

chasteté

de la Commission épiscopale pour la doctrine



Vivre dans la chasteté est un cheminement qui exige à la fois conseils et encouragements. Afin d'aider les jeunes catholiques sur ce chemin ambitieux, la Commission épiscopale pour la doctrine de la Conférence des évêques catholiques du Canada voudrait leur témoigner sa solidarité par ces quelques mots d'orientation et de soutien.

Introduction

La fascination pour le sexe est aussi ancienne que l'humanité; il est pour chacune et chacun de nous d'une importance vitale. Il n'y a pas à s'en étonner, notre monde accorde beaucoup d'attention à la sexualité humaine. Mais avec tout ce qu'on entend dire sur le sexe, il est souvent difficile de savoir se servir de ce don précieux. Heureusement, la sagesse et la parole de Dieu éclairent notre route. L'enseignement de l'Écriture sainte et celui de l'Église sont pour nous des guides sûrs qui nous disent comment vivre notre sexualité dans la joie et le respect du dessein d'amour de Dieu.

Notre foi prend joyeusement au sérieux le mystère de l'Incarnation : le Fils de Dieu s'est fait chair pour notre salut. Le corps de Jésus flagellé, crucifié et ressuscité pour nous, nous dit que Dieu se sert du corps humain pour rendre son amour présent dans notre monde. Le corps est notre voie d'accès au salut; notre façon de nous en servir n'est donc pas sans conséquences.

À la base, la Bible elle-même nous enseigne comment vivre notre sexualité à la lumière de notre dignité humaine, dignité qui nous vient de ce que Dieu nous a créés à son image et à sa ressemblance (voir Gn 1,27). Dès l'aube de la création, Dieu nous a dotés de plus d'un langage. Outre la parole, il nous a donné notre corps. Le corps s'exprime à travers des gestes qui sont eux-mêmes un langage. Tout comme les mots, notre langage corporel révèle ce que nous sommes. Le Seigneur veut que nous parlions ce « langage sexuel » sans fausseté car telle est la façon pour nous de vivre notre sexualité dans la joie.

Vivre authentiquement le langage sexuel de nos corps est ce que l'Église appelle la « chasteté ». Aujourd'hui la chasteté est souvent confondue avec le fait d'être vieux jeu, avec une peur de la passion ou avec une inhibition sexuelle. Mais en réalité elle est bien plus que la simple absence de rapports sexuels. La chasteté est affaire de pureté du corps, oui, mais tout autant de l'esprit.

Si nous ne travaillons pas à développer un cœur ou un esprit pur, nos gestes le feront voir. Si nous ne contrôlons pas nos désirs et nos passions, on ne pourra nous faire confiance ni dans les petites choses ni dans les grandes. Nous resterons esclaves de nos passions et faibles de caractère. Si nous ne savons pas dire « non », notre « oui » ne voudra rien dire. Mais plus nous acceptons la chasteté, plus nous en faisons notre style de vie, plus les gens autour de nous sentiront que l'Esprit Saint habite en nous.



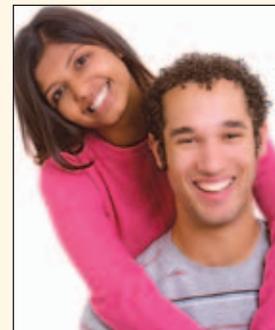


Nos corps, temples de l'Esprit Saint

Saint Paul a écrit aux chrétiens de Corinthe : « Ne le savez-vous pas? Votre corps est le temple de l'Esprit Saint, qui est en vous et que vous avez reçu de Dieu; vous ne vous appartenez plus à vous-mêmes car le Seigneur a payé le prix de votre rachat. Rendez donc gloire à Dieu dans votre corps. » (1 Co 6,19-20)

Quand nous sommes devenus chrétiens, le jour de notre baptême, le Saint-Esprit est effectivement venu vivre dans notre corps. Voilà une vérité stupéfiante! Notre corps est le temple du Saint-Esprit : quelle dignité que la nôtre! Les gens devraient pouvoir trouver Dieu par notre entremise! Cette perspective nous inspire-t-elle du respect pour notre corps?

La sexualité est un don de Dieu et un élément fondamental qui fait de nous des êtres humains. Chacune, chacun de nous est appelé à reconnaître ce cadeau et Celui qui nous l'a fait. En utilisant ce cadeau comme le veut le Père, nous lui rendons gloire et nous construisons son Royaume. Lorsque nous vivons notre sexualité correctement, selon notre état de vie, d'autres pourront trouver Dieu grâce à nous.



Vivre la chasteté aujourd'hui

Notre sexualité et notre vie spirituelle sont étroitement reliées. La personne chaste intègre la sexualité à sa personnalité et exprime ainsi l'unité intérieure de son être physique et spirituel. La personne chaste est en mesure d'entrer en relation avec les autres d'une façon vraiment humaine, qui reflète son état de vie : le célibat, le mariage ou la virginité consacrée.

Vivre la vertu de chasteté consiste à placer notre désir pour le plaisir sexuel sous la direction de la raison et de la foi. Pilier indispensable à une vie droite, elle est l'une des pierres angulaires du temple de notre corps. Elle conduit à l'intégration et à l'unité des personnes, des couples et de la société.

La vertu de chasteté suppose l'intégration des forces d'amour et de vie déposées en nous. Cette intégration assure l'unité de la personne et s'oppose à tout comportement qui viendrait l'altérer. Les personnes chastes ne tolèrent ni la double vie ni la duplicité dans le « langage » du corps. Ne pas vivre chastement, c'est vivre centré sur soi-même, aveugle aux besoins, aux joies et aux beautés du monde qui nous entoure.

Vivre la chasteté n'est pas facile dans la culture hypersexualisée du monde occidental contemporain. Impossible de circuler dans un centre commercial, d'allumer son ordinateur ou sa télé, de jeter un œil sur la publicité ou simplement de bouquiner dans une librairie sans être bombardé par une imagerie sexuelle de tout acabit. La pornographie, répandue comme jamais, atteint des proportions presque endémiques. Elle discrédite l'expression sexuelle authentique, encourage la masturbation et les relations sexuelles à l'extérieur du mariage, et opère un clivage entre le don de la vie et le don de l'amour.

C'est un défi pour tout le monde de mener une vie chaste dans un tel contexte, que l'on soit célibataire, marié ou consacré. La société qui nous entoure promeut des idées biaisées au



sujet du corps et des relations entre les personnes. Si nous perdons notre équilibre, ces conceptions destructrices de la sexualité peuvent facilement s'imposer à nous. Pour demeurer fidèles à nos promesses baptismales et résister aux tentations, il nous faut des stratégies qui nous aident à vivre dans la sainteté et la liberté.

La chasteté pour les célibataires

Pour les personnes qui ne sont pas mariées, la chasteté suppose l'abstinence, car selon le plan de Dieu, le sexe n'a sa place que dans le mariage. Quand deux personnes se fréquentent, la chasteté leur permet de se concentrer sur ce qui est vraiment important au lieu de « s'utiliser » l'une l'autre. Ensemble, elles peuvent découvrir ce que signifie l'amour authentique et apprendre à exprimer leurs sentiments avec maturité. La chasteté met en évidence l'amour mutuel des deux partenaires; elle leur fait dire : « je veux être patient et pur, je veux te respecter ». Cela revient à réserver exclusivement à son conjoint l'expression génitale de l'amour.

Quand un couple n'est pas chaste, le sens qu'il donne à l'amour peut se réduire à la dimension physique de la relation, ce qui diminue l'aptitude des partenaires à évoluer vers le mariage et peut compromettre leur relation.

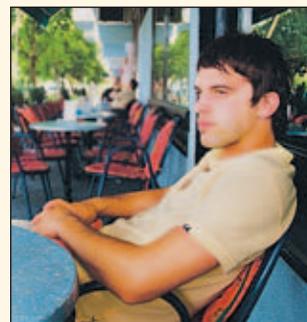
Les personnes qui éprouvent de l'attraction pour d'autres du même sexe sont également appelées à la chasteté. Elles aussi peuvent grandir en sainteté chrétienne par la maîtrise de soi, la prière et la réception des sacrements.

La chasteté pour les gens mariés

La sexualité devient vraiment humaine quand elle s'intègre à la relation totale d'une personne vers une autre, au don complet et réciproque que l'homme et la femme vivent pour la vie. « Seuls l'homme et la femme chastes sont capables d'un véritable amour », écrivait le pape Jean-Paul II. Cela signifie que les personnes mariées sont aussi appelées à être chastes dans leur amour l'une pour l'autre.

Les gens mariés qui vivent chastement peuvent avoir une vie sexuelle épanouie. La chasteté aide l'homme et la femme à s'aimer l'un l'autre comme personnes au lieu de se traiter en objets de plaisir ou de satisfaction. Malgré ce que suggèrent Hollywood et les médias, la valeur de l'acte sexuel n'est pas un divertissement ou une gratification physique.

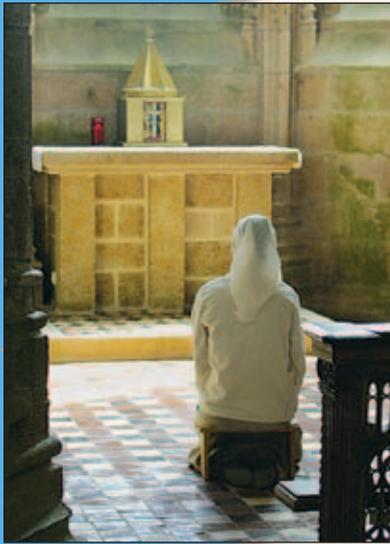
Tout plaisir physique devrait tendre à l'expression suprême de l'amour entre l'époux et l'épouse, le don total de soi à l'autre. L'acte sexuel dans le mariage peut être si intime qu'il devient à la fois une expérience affective, intellectuelle, spirituelle et physique. Geste si profond qu'il renforce et complète le lien du mariage. C'est pourquoi l'acte sexuel doit avoir une double signification d'union et de procréation et c'est aussi pourquoi certaines formes d'activité sexuelle transgressent la chasteté, bien qu'il y ait plaisir : elles abusent de la sexualité et ne sont pas à la hauteur du dessein de Dieu.



La chasteté consacrée et le célibat

Dieu appelle dans l'Église des femmes et des hommes à une vie de chasteté consacrée en vue du Royaume de Dieu. Ce charisme suppose qu'on renonce au mariage et il vise à unir la personne plus directement à Dieu. Comme pour le Christ et sa Mère, la virginité consacrée est un don de Dieu « pour ceux à qui il a été donné » (Mt 19,11). De même, les prêtres de l'Église latine font une promesse de célibat avant d'être ordonnés diacres.

Même les personnes appelées à une vie de virginité consacrée ou de célibat doivent toujours lutter pour être chastes dans leurs pensées, leurs attitudes et leurs actions. La chasteté veut créer un « espace » qui libère le cœur humain afin qu'il brûle d'amour pour Dieu et pour toute l'humanité. Cependant, si la décision de célibat est mal intégrée à l'ensemble de la vie personnelle, elle peut entraîner un repli sur soi. La vie consacrée et le célibat sont un « oui » à l'amour, que les personnes appelées doivent essayer de vivre avec enthousiasme.



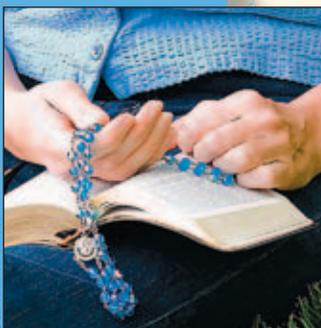
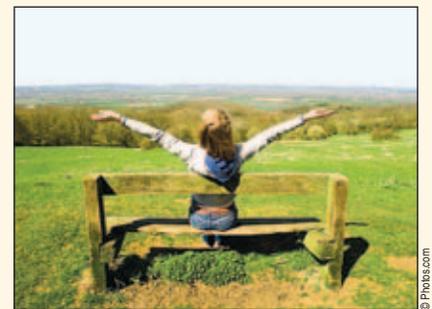
Cultiver et restaurer la chasteté dans sa vie

Comme catholiques, nous sommes appelés à donner aux autres l'exemple d'une vie chaste. En sachant apprécier le don de notre corps et en aidant les autres à se respecter vraiment, nous montrons à Dieu l'amour que nous avons pour lui.

Le jeune qui désire être chaste ou reprendre un mode de vie chaste a la possibilité de prendre sa croix et de suivre Jésus. Le Seigneur nous a promis d'être toujours là pour nous aider. Il ne nous abandonne pas mais nous devons être disposés à recevoir son assistance.

Jésus nous a demandé de prier sans cesse. C'est extrêmement important pour quiconque s'efforce de pratiquer la vertu de chasteté. Le seul moyen de réussir est de s'unir au Christ par une vie de prière soutenue. Ce qui inclut des prières à la fois simples et profondes comme « Jésus, aide-moi » ; des prières plus officielles comme le chapelet ; et l'appel à Marie, notre mère, et aux autres saints et saintes, bienheureux et bienheureuses pour qu'ils nous aident par leur intercession.

Les sacrements de la Réconciliation et de l'Eucharistie nous aident dans notre cheminement vers une vie chaste. Si nous commettons un péché d'impureté, seuls ou avec quelqu'un d'autre, le sacrement de la Réconciliation nous communique le pardon de Dieu et son amour miséricordieux. Tout ce que nous avons à faire, c'est de nous approcher du trône du Dieu de miséricorde en regrettant sincèrement notre geste, en confession, et nous sommes assurés du pardon de tous nos péchés. Nous pouvons repartir à neuf dans l'espérance. Le sacrement de l'Eucharistie est le sommet de notre foi parce que, par ce sacrement, nous sommes unis intimement à Jésus Christ en recevant son corps, son sang, son âme et sa divinité par la Sainte communion. Son corps nous nourrit et sanctifie notre corps.





Ce que la chasteté exige de nous

La chasteté exprime le respect de la personne et sa capacité de se donner. Elle nous assure d'être aimés pour nous-mêmes et d'aimer l'autre pour lui-même/elle-même, et non seulement pour le plaisir que nous en recevons.

Dans une culture qui veut tout avoir tout de suite, la chasteté enseigne l'attente. Voulons-nous un rapport sexuel sur-le-champ ou aspirons-nous à quelque chose de plus, à condition d'y mettre le temps? Vivre chastement, c'est ne pas céder aux pressions des amis qui croient qu'il faut avoir des relations sexuelles pour être vraiment un homme ou une femme.

Ce préjugé contraire à la chasteté est particulièrement troublant à cause du sous-entendu qu'il suppose : l'idée qu'il faut se trouver un partenaire simplement pour satisfaire son plaisir. Non seulement cela va-t-il à l'encontre de la dignité de la personne que l'on utilise, mais cela soumet les partenaires à des pratiques qui peuvent leur causer un préjudice physique, affectif et psychologique. D'ailleurs, même si la pornographie est omniprésente, l'asservissement et la dépendance qu'elle provoque, même sur Internet, ne doivent être ni sous-estimés ni pris à la légère.

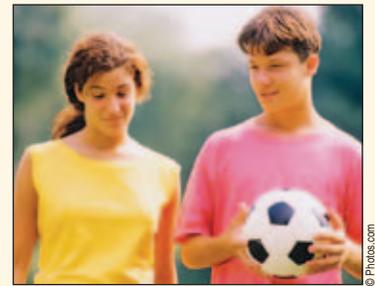
La chasteté exige une discipline constante. On doit avoir des priorités : Dieu d'abord et tout le reste suivra. Vivre chastement, c'est vivre selon le projet de Dieu sur nous. Les efforts à faire pour contrôler ses pulsions sexuelles peuvent être difficiles et même douloureux. Mais c'est ce contrôle qui conduit lentement les hommes et les femmes à la maturité sexuelle et leur apporte la paix intérieure.



La chasteté est un défi constant

Vivre chastement aujourd'hui, c'est aller à contre-courant! Nous sommes appelés à suivre Jésus à l'encontre de la culture actuelle. Pour trouver la sérénité et la joie, il faut vivre conformément à la volonté de Dieu. Il nous a créés à son image, et si nous suivons ses commandements, nous allons connaître le bonheur. Jésus n'a pas dit que ce serait facile. En fait, Il a dit « Si quelqu'un veut marcher derrière moi, qu'il renonce à lui-même, qu'il prenne sa croix et qu'il me suive. » (Mc 8,34)

La chasteté est un défi mais elle n'est pas impossible. Nous pouvons nous entourer d'amis qui veulent aussi vivre chastement, de gens qui peuvent nous soutenir en chemin. Nous pouvons nous habiller modestement, conscients d'avoir été créés à l'image et à la ressemblance de Dieu et sachant que notre corps est sacré. Nous pouvons choisir nos loisirs, rechercher ce qui élève l'esprit humain en exprimant la vérité, la beauté et la bonté. Et surtout, nous pouvons vivre en union avec le Christ en recevant régulièrement les sacrements; en particulier le sacrement de la Réconciliation.



La pratique de ce sacrement, non seulement pour confesser nos péchés d'impureté, mais pour discuter de nos tentations avec un guide spirituel, peut aider à purifier notre esprit et notre cœur. Elle pourra nous enseigner l'humilité dont nous avons besoin pour accepter notre faiblesse tout en nous dispensant la force du Seigneur pour grandir dans la chasteté.

Des jeunes amants chastes, modèles de sainteté

Chaque chrétienne, chaque chrétien est appelé à la sainteté. Les « saints » et les « bienheureux » sont des hommes et des femmes dont la vie était si évidemment pénétrée de l'amour du Christ que le peuple de Dieu a vu Jésus en eux; après que l'Église eut scruté attentivement leur vie, ils ont été jugés dignes de notre vénération et nous ont été proposés comme modèles.

Dans son message aux jeunes du monde pour la Journée mondiale de la Jeunesse au Canada, le pape Jean-Paul II disait : « De même que le sel donne de la saveur aux aliments et que la lumière éclaire les ténèbres, de même la sainteté donne le sens plénier à la vie, en en faisant un reflet de la gloire de Dieu. Combien de saints, même parmi les jeunes, compte l'histoire de l'Église ! »

Évoquons quelques-uns de ces saintes et saints qui furent des exemples frappants de pureté, de chasteté, de charité et de joie, de véritables temples de l'Esprit Saint : saint Augustin, la Bienheureuse Kateri Tekakouitha, le Bienheureux Pier Giorgio Frassati et sainte Gianna Beretta Molla. Qu'ils aient vécu dans le monde romain, en Amérique du Nord au dix-septième siècle ou en Italie au siècle dernier, leur exemple et leur témoignage nous donnent un même message.



Reproduite avec la permission de la Fondation catholique Sel et Lumière Média au Canada

Saint Augustin (354-430)

Augustin était un homme de foi et de passion, d'une grande intelligence et d'une charité pastorale inlassable. Il a laissé une empreinte profonde sur la vie culturelle, morale et théologique de l'Église. Fils d'un père païen, Patricius, et d'une mère chrétienne pieuse, Monique, il fut élevé dans la foi catholique. Mais, comme c'était souvent l'usage à l'époque, le petit Augustin ne fut pas baptisé. Il eut une jeunesse turbulente. À dix-sept ans, c'était un jeune homme intellectuellement agité, ambitieux et sexuellement actif.

Il noua une relation qui allait durer plus d'une dizaine d'années avec une femme dont nous ne connaissons pas le nom. Parce qu'ils appartenaient à des classes sociales différentes, il ne l'épousa pas. Ils eurent un fils, Adéodat, qu'Augustin aimait beaucoup mais qui mourut avant d'arriver à l'âge adulte.

Augustin fut toujours fasciné et attiré par la personne de Jésus Christ, mais il fit bien des détours avant de s'engager envers le Christ. Comme pour bien des jeunes, sa démarche de conversion fut marquée par un dur combat avec sa sexualité. Il savait que pour être chrétien, il lui fallait vivre chastement. « Fais que je devienne chaste et célibataire, mais pas tout de suite! », demanda-t-il un jour au Seigneur. Après un long et difficile périple intérieur, et grâce aux prières de sa mère, il fut finalement baptisé par saint Ambroise en 387, à Milan. Après sa conversion, il se sépara de celle qui avait été sa partenaire pendant des années et pratiqua le célibat.

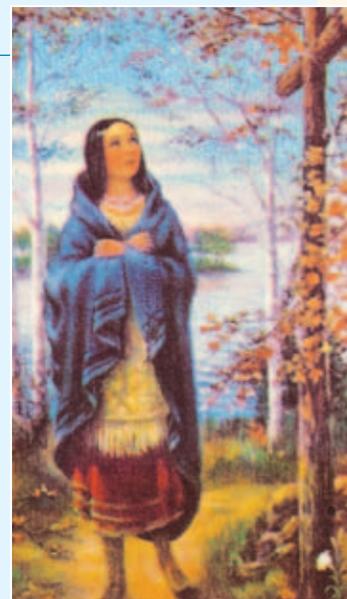
Augustin retourna ensuite dans son pays natal, l'Afrique du Nord. Après y avoir fondé une communauté monastique, il fut ordonné prêtre, puis évêque d'Hippone. Il fut un auteur prolifique, un penseur d'une perspicacité psychologique et spirituelle sans égale et un vigoureux défenseur de la vérité et de la beauté de la foi catholique. Mais surtout, saint Augustin dit aux jeunes ce que saint Paul écrivait aux Philippiens : avec la grâce miséricordieuse de Dieu, « je peux tout supporter avec celui qui me donne la force » (Ph 4,13).

La Bienheureuse Kateri Tekakouitha (1656-1680)

Kateri Tekakouitha, « le Lys des Agniers », naquit en 1656. Sa mère était une Algonquienne chrétienne qu'avaient capturée les Iroquois. Kateri avait environ quatre ans quand ses parents et son frère moururent de la petite vérole; elle fut adoptée par ses tantes et un oncle devenu chef du clan de la Tortue. La maladie avait défiguré et rendu presque aveugle la petite Kateri. On comprend qu'elle ait été très timide.

En 1667, Kateri accepta en secret l'Évangile annoncé par des missionnaires jésuites; elle reçut le baptême à l'âge de 18 ans. Elle vécut courageusement sa foi chrétienne et sa chasteté face à une opposition presque insupportable, car la virginité et le célibat n'avaient pas leur place dans son milieu. Son amour de la chasteté contredisait radicalement la culture ambiante. Vint le moment où elle fut contrainte de chercher refuge à Kahnawake, le long du Saint-Laurent, juste au sud de Montréal.

Kateri consacra toute sa vie à enseigner à prier aux enfants et à secourir les malades et les personnes âgées, jusqu'au jour où elle fut atteinte d'une maladie grave. Elle mourut le 17 avril 1680, à l'âge de 24 ans, à Kahnawake. Ses derniers mots furent : « Jesus Konoronkwa », ce qui signifie : « Jésus, je t'aime ». Quinze minutes après sa mort, sous les yeux de deux jésuites et de tous les autochtones qui l'entouraient, les cicatrices qui la défiguraient disparurent et son visage acquit une beauté radieuse. Le 22 juin 1980, elle fut béatifiée par le pape Jean-Paul II et devenait ainsi la première autochtone nord-américaine déclarée bienheureuse.



Reproduite avec la permission de la Fondation catholique Ssi et Lumière Média au Canada



Reproduite avec la permission de la Fondation catholique Ssi et Lumière Média au Canada

Le Bienheureux Pier Giorgio Frassati (1901-1925)

Pier Giorgio Frassati naquit en 1901 à Turin, en Italie. Il fut éduqué à la maison avant de fréquenter l'école publique puis un collège dirigé par les jésuites. À l'âge de 17 ans, il entra dans la Société Saint-Vincent-de-Paul et parvint à combiner de manière remarquable militance politique et travail pour la justice sociale, piété et dévotion, humanité et bonté, sainteté et la vie quotidienne.

Athlétique, beau garçon, débordant de vitalité, toujours entouré d'amis qu'il inspirait par son exemple, Pier Giorgio décida de ne pas devenir prêtre ou religieux pour témoigner plutôt de l'Évangile comme laïc. En fait, il tomba amoureux d'une jeune fille pleine de vie et d'entrain, mais sans poursuivre la relation. Il comprenait le sens de la chasteté et la mettait en pratique dans toutes ses relations et ses amitiés. Dieu avait donné à Pier Giorgio des avantages qui auraient pu le pousser sur la mauvaise voie : famille fortunée, belle prestance, santé robuste. Mais il choisit d'écouter l'invitation du Christ : « Viens, suis-moi » (Lc 18,22).

Juste avant de recevoir son diplôme en ingénierie minière, il contracta la polio; les médecins estimeront qu'il l'avait attrapée en s'occupant des malades. Il mourut le 4 juillet 1925 et fut béatifié par le pape Jean-Paul II le 20 mai 1990. Le pape Jean-Paul II l'appela « l'homme des huit Béatitudes ». Le Bienheureux Pier Giorgio est un modèle inspirant pour les jeunes hommes : il leur enseigne à exprimer leur masculinité chastement en maîtrisant leurs passions sexuelles par un effort viril et par le sacrifice de soi, à l'exemple du Christ, l'homme parfait.

Sainte Gianna Beretta Molla (1922-1962)

Imaginez de pouvoir assister à la canonisation de votre épouse. Le 16 mai 2004, c'est ce qui est arrivé à Pietro Molla, l'époux de Gianna Beretta Molla. Leurs trois enfants vivants étaient à ses côtés, dont la plus jeune, Gianna Emanuela, pour qui sa mère avait donné sa vie. Sainte Gianna est la première femme médecin laïque à être canonisée.

Avant que sainte Gianna ne décide que Dieu l'appelait au mariage, elle avait discerné sa vocation avec soin et avait même envisagé la vie consacrée. Elle méditait, passait du temps à prier en silence et attendait patiemment que le Seigneur lui manifeste sa volonté. En 1955, à l'âge de 33 ans, elle épousa un ingénieur de dix ans son aîné, Pietro, dont la sœur avait été la patiente de la jeune docteure Beretta.

Les lettres de Gianna pendant leur année de fréquentations montrent la profondeur de son engagement dans sa vocation. Quelques jours avant leur mariage, Gianna écrivait ce qui suit à Pietro au sujet de leur vocation au mariage: « Avec l'aide et la grâce de Dieu, nous ferons tout ce que nous pourrons pour que notre nouvelle famille soit un petit cénacle où Jésus régnera sur nos affections, nos désirs et nos actions. Nous travaillerons avec Dieu dans sa création ; ainsi pourrons-nous lui donner des enfants qui sauront l'aimer et le servir. »

Dans l'homélie qu'il prononça le jour de sa canonisation, le pape Jean-Paul II déclara : « Suivant l'exemple du Christ qui, ayant aimé les siens, les aima jusqu'au bout (Jn 13,1), cette sainte mère de famille est restée héroïquement fidèle à l'engagement qu'elle avait pris le jour de son mariage... Puisse notre époque, à l'exemple de Gianna Beretta, redécouvrir cette beauté pure, chaste et féconde de l'amour conjugal, vécu en réponse à l'appel de Dieu! »

Nous devrions tous et toutes faire de même. Si nous sommes appelés au mariage, attendons pour exprimer génitalement notre amour sexuel à notre conjoint, sachant que si nous obéissons à la volonté de Dieu, Il saura récompenser notre patience et notre générosité.



Reproduite avec la permission de la Fondation catholique Saï et Lumière Média au Canada

*Saint Augustin, Bienheureuse Kateri,
Bienheureux Pier Giorgio et sainte Gianna, priez pour nous!
Aidez-nous à accepter et à vivre la chasteté mentale et physique,
dans la joie de l'Évangile et une paix profonde,
pour que les gens qui nous entourent puissent voir que Dieu réside en nous!*



Janvier 2011. Mise à jour mars 2011.
Commission épiscopale pour la doctrine
Conférence des évêques catholiques du Canada
© 2011 Concacan Inc. Tous droits réservés.

Des exemplaires de cette brochure sont disponibles au Service des Éditions de la CECC :
2500, promenade Don Reid, Ottawa (Ontario) K1H 2J2 ;
téléphone : 1-800-769-1147 ; télécopieur : 613-241-5090 ; courriel : publi@cecc.ca ; site Web : editionscecc.ca
Vous pouvez télécharger une copie .pdf de cette brochure, en français et en anglais, à cecc.ca.

Imprimé au Canada.
Dépôt légal : Bibliothèque et Archives Canada, Ottawa.
Dépôt : Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Montréal.