effectuée par le Père Evêque à la Paroisse St Isaïe d'Elig-Edouma.

L'APRA est une association de solidarité et d'entraide entre les membres d'une part, et de la promotion des valeurs chrétiennes catholiques en pays Abam d'autre part, avec pour objectif la promotion du développement économique et social des populations.

J'Y CROIS, JE DONNE !

Fête patronale du Diocèse du 10 au 17/07
Faites un don pour le Projet Cathédrale

> Orange Money : 60273821 > Mtn Mobile Money : 60273821
 > ECR Compteur : 00000000000000000000
 IBAN : CM21 10000 00000 99000 72964432 > BIC : ECOMCM21
 > Coordonnées : 00000000000000000000
 IBAN : CM21 10000 00000 99000 72964432 > BIC : ECOMCM21

La bonne nouvelle de Dieu pour le couple (suite)

Cas pratique sur le dialogue et l'entente entre conjoints



Après les enseignements du mois dernier sur le sacrement du mariage et la vocation du couple, ce mois-ci, la commission Catéchèse vous propose un cas pratique à partir duquel les couples peuvent s'exercer au dialogue.

Fait de vie : EKANI BITUGI et NGONO NGA restent ensemble pour parler

Après sa journée de travail, EKANI BITUGI rentre à la maison. Sa femme NGONO NGA l'accueille avec un sourire et lui donne de l'eau à boire. Ce matin-là, EKANI BITUGI s'était levé de mauvaise humeur et était sorti sans saluer son épouse. En effet, depuis quelques jours, il a des problèmes au travail avec son chef de service. Après avoir bu l'eau que sa femme lui tend, il s'assoit tout seul sur son fauteuil et réfléchit à sa situation professionnelle. NGONO NGA est à la cuisine et s'interroge sur l'attitude de son mari. Elle redoute qu'il y ait un problème entre eux. Elle est confuse. A ce moment, EKANI BITUGI l'appelle et lui demande pardon pour son comportement du matin. Il lui explique les problèmes qu'il rencontre au sein de son service. Sa femme l'écoute attentivement et lui pose quelques questions pour mieux comprendre. Et ensemble, ils cherchent ensemble des solutions.

A la fin de cet échange, NGONO NGA retourne à la cuisine, contente ; elle sait

pourquoi son mari est dans cet état et le comprend. EKANI BITUGI lui aussi est content d'avoir une femme à laquelle il peut se confier et qui l'aide à réfléchir sur ses difficultés.

Question pour les échanges

- Qu'est-ce qui vous a frappé dans ce récit ?
- Est-ce que vous avez déjà rencontré des situations semblables ?
- A votre avis, qu'est ce qui fait la force du foyer d'EKANI BITUGI et NGONO NGA ?
- Quels sont les fruits d'un bon dialogue en couple ?
- Quelles sont les difficultés à dialoguer ? Comment en pratique arriver à un vrai dialogue ?

Points à retenir

Le dialogue n'est pas seulement nécessaire en cas de problèmes, il doit s'ancrer dans le quotidien du couple. Chaque couple trouvera les moments qui lui sont favorables pour dialoguer.

Le dialogue se fait à deux ; il implique l'écoute de l'autre. Il peut commencer par de petites choses : se raconter sa journée, parler des enfants, revenir sur une visite reçue, etc.

Par **Para Akpa**

Il est important de rester libre dans les échanges, de ne pas entretenir de "sujets tabous", d'éviter au maximum les secrets dans le couple.

Il convient de toujours considérer la femme comme partenaire pour la construction et le bonheur du foyer.

5 conseils pour pratiquer une écoute active

L'écoute active est l'action de se concentrer sur ce que l'on écoute, afin de bien comprendre ce qui est dit. L'écoute devient active lorsque la personne qui la pratique participe activement à la compréhension du message. Voici 5 conseils pour la pratiquer :

- Avoir un esprit ouvert
- Être concentré sur les mots de l'autre
- Être là pour écouter et non pas pour répondre
- Reformuler les phrases majeures de son interlocuteur pour s'assurer que l'on a bien compris
- Oser poser des questions adéquates

Facebook au service de la pastorale

D'après le dernier rapport de Hootsuite et de We are social baptisé « Digital 2020 - Cameroun », 3,5 millions de camerounais sont présents sur Facebook, ce qui en fait le réseau social le plus utilisé au Cameroun. Ce chiffre fait réfléchir et ne peut laisser indifférents nos agents pastoraux. Nous y sommes déjà; mais alors comment profiter de notre présence pour vivre pleinement notre mission?

Par para Lambert AYISSI

Les trois modalités de présence sur Facebook

Il existe 3 façons d'assurer une présence sur Facebook :

- Le Profil personnel, qui représente uniquement une personne en chair et en os, avec son nom, et son prénom, ses amis, ses préférences et ses posts personnels.

- La Page Facebook, qui est une présence publique, accessible par tous à condition de laisser un « J'aime » pour recevoir toutes les mises à jour.

- Le Groupe Facebook, qui est un espace « fermé » et protégé dans lequel des personnes, sélectionnées à l'entrée, peuvent échanger des contenus et engager des discussions.

À bien y penser ce sont des modalités de présence qui existent déjà dans notre société. Facebook a donc répliqué un système relationnel existant avec quelques petites différences qui pourraient échapper à notre contrôle et ternir notre communication. Examinons brièvement les analogies et les similitudes y afférentes.

- Le profil personnel représente l'identité personnelle de chacun d'entre nous avec nos vocations et nos différents services au sein de l'Eglise. Sur le profil personnel, nous nous exprimons en affichant notre visage.

- La page Facebook en revanche, peut nous rappeler le babillard à l'extérieur de l'église ou le bulletin hebdomadaire d'une paroisse. Bref, un outil de communication "officiel" et "impersonnel" qui, cependant, parle au nom de toute la communauté.

- Le groupe Facebook est une sorte de salle de réunion. Et comme telle elle

établit la limite entre ceux qui sont à l'intérieur et ceux qui sont à l'extérieur. On sait également ceux qui interviennent et à quel titre ils le font. Ici aussi, chacun « affiche son visage » mais le fait dans un environnement protégé, contrôlé et supervisé par les gérants du Groupe. Cette salle de réunion peut être petite, fréquentée par très peu de personnes qui travaillent dans un but précis, ou bien immense, fréquentée par tous les paroissiens. Cela dépend de l'objectif.

Comment exploiter au mieux ces différentes formes de présence ?

Il convient tout d'abord de choisir l'une des trois modalités de présence sus-citées. Elle dictera le ton du message et des activités.

Dans le cadre des activités pastorales, il est recommandé d'utiliser la page et le groupe Facebook.

La page Facebook comporte un certain nombre d'avantages : on peut avoir plus de 5000 abonnés, connaître de façon détaillée les personnes qui suivent la page, programmer des événements et des posts. Autrement dit, mieux contrôler l'activité pastorale. La page peut être gérée par plusieurs personnes de sorte qu'il y ait une continuité en cas de changement. Il n'est pas dit que ce soit le prêtre qui doive s'en occuper mais rien ne devrait être publié sans qu'il ne le sache. La page peut donc servir pour publier les

informations relatives aux activités de la paroisse car elle reste une source officielle d'informations. On y mettra par exemple des mises à jour de nature pratique telles que les horaires et les détails d'un événement, les informations pour être contacté pour certaines activités. Il serait souhaitable par ailleurs que la page ait deux ou trois rubriques hebdomadaires. Ces rubriques déterminent le contenu de l'agenda des posts. Le but est de publier constamment des contenus utiles, intéressants, cohérents avec la vocation de la page, tout en choisissant et en alternant le format des posts (video, texte et images).

Les groupes peuvent être activés de temps en temps pour se confronter sur des thèmes précis. Dans ce cadre, il peut être intéressant d'utiliser des directes Facebook. Il est également possible de promouvoir des activités faites sur d'autres pages (diocésaine ou de l'aumônerie), et même des profils personnels qui nous semblent utiles. Au delà de la visibilité, cela répond au besoin de communion qui est la base de toute communication ecclésiale.

Rédiger pour le Web : 3 règles d'or

- Apporter de la valeur ajoutée
- Capter l'attention rapidement
- Favoriser la lisibilité

Queques chiffres

Sur Facebook, les hommes sont plus nombreux que les femmes (58,8% d'hommes contre 41,2% de femmes). L'accès à la plateforme se fait principalement à partir de smartphones, avec une nette prépondérance des smartphones Android (82,9% contre seulement 4,6% d'utilisateurs d'iPhone).



Quel Diocèse voulons-nous ?

Dans la dynamique de l'Exhortation Apostolique du Pape François *Evangelii Gaudium* et en nous inspirant de l'enseignement du Saint Pape Paul VI dans *Ecclesiam suam*, nous avons adopté en 2016 comme thème pastoral : « Une Nouvelle Pentecôte pour la Nouvelle Évangélisation ».

Par Mgr Sosthène Léopold BAYEMI

Ceci nous permettait de mettre davantage en exergue la relation étroite qui existe entre la Nouvelle Évangélisation et le renouveau de notre Église diocésaine. Nous voulions aussi faire ressortir l'exigence d'une nouvelle dynamique de l'Esprit Saint pour être des vrais **disciples missionnaires**, comme l'appelle de tous ses vœux le Saint Père François.

Cette dynamique spirituelle va de pair avec une organisation que nous parachevons progressivement ainsi qu'une feuille de route.

Dans son fonctionnement, notre Diocèse comporte des organes de concertation et des organes d'exécution, aussi bien au niveau diocésain, zonal que paroissial. L'un des tous derniers mis en place est le Collège des consultants. Le vrai défi n'est pas la création des organes mais leur fonctionnement, en vue d'optimiser et de mieux capitaliser sur notre action pastorale.

Oui, nous voulons un Diocèse priant, vivant, dynamique, qui soit davantage signe de la sainteté de Dieu qu'instrument pour l'annonce de la Bonne Nouvelle. Ce n'est qu'à ce titre que nous pourrions mieux œuvrer pour le développement de la foi de notre peuple et un meilleur témoignage Évangélique. Voici ce que le Pape François dit à ce propos :

« J'imagine un choix missionnaire capable de transformer toute chose, afin que les habitudes, les styles, les horaires, le langage et toute structure ecclésiale devienne un canal adéquat pour l'évangélisation du monde actuel, plus que pour l'auto-préservation. La réforme des structures, qui exige la conversion pastorale, ne peut se comprendre qu'en ce sens : faire en sorte qu'elles deviennent toutes plus missionnaires, que la pastorale ordinaire en toutes ses instances soit plus expansive et ouverte, qu'elle mette les agents pastoraux en constante attitude de "sortie" et favorise

ainsi la réponse positive de tous ceux auxquels Jésus offre son amitié ». (EG 27)

Évidemment, ceci implique un changement de mentalité, « un renouveau ecclésial qu'on ne peut différer », une conversion et une nouvelle compréhension de la nature et de la mission de notre approche évangélisatrice, comme le dit le Pape François : « La pastorale en terme missionnaire exige d'abandonner le confortable critère pastoral du "on a toujours fait ainsi". » Il poursuit en invitant « chacun à être audacieux et créatif dans ce devoir de repenser les objectifs, les structures, le style et les méthodes évangélisatrices de leurs propres communautés. » (*Evangelii Gaudium*, Op. Cit., n. 33)

Je relève cette orientation du Saint Père. Il nous est impérieux d'adopter un nouveau style d'évangélisation qui réponde aux défis de l'heure actuelle. Pareillement, nous devons repenser nos méthodes, nos structures et même les objectifs que nous voulons atteindre.

C'est dans cette optique que nous devons nous adosser sur nos 5 axes pastoraux :

Axe 1 : APPROFONDIR la connaissance de Jésus-Christ pour une foi authentique.

Axe 2 : BÂTIR une Église-famille, témoin de sa foi, ouverte et attentive aux besoins de l'Église universelle.

Axe 3 : ŒUVRER pour le développement intégral et solidaire de toutes les couches sociales, gage de paix dans la société.

Axe 4 : TRAVAILLER pour l'autonomie financière à travers la création d'activités génératrices de revenus et une gestion rationnelle et responsable.

Axe 5 : S'INVESTIR dans la construc-

tion et la réhabilitation des infrastructures sociales et pastorales.

Ces axes pastoraux renferment les objectifs généraux que nous avons élaborés ensemble. Ils doivent orienter les prêtres, les conseils paroissiaux et les responsables des associations et autres structures d'Église dans leurs choix stratégiques. Ainsi nos actions peuvent avoir une cohérence, dans une approche globale et qualitative incluant la dimension éthique et sotériologique, ceci afin de mieux accomplir nos missions tout en respectant nos valeurs.

Pour asseoir cette approche systémique, notre dynamique doit toucher la gestion aussi bien des Hommes et du matériel que des finances de nos Paroisses et de toutes nos structures diocésaines ; bref, le management.

Comme vous le savez, le management se définit comme l'art de diriger une organisation et de prendre des décisions nécessaires à la réalisation des objectifs fixés. À cet égard, il est indispensable que chaque Paroisse, ainsi que les autres réalités ecclésiales, travaille pour avoir des plans quinquennaux.

C'est un travail complexe. Un plan quinquennal présente un caractère peu répétitif et difficilement réversible, mais il a ceci de beau qu'il engage par conséquent la pérennité de l'organisation. Et nous avons besoin de structures fortes et pérennes.

A partir de cette base stratégique, il faut une approche opérationnelle pour assurer au quotidien le fonctionnement optimal de nos structures. Les quatre grandes fonctions sur lesquelles doit s'appuyer cette approche organisationnelle seront développées dans le prochain numéro.

Ces axes pastoraux renferment les objectifs généraux que nous avons élaborés ensemble. Ils doivent orienter les prêtres, les conseils paroissiaux et les responsables des associations et autres structures d'Église dans leurs choix stratégiques



Le nouveau parcours d'adhésion à l'Ekoan Maria

Le Diocèse d'Obala, durant cette année pastorale de la mission, redouble d'efforts pour mieux former les laïcs dans les différents groupes et associations. C'est ainsi que le père Louis Théodore AMBOMO, aumônier de l'Ekoan Maria, a décidé de mettre en place un cycle de formation pour les futures adhérentes de la confrérie.

Par Déflorine NGAH

Les conditions à remplir pour devenir membre de l'Ekoan Maria

Être une femme catholique âgée d'au moins 18 ans (et mariée à l'Eglise dans le cas d'une vie en couple) ne sont plus les seuls critères à respecter pour devenir membre de l'Ekoan Maria. Une année de formation est désormais nécessaire pour rejoindre les rangs de l'association. A l'issue de cet exercice, les nouveaux membres sont présentés devant Dieu et devant les Hommes à l'occasion d'une messe solennelle. Les postulantes prononcent alors leur engagement et sont officiellement reconnues comme membre de la confrérie de Marie.

Les objectifs du nouveau cycle de formation

« Lorsque l'évêque m'a confié la responsabilité d'aumônier diocésain, il a insisté sur la nécessité de mieux former nos

adhérentes ; c'est à cela que nous nous attelons depuis 2 ans déjà. Nous avons monté un parcours pédagogique composé de 3 modules, répartis sur un an », nous explique le Père Louis Théodore AMBOMO.

L'objectif est de permettre aux participantes d'approfondir leur connaissance de l'Ekoan Maria à travers laquelle elles souhaitent mieux servir Dieu et son Eglise. Les 3 modules proposés ont également été pensés pour les aider à approfondir leur foi, grandir dans leur relation avec Dieu et vivre à l'image de la Vierge Marie pour répondre dignement à leur vocation de chrétienne.

Tout au long de l'année, des prêtres ont ainsi été sollicités pour venir former les futurs membres, dans le cadre des sessions de formation qui se sont déroulées à la paroisse Cathédrale.

Le déroulement de la formation

Le cycle de formation a une durée d'un an. Cela laisse le temps aux futurs membres d'être édifiés sur de nombreux sujets (vertus de la Sainte Vierge, mission de Marie dans l'Eglise, etc.) et d'aborder des aspects pratiques en lien avec l'association (statuts et règlement intérieur de l'Ekoan Maria, etc.). D'autres sujets sur des questions d'éthique et de morale religieuse, d'ecclésiologie, de missio-

La signification des tenues

Les femmes arborant la tenue verte et un foulard blanc sont les novices encore en formation, alors que celles en robe bleu avec un foulard blanc sont officiellement membres de l'association.

logie, de théologie mariale et de droit canonique sont aussi abordés.

Le parcours est ouvert aux femmes issues de toutes les zones du Diocèse. Au-delà des enseignements, des moments d'échange leur permettent de développer le savoir-vivre en communauté. Les futurs membres apprennent progressivement à se connaître et un véritable esprit de famille se crée au fil des rencontres.

A cause de la Covid-19, les mesures gouvernementales n'ont pas permis d'organiser le pèlerinage diocésain qui devait avoir lieu l'an dernier, pèlerinage au cours duquel les engagements sont habituellement prononcés. Ce sont donc plus de 100 femmes issues des promotions 2020 et 2021 qui se rassembleront à Evodoula au mois de juillet pour devenir pleinement membres de l'association. Après avoir prononcé leur engagement, elles feront bénir leur tenue, signe de leur nouveau statut au sein de l'Ekoan Maria.

L'Ekoan Maria en bref

Plus qu'une confrérie, l'Ekoan Maria est une association publique au service de l'Eglise Catholique pour une société plus humaine. Créé en 1906 par Mgr Henri VIETTER, l'association a pour principes l'épanouissement de la femme chrétienne par le culte de l'effort ainsi que la formation spirituelle par la dévotion mariale et la prière.

Prendre des vacances : sens et importance

Manque d'argent, surcharge de travail, sentiment d'être indispensable, peu importe les raisons qui nous retiennent de profiter de nos vacances, aucune n'est valable. Car, tout le monde a besoin de profiter pleinement de cette période de repos bien mérité.

Par **Aude A. PHEDRA BALEPNA**,
Master en Psychologie

Selon le dictionnaire Larousse, les vacances sont une période d'arrêt de travail dans les écoles et les universités, fixée selon un calendrier. Elles concernent aussi les salariés qui, occupés durant toute une année par leurs activités professionnelles, ont besoin de souffler afin de reprendre des forces nouvelles en vue de l'amélioration de la qualité de leur travail.

Sens des vacances

La psychologue clinicienne Silvia André et le coach Patrick Amar dans leur livre *J'arrête de stresser* nous rappellent que les vacances sont le moment de nous extraire de la routine, de faire une pause dans notre quotidien et de recharger nos batteries. Car toute personne peut être confrontée dans sa vie à une situation personnelle ou professionnelle de crise pouvant entraîner un choc émotionnel.

Les salariés vivent ce stress au quotidien parce qu'ils sont toujours sous la pression de leurs activités quotidiennes. Ils négligent les relations familiales et amicales. Ils ont un rythme de vie effréné et n'arrivent plus à s'occuper d'eux-mêmes.

Ce style de vie agit profondément sur la plupart des enfants de ces familles. Les jeunes scolarisés ont le même rythme de vie que leurs parents et le besoin de faire une pause devient essentiel. Les semaines de travail intenses des parents agissent sur les enfants. Ils sortent très tôt le matin ; Mais, dès leur retour à la maison, il n'y a pas assez de repos. Ils doivent prendre leur repas, faire leurs devoirs ou accomplir les tâches ménagères. Parfois, ils étudient avec l'aide des répétiteurs aussi exigeants que les enseignants. Puis, c'est l'heure du bain et du coucher. Ils sont épuisés car le rythme des activités est excessif. Les heures de sommeil et de repos s'amenuisent. La fatigue s'installe.

L'importance des vacances

Les vacances n'ont alors pour but, ni d'être comme celles de l'année dernière, ni d'être exceptionnelles, mais de passer des moments agréables avec les personnes qui nous entourent. De nos jours, l'importance de marquer une pause dans ses activités pour refaire le plein d'énergie, préserver sa santé physique et mentale est reconnue par une grande majorité de personnes. Les vacances ont alors pour but de faire vivre des moments de qualité avec ses proches, de se découvrir, d'approfondir des liens et de se créer des souvenirs mémorables.

Pour les jeunes scolarisés, prendre des vacances leur permet de reposer leur cerveau et de s'extraire des tâches répétées du quotidien pour se concentrer à autre chose. Ils vont alors créer de nouvelles relations avec leur entourage, les jeunes de leur âge.

Ainsi, les vacances sont un moment indispensable dans la vie de chacun. Toute personne ayant mené une activité régulière pendant une période donnée a le devoir de se reposer, de se sauver de ses combats intérieurs de tout ordre dont la vie souvent se charge.

Exemple d'activités

Les vacances sont l'occasion idoine de créer de nouveaux souvenirs. On peut par exemple rendre visite à ses parents ou à ses proches en campagne afin de communier avec la nature, faire des tours dans les champs, les plantations, etc. On peut aussi organiser de grandes rencontres familiales afin de revoir ses proches. C'est aussi le moment de faire du tourisme et de rencontrer de nouvelles personnes. On peut également renforcer sa foi en participant aux recollections et aux retraites spirituelles.

Quant aux jeunes, ils peuvent aller dans



Aude A. en vacances

les camps de vacances, s'amuser sur les terrains de jeux, participer à de nombreux jeux de société, accompagner un oncle à la chasse ou encore se rendre au champ avec les grands parents. Ils peuvent aussi utiliser ce temps pour nourrir leur foi à travers le partage de la parole de Dieu (Lectio Divina) ou la participation aux journées diocésaines des jeunes, aux camps vocationnels, etc.

Nonobstant toutes ces activités, les parents doivent ajouter un moment de folie, un peu de magie dans les vacances de leurs enfants pour les rendre inoubliables.

En somme, il est important de rappeler qu'être en vacances ne signifie pas la cessation de toute activité, mais plutôt le changement d'activité. Pour cela, n'hésitons pas à aller à la rencontre de la caravane mariale du 8 au 15 juillet dans notre Diocèse afin d'obtenir d'abondantes bénédictions et grâces.

On constate que la santé physique n'est pas le seul élément à prendre en compte pendant les vacances, la santé mentale en est également un. Une étude de Marshfield clinic dans Wisconsin (USA) a d'ailleurs montré que les femmes qui partaient de manière régulière en vacances avaient moins de risques de faire une dépression nerveuse.

Décryptage donne des réponses aux questions des internautes sur notre compte Facebook « Diocese d'obala »

ACE Cop'Monde**Dernier conseil diocésain des accompagnateurs**

Le dernier conseil diocésain des accompagnateurs du mouvement ACE Cop'monde (Action Catholique des enfants copains du Monde) s'est tenu samedi 8 mai à Obala. Le bureau diocésain et les responsables paroissiaux se sont retrouvés pour évaluer les activités menées pendant l'année et aborder des sujets tels que la discipline et l'adhésion de nouveaux enfants au mouvement. La prochaine session des nouveaux accompagnateurs se tiendra du 20 au 26 juillet 2021.

Paroisse Cathédrale**Journée d'action de grâce des couples mariés**

Plus de 25 couples mariés se sont retrouvés dimanche 9 mai autour du Père Recteur de la Cathédrale, Mgr Jules Marie BIALO. Au programme : enseignements des différents intervenants et témoignages spontanés des couples présents sur la beauté et de la fécondité du sacrement du mariage.

Marie Mère de Dieu**Formation des agents pastoraux aux CEV**

Plus de 40 agents pastoraux de la paroisse Ste Marie Mère de Dieu se sont retrouvés les 18 et 19 mai pour deux journées de formation animées par l'abbé Parfait Ebodé. Catéchistes, présidents des associations chrétiennes, membres du conseil paroissial et délégués des Communautés Ecclésiales Vivantes ont réfléchi au moyen de redynamiser les CEV.

Ste Brigitte d'Emana**Dernière réunion zonale de l'année pastorale**

Le mercredi 26 mai a été marqué dans la zone d'Obala par la dernière réunion zonale de l'année pastorale, à Emana. La journée a démarré par un huis clos entre prêtres suivi d'une rencontre avec les autres agents pastoraux des paroisses de la zone. La réunion a également été l'occasion d'accueillir les recommandations faites par l'évêque lors de la rencontre avec les bureaux des conseils paroissiaux le 25 mai.

Efok**Formation des diacres du Diocèse**

Du 23 au 26 mai, les diacres du diocèse d'Obala ont suivi une formation à Efok sur le thème : "Le for interne : « Heureux ceux qui gardent mes chemins » " (Pr, 8,32). L'objectif était de les aider à devenir de bons confesseurs, selon le cœur de Dieu et les normes de l'Eglise. La formation a été animée par Mgr Alfonso ROMERO, Vicaire Régional de la Prélatrice de l'Opus Dei au Cameroun.

Collège Agricole Bullier de Nkolmebanga**Remise des bulletins et distribution des prix**

La distribution des prix aux meilleurs élèves du Collège Agricole Bullier a eu lieu samedi 29 mai à l'occasion de la remise solennelle des bulletins de fin d'année. La cérémonie était présidée par le professeur Léon Chantal AMBASSA, représentant monsieur le Ministre Henri EYEBE AYISSI.

Collège bilingue la Providence**Collation des sacrements**

47 confirmations et premières communions ont été célébrées jeudi 27 mai au collège bilingue la Providence d'Obala, sous la houlette de Mgr Bienvenu Tsanga, Vicaire général numéro 1, représentant le Père Evêque.



Yemessoa

Rencontre des associations diocésaines



La plateforme des associations diocésaines s'est retrouvée mercredi 02 juin à Yemessoa pour la 3^{ème} et dernière rencontre de l'année pastorale

2020-2021. La réunion était animée par le président diocésain de l'apostolat des laïcs, Mr François Xavier Alima Alima. Au cours des assises a été dressé le bilan d'une année marquée par un contexte sanitaire compliqué.

CODASC

Préparation du 1^{er} congrès diocésain de la promotion de la femme



Les représentantes diocésaines du Mouvement pour la Promotion de la Femme se sont retrouvées mercredi 02 juin pour une séance

de travail à Obala. Encore jeune, le Mouvement a été créé dans les différentes zones du Diocèse pour répondre aux enjeux que constituent l'amélioration des conditions de vie des femmes et leur participation à la mise en œuvre du plan pastoral diocésain. Cette rencontre s'inscrivait dans la perspective de l'organisation du 1^{er} Congrès diocésain de la promotion de la femme.

Sainte Croix de Minta

Visite pastorale de Mgr Sosthène Léopold Bayemi

La paroisse Ste Croix de Minta a reçu la visite pastorale de Mgr Sosthène Léopold BAYEMI du 11 au 13 juin 2021. Durant 3 jours, le Père Evêque a communiqué avec les fidèles des 43 CEV et des 8 postes centraux que compte la paroisse au rythme des célébrations, des moments de catéchèses et de moments plus informels comme le match de football qui a joyeusement opposé les clubs 2-0 Céveni et Nyang Nyang solidaire.

SEDO

Préparation des Etats Généraux 2021-2022

Plus de 30 membres de la communauté éducative se sont retrouvés mercredi 16 juin pour préparer les prochains Etats Généraux de l'Education. La séance de travail portait sur les faits majeurs ayant marqué la vie du SEDO (Secrétariat l'Education du Diocèse d'Obala) depuis sa création jusqu'à ce jour. Cette rétrospective avait pour objectif de pouvoir mieux déterminer, les futurs axes de développement diocésains en matière d'éducation.

Archidiocèse de Garoua

Mgr AMBASSA nommé officier dans l'ordre national de la valeur



L'archevêque métropolitain de Garoua, Mgr Faustin AMBASSA, a été élevé le 20 mai 2021 au grade de l'officier dans l'ordre national de la valeur. Nous rendons grâce à Dieu pour cette reconnaissance provinciale.

Archidiocèse de Douala

Ordinations diaconales des abbés ESSOSSO et ONANA



Les abbés André Armand ESSOSSO et Basile Dimitri ONANA ont été ordonnés diacres le samedi 12 juin 2021 au Grand Séminaire Saint Paul VI Théologat de Douala par Mgr Samuel KLEDA, pour le compte du Diocèse d'Obala.

Archidiocèse de Garoua

Visite du nonce apostolique



Du 18 au 20 juin 2021, le nonce apostolique au Cameroun et en Guinée Equatoriale, Mgr Julio Murat a effectué une visite pastorale dans l'archidiocèse de Garoua.

Diocèse de Ngaoundéré

Ordination diaconale et sacerdotale

Le Samedi 26 juin 2021 à la paroisse St Martin de Cifan, par l'imposition de mains de Mgr Antoine NTALOU, archevêque Emérite de Garoua, les abbés Victor Emmanuel BOPDER et Hervé NIZEBAN MBESSEM ont été ordonnés respectivement diacre et prêtre pour le compte du Diocèse d'Obala.

Italie

Deux nouveaux docteurs pour le Diocèse

L'Abbé Nestor Firmin NTIGA BISSENE a obtenu son Doctorat en Sciences économiques et statistiques sur le thème : "Le microcrédit et la lutte contre la pauvreté rurale au Cameroun, le cas de la Lekie" (diplôme obtenu à l'Université de Palerme, Italie).

L'Abbé Olivier NKE ONGONO, quant à lui, est désormais docteur en Droit Canonique avec une thèse sur le thème "La vie matérielle du prêtre diocésain au Cameroun" (diplôme obtenu à l'université pontificale Urbana, Italie).

Spiritualité

Neuvaine à Notre Dame du Mont Carmel

Nous avons passé une année sans pouvoir organiser une célébration de grande envergure à cause des mesures de restrictions édictées par le gouvernement pour la lutte contre la COVID 19. L'édition 2021 de notre Fête Patronale s'annonce sous de meilleurs auspices. Une caravane mariale sillonnera le Diocèse du 8 au 15 juillet pour permettre aux fidèles du Diocèse d'approfondir la spiritualité de Notre Dame du Mont Carmel.

Canevas de la neuvaine à Notre Dame du Mont Carmel :

1 - Signe de croix / 2 - Invocation à l'Esprit Saint / 3 - Credo / 4 - Pater (1) / 5 - Ave Maria (1) / 6 - Gloire au père (1) / 7 - Parole de Dieu du jour de la neuvaine / 8 - Méditation / 9 - Prière du jour de la neuvaine / 10 - Prière en l'honneur de Notre Dame du Mont Carmel / 11 - Litanies à Notre du Mont Carmel

Premier jour : St Luc 11, 27-28. « Comme Jésus était en train de parler, une femme éleva la voix au milieu de la foule pour lui dire : « Heureuse la mère qui t'a porté dans ses entrailles, et qui t'a nourri de son lait ! » Alors Jésus lui déclara : « Heureux plutôt ceux qui entendent la Parole de Dieu et qui la gardent ! »

Prière : Sainte Marie, Mère de Dieu, Tu t'es montrée réceptive à l'appel de Dieu. Tu as entendu Sa Parole : Elle est entrée au plus profond de Ton Cœur de telle façon qu'elle a pu prendre chair de toi en toi. La Parole de Dieu a transformé toute ta vie. Aide-moi sur le chemin de la vie. Je veux porter ton scapulaire et orienter ma vie selon la tienne. Ainsi, j'espère suivre ton fils et lui ressembler toujours d'avantage. Amen.

Deuxième jour : St Luc 1, 38. « Marie dit alors : « Voici la Servante du Seigneur, que tout se passe selon ta Parole. » Alors l'Ange la quitta. »

Prière : Sainte Marie, notre Mère, tu nous as donné le Scapulaire du Mont Carmel. Tu as exaucé les prières de ton fils, Saint Simon Stock. Aide-nous à porter le Scapulaire en toute fidélité et en toute humilité, afin qu'il soit un signe de notre désir de non seulement faire ta volonté, mais aussi d'être prêts à l'accepter en nous. Prépare-nous à collaborer au projet de Salut pour tous les hommes et à grandir dans la Sainteté. Par Jésus, le Christ, notre Seigneur. Amen.

Troisième jour : St Luc 1, 45. « Heureuse Celle qui a cru à l'accomplissement des Paroles qui lui furent dites de la part du Seigneur. »

Prière : Sainte Marie, Tu nous as donné le Scapulaire et



tu nous as acceptés comme tes enfants. Nous te demandons de faire grandir en nous la Foi et la confiance en Dieu. Qu'Il accomplisse ses Promesses envers le monde et envers nous. Ainsi notre Cœur sera comblé de joie. Sainte Marie, aide-nous à donner aux Hommes l'espérance et la confiance. Par Jésus, le Christ, notre Seigneur. Amen.

Quatrième jour : St Luc 1, 39. « En ces jours-là, Marie se mit en route vers une ville de la montagne de Judée. »

Prière : Par le Scapulaire, nous sommes unis à toi, Marie, qui était prête à servir Jésus et son œuvre de Rédemption. Permetts-nous de recevoir la grâce de ton fils pour servir nous aussi l'œuvre de la Rédemption. Aide-nous à être toujours davantage en communion avec Lui, qui est venu donner sa vie pour nous. Amen.

Cinquième jour : St Luc 2, 45-48. « Ne le trouvant pas, ils revinrent à Jérusalem en continuant à le chercher. C'est au bout de trois jours qu'ils le trouvèrent dans le temple, assis au milieu des docteurs de la Loi. »

Prière : Marie, notre Mère, avec amour, tu as servi Jésus



et tu as essayé de le comprendre chaque jour davantage. Par le Scapulaire, tu fais de nous tes enfants. Aide-nous à ne pas cesser de chercher Jésus dans la prière afin de vivre encore plus intensément notre vocation. Amen.

Sixième jour : St Luc 2, 19. « Marie, cependant, retenait tous ces événements et les méditait dans Son Cœur. »

Prière : Marie, notre Mère, tu nous as donné le Scapulaire comme signe de ta Protection maternelle. Accorde-nous la grâce de ton fils afin que nous puissions voir l'action de Dieu dans nos vies et dans notre monde. Aide-nous à mieux saisir la Parole de Dieu dans notre cœur pour vivre en présence de Dieu jour et nuit. Amen.

Septième jour : St Jean 2, 3.5. « Or, on manqua de vin ; la Mère de Jésus Lui dit : « ils n'ont pas de vin ». Sa Mère dit aux serviteurs : « faites tout ce qu'il vous dira. »

Prière : Marie, notre Mère, par l'intermédiaire du Scapulaire, tu nous as pris sous ta protection. Ouvre-nous aux innombrables soucis des hommes. Aide-nous à nous engager dans la prière et dans les actes d'amour pour notre prochain. Aide-nous à avoir confiance dans la miséricorde et dans l'amour de Dieu qui dépasse tout ce que nous pouvons imaginer. Amen.

Huitième jour : St Jean 19, 25. « Or, près de la croix de Jésus se tenait sa mère, avec la sœur de sa mère, Marie, femme de Cléophas, et Marie-Madeleine. »

Prière : Marie, notre mère, par ton amour, tu nous as donné ton Scapulaire comme protection contre le mal. Avec ton aide, nous pouvons lutter contre les puissances du mal. Donne-nous la force de rester fidèles à ton fils dans les heures sombres en nous confiant en sa Puissance victorieuse. Amen.

Neuvième jour : Lecture du Livre des Actes des Apôtres 1, 14. « D'un seul cœur, ils participaient fidèlement à la prière, avec quelques femmes dont Marie, Mère de Jésus, et avec ses Frères. »

Prière : Marie, Epouse du Saint Esprit et Mère de L'Eglise, lorsque nous portons le Scapulaire tu nous donnes l'espérance de parvenir par l'action de l'Esprit Saint à la communion de ton Fils. Ne laisse pas notre espérance rester vaine. Aide-nous à être unis à ton Fils et à toi dans la prière, et à vivre dans la communion de L'Eglise. Amen.

Prière en l'honneur de Notre Dame du Mont Carmel

Notre Dame du Mont Carmel, glorieuse Reine des anges, Canal de la plus tendre miséricorde de Dieu envers les hommes, patronne de notre diocèse, je me prosterne devant vous avec confiance, vous suppliant de (Intention...)

En retour, je vous promets solennellement d'avoir recours à vous dans toutes mes épreuves, mes souffrances, mes tentations, et je ferai tout en mon pouvoir pour engager les autres à vous aimer, à vous vénérer, et à vous invoquer dans leurs besoins. Je vous remercie pour les grâces sans nombre que j'ai reçues de votre miséricorde et de votre puissante intercession. Continuez d'être ma défense dans le danger, mon guide pendant la vie et ma consolation à l'heure de la mort. Amen !

Notre Dame du Mont Carmel, Avocate des pécheurs les plus abandonnés, priez pour l'âme du pécheur le plus abandonné de l'Univers ou pour NOTRE DIOCESE. Alors les anges du Ciel se réjouiront et l'enfer sera privé de sa proie. Je viens à vous avec confiance, O Notre Dame Carmel !

Notre Dame du Mont Carmel

C'est l'une des appellations de la Vierge Marie. Cette dénomination procède du Mont Carmel, en Terre Sainte, dérivée de Karmel ou Al Karem qui se traduirait par "jardin"

La dévotion à Notre-Dame du Mont Carmel

Dès le XII^e siècle, un groupe d'hommes choisit de vivre en ermites dans les grottes du Mont Carmel à la recherche de Dieu, s'inspirant des prophètes Élie et Elisée. Menés par Berthold, ils construisent une chapelle en l'honneur de la Sainte Vierge Marie et lui portent une dévotion singulière. Ils la désignent comme Sainte Patronne du Mont Carmel.

À cause des tribulations, l'Ordre des Carmes sera menacé de suppression. Mais Honorius III en 1226 admet qu'il soit préservé et en 1379 le pape Urbain VI confirme le titre de l'Ordre de la Bienheureuse Marie Mère de Dieu, Notre-Dame du Mont Carmel.

La fête de Notre Dame du Mt Carmel

Grâce à une réponse de Marie aux prières des moines et à sa protection particulière, la date du 17 juillet est retenue pour fêter Notre Dame du Mt Carmel, mais elle coïncide avec celle de la fête du scapulaire donné aux Carmes. Notre Dame du Mt Carmel est donc célébrée le 16 juillet.

Par Catherine Flore NDIGANOL épse ELOUNDOU

Programme des festivités

Samedi 24 juillet 2021

09h : Messe pontificale à la Paroisse Sacré Coeur de Sa'a.

12h : Témoignages et remise des cadeaux + repas convivial.

Dimanche 25 juillet 2021

08h : - Messe d'action de grâce au poste central d'Ebogo
(village natal du jubilaire) ;

- Repas convivial.

Contacts utiles :
Mme Claude Nkomo : 800 10 50 00
Coordonnateur : 800 51 79 43
Chancelier d'Obala : 800 51 79 43
Diocèse de Sa'a : 877 77 20 44

24 & 25
juillet 2021
à Sa'a



50
ans 1971
ans 2021



Abbé Laurent EMBOLO

« Comme l'argile dans les mains du potier » L. 186

Publiez vos annonces ici :
Tel : 695 22 66 51 / 651 82 06 09



05 au 12 juillet 2021
CAMP VOCATIONNEL

RDV au Collège Ste Thérèse de Mva'a le 05/07 à 10h



THEME

Tes questions méritent une réponse :
avec Saint Joseph,
découvre ton appel !



Pour tous les jeunes à partir de 10 ans
Participation : 3 000F / campiste

Prévoir : une Bible, un chapelet, une literie complète, de quoi se vêtir, un seau, une tenue de sport, de quoi écrire, le nécessaire de toilette, son argent de transport et si possible : son carnet de santé et un carnet de chant.

Venez nombreux !



FIERS DE NOTRE
ECOLE CATHOLIQUE

Rejoignez-nous !



EXCELLENCE
ACADEMIQUE

IDENTITE
CATHOLIQUE

FORMATION
INTEGRALE

POUR INSCRIRE VOTRE ENFANT, CONTACTEZ LE SEDUC : 670 448 705