Lettre d'information de l'association aux membres et aux amis

"LE LIEN" de Relais d' amitié et de prière

Rencontre chrétienne de parents et amis de personnes souffrant de maladie psychique

N° 20 - 2e semestre 2009

Editorial

Le Lien, numéro 20 : tenir dans la durée, préparer l'avenir

Un numéro 20, c'est d'abord une occasion de rendre grâces pour 10 années de parutions régulières, pour ces méditations, prières, témoignages, qui, bien au-delà du lien interne entre les participants réguliers à nos groupes, rejoignent dans une véritable communion plusieurs milliers de familles souvent isolées. Les courriers en portent discrètement le témoignage.

Depuis 10 ans, le Lien, grâce à la ténacité et la compétence des équipes de rédactrices a transmis par les témoignages et les prières la permanence des souffrances des familles et souvent de leur espérance.

« Comment supporter l'insupportable ? » se demandait Mgr Thomas. L'insupportable, ce sont les ricochets incessants de l'angoisse : celle de nos proches, la nôtre, parfois inexprimables. Nous les trouvons bien illustrés par une présentation récente de l'Unafam qui met en parallèle *« les maux des parents et les maux des personnes malades.»*

Que faire de ces constats ? Ne sommes-nous pas tentés de rester centrés sur nous, familles ? Les soignants les plus bienveillants, nous en connaissons dans nos groupes, nous recommandent la distance. Mais quelle juste distance ? Nous savons bien d'expérience que nos familles restent le recours dans les tribulations du parcours de soin ou d'insertion sociale.

Alors il nous faut revenir au *« courage du quotidien, celui qui nous prend au dépourvu. Il faut durer, durer dans la patience, préparant l'avenir sans faire de l'espérance-fiction. L'avenir n'appartient qu'à Dieu »* (C. de Chergé, prière transmise par un des groupes).

- Il nous faut croire à la force du remède de l'amour, plus fort que toutes les injustices, selon les mots de Jean-Louis Bavoux, dans ce numéro, à ces regards de compassion et d'amour si bien illustrés qui commencent par nous transformer et mettent en valeur nos proches à leurs propres yeux.
- Il nous faut entretenir cet amour dans la prière, le demander inlassablement dans nos groupes.
- Il nous faut vivre cet amour en actes *« l'Esprit nous oriente inlassablement vers le chemin de la charité, quelle que soit notre situation »* (extrait d'une retraite d'un groupe).

Ces actes, ce sont les attentions quotidiennes rendues à nos proches et à nous-mêmes par des amis, mais aussi des lieux de vie : « Demeures des Sources vives », « Les Invités au festin » où soignants, travailleurs sociaux et familles collaborent au service des résidents.

- C'est cet amour qui nous presse de ne pas nous taire, de témoigner, dans notre environnement social, paroissial, diocésain, (et si on y parlait du sacrement des malades pour nos proches ?) et, plus largement, dans les média.

Agnès Auschitzka nous y invite. Elle sera notre grand témoin à Lille en début d'année pour la Rencontre Nationale 2010. Le groupe Relais, démarré il y a 2 ans avec l'aide du service diocésain de la pastorale de la santé, nous prépare une très belle journée. Parlez-en autour de vous !

Pierre Sarreméjean
Président

Sommaire

- **Editorial**
  Pierre Sarreméjean
- **Prière**
  Mère Teresa
- **Trouver la lumière au plus profond de la souffrance**
  Agnès Auschitzka
- **" Lorsque le malade vous détruit...**
  Réponse de Mgr Thomas "
- **S'affranchir du regard des autres**
  Une maman
- **Méditation : compassion ou pitié ?**
  B.D.
- **Nous avons lu**
- **Nouvelles de Relais et annonces**

Prière

J'ai soif de toi

" Voici que je me tiens à la porte et que je frappe." C'est vrai ! Je me tiens à la porte de ton cœur, jour et nuit. Même quand tu ne m'écoutes pas, même quand tu doutes que ce puisse être moi, c'est moi qui suis là. J'attends le moindre petit signe de réponse de ta part, le plus léger murmure d'invitation, qui me permettra d'entrer en toi. Je veux que tu saches que chaque fois que tu m'inviteras, je vais réellement venir. Je serai toujours là, sans faute. Silencieux et invisible, je viens, mais avec l'infini pouvoir de mon amour. Je viens, apportant tous les dons de l'Esprit-Saint. Je viens avec ma miséricorde, avec mon désir de te pardonner, de te guérir, avec tout l'amour que j'ai pour toi ; un amour au-delà de toute compréhension, un amour où chaque battement du cœur est celui que j'ai reçu du Père même. Comme le Père m'a aimé, moi

Responsable de la publication : Pierre Sarreméjean, **Equipe de rédaction :** Claudine Boucheron, Brigitte Descourtieux
Adresse du secrétariat : 90, Avenue de Suffren 75015 PARIS Tél. 01.44.49.07.17 (répondeur)

aussi je vous ai aimés. Je viens, assoiffé de te consoler, de te donner ma force, de te relever, de t'unir à moi, dans toutes mes blessures. Je vais t'apporter ma lumière. Je viens écarter les ténèbres et tous les doutes de ton cœur. Je viens avec mon pouvoir capable de te porter toi-même et de porter tous tes fardeaux. Je viens avec ma grâce pour toucher ton cœur et transformer ta vie. Je viens avec ma paix, qui va apporter le calme et la sérénité à ton âme…

Extraits du Testament spirituel de Mère Teresa

Billet d'une Maman :

S'affranchir du regard des autres

A « Relais », on se sent compris tout de suite et non jugé, contrairement à ce qui se passe habituellement. A l'aide de trois mamans d'enfants porteurs d'une maladie psychique, je réfléchis à cette notion de « jugement » du regard des autres, si difficile à supporter.

Cet été, on a voulu « voir » mon enfant pour savoir si son handicap psychique était visible! Cela m'a choquée pour deux raisons : d'abord parce que ma fille était réduite à son handicap, visible ou non ; ensuite parce que cela voulait dire que tout ce que j'avais expliqué par rapport à cette maladie n'était pas crédible et qu'à la limite on pensait que j'avais affabulé ! Nous sommes vraiment dans une « histoire de fous » et c'est cela que refusent de comprendre nos amis cartésiens.

« Laisse-la grandir » m'a-t-on dit autrefois. Mais je ne demandais qu'à la voir grandir comme mes autres enfants et cette petite phrase assassine ne faisait qu'augmenter mon désarroi. De quoi se mêlait-on ? Pourquoi vouloir toujours donner un conseil, dire une phrase qui vous juge alors que vous n'avez vraiment pas fait exprès d'avoir un enfant malade et que vous savez que cet enfant souffre d'avoir un cerveau qui ne lui répond pas comme il veut ?

Le jugement des autres part souvent d'un bon sentiment. En voulant aider la maman, on croit bien faire. Or cette maman -là a déjà tellement ressenti d'inquiétude devant le petit canard de sa couvée qu'elle aimerait ne rencontrer que de la compréhension. Savoir s'affranchir du regard des autres. Il faut aux parents suffisamment de force pour suivre le chemin imprévisible d'un enfant malade psychique en tentant d'expliquer qu'il s'agit avant tout d'une souffrance indicible.

Restons fermes, oui nous avons un enfant souffrant d'une maladie psychique, insupportable pour eux. On nous reproche d'être fusionnelles avec eux, mais un enfant qui souffre a deux fois plus besoin d'amour et de compréhension que les autres. Sans perdre de vue l'idée de leur donner le maximum d'autonomie en pensant à l'avenir, mais habituées à vivre l'instant, notre instinct maternel les protège d'une souffrance supplémentaire si nous les abandonnions à eux-mêmes.

Et nous revenons à la compassion, thème cher à « Relais » tout au long de cette année. Lorsque nous sommes impuissants et que nous ne savons pas, la présence aimante suffit. Je suis là pour toi et toi seulement, je t'écoute avec amour, c'est toi qui es important. Relisons le magnifique texte de la femme adultère (Jean 8 3-11), le Christ n'est là que pour cette femme, blessée dans son histoire. Il veut la remettre debout en lui offrant sa présence et son écoute.

Trouver la lum

sa vision par les proches, pour s'en sortir, avec une

Agnès AUSCHITZKA est journaliste à La Croix, psychologue, théologienne, et a un enfant touché par la maladie psychique. Elle est venue, lors de la réunion du groupe Relais Ile de France du 6 juin 2009, témoigner avec beaucoup d'humilité, à partir de son expérience auprès des familles, de ce qu'elle a pu constater sur la maladie psychique et ses conséquences.

Elle a décrit trois aspects intimement liés : la réalité des troubles psychiques, leur perception par les autres, qu'il s'agisse des proches ou du regard que la société porte sur le handicap psychique, et les ressources à utiliser pour survivre aux grandes difficultés inhérentes à ce type de maladie.

La réalité des troubles psychiques et les difficultés qui leur sont spécifiques

I. Les difficultés liées à la spécificité de la maladie psychique sont nombreuses. En effet on constate qu'il y a une diversité extraordinaire des troubles d'autant qu'ils sont tous, en l'état actuel des connaissances, multifactoriels.

On connaît encore mal l'origine et le processus d'évolution de ces maladies. Cette méconnaissance laisse la place à l'idéologie, aux querelles de pouvoir, à des hypothèses contradictoires, comme c'est le cas pour le cancer, et à des thérapies qui se « cherchent ». **L'incertitude est permanente,** d'où des découragements et des déceptions : on ne sait jamais ce qu'on va devoir accepter, ni comment aider la personne malade à se sentir aimée et à moins souffrir. Nous allons de renoncement en renoncement. En plus leur maladie peut avoir un effet boomerang, en réveillant nos propres fragilités, voire en les provoquant.

Peu de psychiatres acceptent de « soigner » de tels malades, encore moins de s'engager dans ce qui ne peut

ière au plus profond de la souffrance

sa perception par la société, les ressources approche chrétienne

être que du long terme, aux résultats incertains et jamais complètement satisfaisants : on ne guérit pas de tels troubles comme d'une grippe.

Ces troubles agissent directement sur ce qui fait l'être humain. Etre humain, c'est être capable de tisser du Lien, et de faire de ce Lien quelque chose qui fasse grandir en humanité et fasse grandir l'autre, l'amour sous toutes ses formes…C'est donc toute la vie dans ce qu'elle a d'humain qui est handicapée par les troubles psychiques : le rapport aux autres, l'affectivité, la capacité de socialisation, la vie concrète comme citoyen, l'autonomie.

Cela les rend différents des autres handicapés, dont la fragilité souvent nous attendrit : la maladie psychique source d'amour, ce n'est pas évident. Leur souffrance peut les déshumaniser, et cette difficulté relationnelle est vraiment très dure à accepter, seule la Foi peut nous donner une petite lumière.

II. La perception de la maladie psychique par les autres

Il est très difficile de comprendre et d'exprimer en mots **les troubles psychiques, si divers, si imprévisibles.** Il est encore plus difficile de les « penser », de mettre en mots ce que nous vivons en tant que proches. Même au sein de notre propre famille nous rencontrons l'incompréhension par rapport à ces malades qu'il est si difficile de comprendre. **Le handicap psychique est porteur de tous les malentendus,** d'incompréhension et de souffrances, car on ne peut pas se fier aux apparences. D'où des discours de morale (tu devrais t'en occuper…), des discours de soupçons. On reçoit en pleine figure l'incompréhension de notre famille et de nos amis sur notre proche malade.

La perception par la société n'est pas meilleure, il y a une grande incompré-

hension de ce type de troubles par les autres. Même au sein du corps médical existent des idéologies multiples, avec des querelles de pouvoir entre elles ; et elles peuvent interférer sur leur attitude, par exemple avec des soupçons des psychiatres envers les parents ; par ailleurs la recherche en neurosciences fait abstraction des traumatismes, des causes inconscientes, qui peuvent aggraver la maladie.

Notre société n'est pas hospitalière pour ceux qui ne sont pas performants. L'individualisme, l'efficacité et la réussite sont seuls valorisés, il n'y a pas de place pour eux, pas plus qu'il n'y en avait pour le Christ à sa naissance (Bethléem). Les média jouent un rôle dans l'incompréhension de la maladie psychique, en sur-médiatisant des faits divers sans indiquer qu'ils sont rarissimes.

III. Comment affronter ces difficultés, et trouver une place pour eux dans notre société, qu' ils soient perçus comme ayant de la valeur ?

Les ressources pour vivre (et parfois survivre) avec ces difficultés (nous, et nos proches malades) sont à chercher dans la relation, dans l'équilibre. Chacun doit toujours avoir en tête la question de la vie, c'est la VIE que nous donnons à notre proche malade : **nous n'avons pas à nous sacrifier, nous avons le devoir de rester vivants,** de sortir de la culpabilité afin de libérer notre proche, de garder le goût de la vie, de croire que la vie vaut le coup. « Qui donne sa vie la perdra » dit l'Evangile. Si on ne s'aime pas vivants, on engendre la mort.

Nous devons aussi **accepter la gravité et l'irréversibilité de la maladie,** faire un travail de deuil, un travail de conversion de nos espoirs.

Il est important, pour eux comme pour nous, de bien discerner pour choisir les aidants, capables de vraiment les écouter et de nous écouter, par exemple un psychiatre capable de faire alliance avec nous.

Internet est un des moyens possibles pour les aider à être en rapport avec les autres malgré leurs troubles relationnels. Or les échanges avec les autres sont fondamentaux pour se sentir « exister ».

Il y a aussi la militance politique, **Il faut parler de la maladie psychique et des troubles qui l'accompagnent** pour mieux la faire connaître dans notre société. Dans les cours d'instruction civique par exemple, on devrait développer le « vivre ensemble », le droit à l'existence de tous.

Conclusion

C'est donc à nous de défendre la place de nos proches malades psychiques, de les faire exister dans notre famille, auprès de nos amis et dans la société. Toute vie a un prix, quelle qu'elle soit.

D'après des notes prises
lors de l'exposé d'Agnès Auschitzka

Message
d'une des participantes à la journée nationale du 2 février 2009

Lorsque le malade vous détruit et qu'il déverse sa hargne, sa souffrance sur vous et que vous êtes seule à vous remuer (mère seule), plus d'espoir, plus d'espérance et la foi disparaît peu à peu, c'est un gâchis monumental d'une vie....

Ce que vous faites est bien, mais je ne crois plus en grand'chose.

Réponse

Oui la maladie psychique crée un gâchis, et chez les proches du malade, et chez le malade lui-même. Vous souffrez alors que vous n'êtes pas responsable de sa maladie. Lui aussi souffre, alors qu'il n'est pas coupable de sa maladie.

Le résultat le plus dramatique de cette maladie, c'est le déferlement intérieur de pensées destructrices : tout est mauvais en moi, donc je suis mauvais, sans doute suis-je responsable ? Mais de quoi ? J'ai beau chercher, je ne vois pas de quoi je serais coupable. Vous raisonnez ainsi. Et le malade raisonne ainsi. Et le choc de ces pensées destructrices vient perturber vos relations puisque vous êtes deux, seulement deux à vivre ensemble. Il n'y a personne d'autre à affronter, à accuser, à souffrir.

La première chose à tenter c'est de briser l'enfermement à deux. Essayer de créer de nouvelles relations pour sortir du cercle fermé. Pour vous, essayez de trouver un(e) ou plusieurs amis en qui vous avez confiance : pour pouvoir parler avec eux, laisser sortir la pression qui vous habite en étant certaine qu'on ne vous jugera pas, qu'on ne vous en voudra pas, qu'on ne vous accusera pas. C'est à ce besoin prioritaire que *« Relais d'amitié et de prière »* cherche à répondre – par la relation écrite, ou le téléphone, ou encore mieux par l'entrée dans un groupe proche qu'on retrouve plusieurs fois par an : des personnes affrontées exactement aux mêmes problèmes que vous.

Le proche qui vous fait souffrir a, lui aussi, besoin de laisser exploser ses pensées intimes qui le torturent. « Amitié Espérance » peut l'aider. Essayez de le mettre en rapport avec cette association.

Dans la Bible, on trouve le même débat intérieur que celui que vous vivez : c'est le livre de Job, un homme qui voit tout s'écrou-

ler autour de lui, relations, santé, famille, couple, propriétés. Quatre amis viennent lui tenir de beaux discours sur Dieu, la foi, la responsabilité : Job a l'intime conviction que tous ces discours sont creux et faux. Alors il crie, il hurle vers Dieu qui, à la fin du « roman », lui parle comme un ami à un ami, comme un sage avec un sage. Et Dieu lui dit qu'il a eu raison de crier, de hurler sa douleur. Devant cette approbation qui vient du Haut des Cieux, Job ressent un grand apaisement intérieur. Il reprend goût à la vie. Il guérit. Tout redevient possible, couple, famille, réussite matérielle. Le voilà sauvé par la vérité qu'il a vécue sur lui-même et sur le mal subi injustement.

Si vous n'avez pas de Bible, essayez de lire ce grand « livre de Job ». Si vous n'en avez pas, un numéro du « Lien » (1) peut vous être envoyé : il résume ce qu'a médité un groupe Relais à Grenoble sur « le livre de Job ». Cela vous donnera probablement envie de lire le livre de Job et d'acheter une Bible accessible avec des explications en style courant (2). Et, dès maintenant, pourquoi ne pas faire comme Job ? Vous dites que vous « ne croyez plus en grand'chose » ? Un certain Charles de Foucauld a traversé cette situation : il avait « perdu la foi » à 15 ans, après une éducation chrétienne « classique ». En voyant des musulmans prier dans le désert, en parlant avec des chrétiens convaincus, il a commencé à dire et redire : « Mon Dieu, si vous existez, faites que je croie en vous ». Et grâce à ces femmes et ces hommes il est redevenu croyant. Sa vie en a été retournée. Il est devenu «un frère universel », un frère pour tous, un non-violent.

Je vous laisse en vous recommandant la lecture du psaume 33 et une prière qui peuvent vous apporter un peu de paix, de lumière intérieure. Et, qui sait, un début d'amélioration dans la situation qui vous éprouve tellement.

Je le souhaite fraternellement pour vous et pour le malade psychique qui vous fait souffrir.

Jean-Charles Thomas,
conseiller spirituel national de « Relais ».

(1) Lien n° 8, 2ème semestre 2008
(2) Par exemple, « la Bible expliquée » publiée par l'Alliance biblique française

Psaume 33

« Magnifiez avec moi le Seigneur,
exaltons tous ensemble son Nom. Je
cherche le Seigneur ; il me répond :
de toutes mes frayeurs il me délivre.
Qui regarde vers lui resplendira, sans
ombre ni trouble au visage. Un pauvre
crie : le Seigneur entend : il le sauve de
toutes ses angoisses.
Le Seigneur regarde les justes, il écoute,
attentif à leurs cris. Le Seigneur affronte
les méchants pour effacer de la terre
leur mémoire.
Le Seigneur entend ceux qui
l'appellent : de toutes leurs angoisses,
il les délivre. Il est proche du cœur
brisé, il sauve l'esprit abattu ».

« Mon Dieu, si vous existez,
faites que je croie en vous ».

« Jésus, Sauveur, prends pitié de moi.
Viens à mon aide. Toi qui as dit :
« Venez à moi, vous tous qui peinez
sous le poids de votre fardeau. Et moi
je vous soulagerai, je vous donnerai un
peu de repos, car je suis doux et
humble de cœur ».

Méditation :

Compassion ou pitié ?

La journée nationale de Relais en Février 2009 avait pour thème « Avec les personnes en souffrance psychique, de la compassion à l'espérance ». « Compassion », un mot qui dérange ou bien arrange selon le sens que l'on veut bien lui donner.

Compassion : selon un dictionnaire : « Sentiment de **pitié** qui incline à prendre part aux souffrances d'autrui » (du latin, souffrir avec). Nos enfants souffrent mais nous ne voulons pas en avoir pitié, sentiment négatif pour nous. Ils sont malades, c'est leur histoire et nous essayons de vivre cela, dans notre famille.

Que dit le dictionnaire au sujet de la **Pitié :** « sentiment de compassion » éprouvé à l'égard de la souffrance d'autrui, mêlé de désir de la soulager. C'est déjà plus intéressant car le désir peut nous rendre actifs. Mais comment soulager une souffrance qui bien souvent nous parait ingérable et nous plonge nous, les familles, dans une totale impuissance ?

Allons plus loin avec la Revue « Chair et Souffle » :

« L'amour-compassion consiste à nous rendre aussi proches des autres que Dieu l'est de nous, à accueillir tout être humain quel qu'il soit comme s'il était le Christ ou un envoyé de Dieu, à voir dans son visage l'image et la Présence de Dieu» ». En écho à cette parole de Jésus : « Ce que vous avez fait à l'un de ces petits c'est à moi que vous l'avez fait ».

Avec le mot « amour », nous touchons plus facilement à la compassion. Le Christ nous dit (Mt19 v.19) : *« Tu aimeras ton prochain comme toi-même »* c'est-à-dire que la souffrance de l'autre, de mon prochain, de mon enfant, de mon conjoint, de mon ami ne m'est plus extérieure, je ne m'en désintéresse pas, mais elle devient une partie de ma souffrance. Il ne s'agit pas de la supériorité d'un soignant se penchant par pitié sur un malade mais d'un retournement, qui nous fait rentrer dans le geste du Christ se mettant à laver les pieds de ses apôtres après s'être défait de son statut de maître.

Que faire ? Un geste d'accueil, de tendresse, une écoute d'un délire, un regard bienveillant. Nous nous sommes tus par impuissance, ou nous lui avons parlé avec une grande douceur comme à un nourrisson démuni....

Si nous acceptons notre propre faiblesse, l'autre se sentira accepté tel qu'il est et non acculé à devenir comme nous dans ce que nous appelons notre normalité. *« Je réalise que ton monde est ce qu'il est et c'est ton histoire, que je respecte, mais moi aussi je suis dans mon monde et je ne te juge pas. »*

Si nous laissons tomber notre armure, notre ego, notre savoir, notre toute-puissance, alors il y aura place pour la souffrance de l'autre qui viendra se lover dans un cœur compatissant, s'y mettre à l'abri pour y puiser la force de continuer à vivre. Et cela sans nous laisser envahir par sa souffrance. Aider l'autre à se remettre debout, lui consentir sa place, le laisser exister tel qu'il est avec son monde souvent bourré de contradictions peut être une belle forme de **Compassion.**

Maître Eckhart écrivait : « Vous pouvez appeler Dieu bonté mais le meilleur nom pour Dieu est compassion ; et, citant Paul aux Ephésiens : *« Dieu est riche de compassion, à cause du grand amour dont Il nous a aimés. »* EP 2 (v.4).

B.D.

>> Nouvelles
de Relais d'amitié et de prière

● Première rencontre
des conseillers spirituels autour de Mgr Thomas : présentation du livret des conseillers spirituels nouvellement édité et échanges d'expériences

Le livret a été bien accueilli comme base de réflexion. Les échanges, au cours desquels s'est manifestée l'extrême diversité des démarches spirituelles dans l'accompagnement des Groupes, ont été fructueux, trop succincts pour certains ; le «Chacun fait comme il peut » d'un conseiller résume assez bien l'impression ressentie par la plupart.

La rencontre a été appréciée dans l'ensemble, sur les dix conseillers présents sept souhaitent la renouveler tous les ans, mais les attentes sont essentiellement ponctuelles : formation, pistes de réflexion et éclairages de Mgr Thomas, thèmes à aborder. La remarque d'un conseiller sur la nécessité de ne «pas trop canaliser l'expérience de chacun » est significative ; le partage des expériences en revanche est une demande récurrente.

Il faudra donc continuer à Lille pour les conseillers qui le souhaitent, avec la proposition de participer avec les responsables à une formation, sur le thème de la dynamique de groupe rapportée à la spécificité de Relais, qui serait suivie d'une nouvelle rencontre entre eux autour de Mgr Thomas.

● Dans la boîte à lettre de notre site, voici un mot d'une religieuse de Côte d'Ivoire :

D'origine Vosgienne, je réside depuis 23 ans en Côte d'Ivoire. Responsable d'un centre de malades mentaux à Bondoukou - Centre Saint Camille, présent aussi à Bouaké et Korhogo- j'aimerais savoir si un ou des groupes Relais d'amitié et de prière existent en Côte d'Ivoire...Votre action m'intéresse, j'aimerais une proposition du même type pour nos familles chrétiennes, musulmanes et animistes .... La maladie mentale est tellement perçue comme " sorcellerie " !!!

Nos deux psy sont musulmans. L'infirmier psy est chrétien, l'ensemble du personnel aussi.

Merci de bien vouloir me faire parvenir "Le Lien " pour mieux guider notre recherche.

La date de rencontre nationale annuelle m'intéresserait aussi. ...pour 2010 bien sûr

Fraternellement

Sr Claudine Anxionnat
BP 543 Bondoukou C I

● "Fécondité spirituelle"

L'une d'entre nous nous écrit après le décès et l'enterrement de sa soeur malade psychique qu'elle a accompagnée très longtemps après la mort de leurs parents : " Ma soeur est décédée et j'aime à penser que je dois me laisser aimer par elle. Un brin du ciel me tombe dessus. Avec le prêtre qui a célébré, nous avons pu faire connaître la fécondité humaine et spirituelle de nos proches malades. J'emprunte la phrase d'un ami : "Le seul soin consiste à remplir l'angoisse par plus d'amour". J'ai essayé de faire exister ma soeur, elle m'a construite. Je ne vous oublie pas, tous ceux de "Relais", tous ceux qui sont dans le tumulte."

J. J.

● Nouvelles des groupes

Après avoir créé le groupe de l'Oise, puis le groupe du Val d'Oise, Nelly Gufflet va résider en Bretagne et transmet le "tablier de service" de responsable à Jean Gillet. Lors de la rencontre nationale de 2009, Nelly avait donné son témoignage aux autres responsables de groupe et aux nouveaux venus.

Nous associons à notre action de grâces le Père Roger Thomas, Conseiller spirituel du groupe du Val d'Oise, qui a fêté cet été ses 60 ans de sacerdoce.

● Nous avons lu :

La Femme de l'Allemand de Marie SIZUN (Poche)

L'intérêt de ce livre pour nous, parents de Relais, c'est ce roman très bien écrit décrivant la souffrance et l'amour d'une petite fille dont la maman est maniaco-dépressive. La description des symptômes peut nous aider à comprendre la souffrance des patients et l'inquiétude de la famille, guettant toujours un signe de guérison.

« La maladie psychique pire que la prison », le témoignage de l'une d'entre nous, dont le fils a commis un acte criminel il y a 25 ans, paru dans la Croix du 16 septembre avec la complicité d'Agnès Auschitzka. N'hésitez pas à écrire au courrier des lecteurs quand un article traite de la maladie psychique, à utiliser les média, c'est ainsi que la maladie psychique et ce que vivent les familles seront connus.

N.B. N'hésitez pas non plus à nous signaler les livres ou articles sur la maladie psychique qui peuvent intéresser les familles de Relais.

● Construire des liens solides avec les plus fragiles

L'OCH a organisé 3 jours de colloque à Paris (Maison de la Mutualité, Collège des Bernardins, Parvis de Notre-Dame) les 16, 17 et 18 octobre 2009, autour des personnes malades et handicapées, pour témoigner que toute personne est une histoire sacrée. « Relais » s'est associé depuis le lancement à la préparation et à l'animation de ces journées, avec ses ressources limitées, fragiles, mais solides dans la foi. Et a participé activement à ces trois journées (préparation de la messe du vendredi 16 avec « Amitié Espérance », animation d'ateliers, témoignages, participation au Forum des associations...).

● A lire dans « Ombres et Lumière »

Dans chaque numéro :

* La maladie psychique au quotidien : les points de vue d'Agnès Auschitzka, journaliste à la Croix, p.8 et de Patrice Van Amerongen, psychiatre, bénévole à l'UNAFAM, p.9

Dans le n° 169 de mai-juin 2009

Dossier : L'amour conjugal quand un des deux époux est handicapé

* Lettre de Béatrice, dont le mari était malade psychique, à une amie dans la même situation (p.26)

* Méditation : « Quand la maladie psychique défie l'amour humain », par Mgr Jean-Charles Thomas, Conseiller spirituel de Relais d'amitié et de prière, (p. 27-28)

Dans le n° 170 de juillet-août 2009

Dossier : Les troubles bipolaires (p. 16 à20)

*Témoignages de malades

*Témoignage d'une épouse

*Interview du Dr Christian Gay : une maladie des excès (p. 21 à 23)

*Deux témoignages sur l'impact de cette maladie sur la foi

Dans le n° 171 de septembre-octobre 2009

Dossier : Construire des liens avec les plus fragiles (p. 17 à 28)

* Que faire de nos fragilités ? par le père Bernard Ugeux, p. 26

● Conférences-rencontres de l'OCH 2009-2010

Trois d'entre elles nous concernent plus particulièrement :

*** Mercredi 16 décembre 2009 à 20h 30 - Conférence-rencontre à Paris**

« Notre fille malade psychique dans la rue... Une famille face à 19 ans d'errance »

Par Jean-Jacques et Marie-Jo Robilliart, parents d'une jeune femme malade psychique

*** Samedi 23 et dimanche 24 janvier 2010, à Trosly Breuil,** 4ème week-end des pères d'une personne malade psychique ou handicapée

*** Dimanche 21 mars 2010, à Bordeaux, Lyon ; Marseille, Nantes, Paris, Tours, Vannes** – 15ème journée des frères et sœurs d'une personne malade psychique ou handicapée ;

Renseignements : OCH-Service communication-Tel. 01 53 69 44 30 ou www.och.asso.fr

>> Annonce

Rencontre Nationale 2010 chez les Ch 'tis

Veuillez noter que la prochaine Rencontre Nationale de Relais d'amitié et de prière se déroulera le **samedi 23 janvier à Lille** (ou dans la proche banlieue Lilloise). Cette localisation procède de la volonté du Conseil d'administration de respecter une alternance Paris-Province pour cette manifestation.

Le thème sera ***"Les malades psychiques et leur entourage, leur avenir, notre espérance"***. Notre grand témoin sera cette année Agnès Auschitzka, psychologue, licenciée en théologie et journaliste à La Croix. Monseigneur Thomas, conseiller spirituel national participera à la journée.

L'équipe Relais de Lille est déjà "sur le pont" avec dynamisme et efficacité pour l'organisation de cette Rencontre. Nous l'en remercions.

Comme d'habitude, pendant cette journée, se déroulera l'Assemblée Générale ordinaire des membres de l'association.

Vous recevrez dans les premiers jours de janvier 2010 une lettre d'invitation ainsi que les bulletins d'inscription circonstanciés.

Vous pourrez aussi vous inscrire sur notre site www.relaisamitiepriere.fr

Relais d'amitié et de prière

"une lumière dans la nuit"

• **Association** au service des familles et amis de personnes atteintes de troubles ou de maladie psychique. Fondée en 1982, avec le soutien de l'OCH et du Secours Catholique. But : soutenir ceux et celles qui sont éprouvés par la relation familiale avec une personne malade psychique et les aider à découvrir les signes d'Espérance dans leur vie.

RESPONSABLES
Président : Pierre Sarreméjean
Secrétaire nationale : Christine des Portes
Courriel : contact@relaisamitiepriere.fr
Egalement membres du bureau du Conseil d'administration :
Philippe de Lachapelle, vice-président
Olivier Balsan, vice-président
Jean-Claude Leclercq, trésorier

CONTACT
90, avenue de Suffren
75738 PARIS Cedex 15
Tél : 01 44 49 07 17 (répondeur)
Courriel : contact@relaisamitiepriere.fr
www.relaisamitiepriere.fr

Les groupes
Relais d'amitié et de prière

PARIS - ILE DE FRANCE

- **ILE DE FRANCE**
  Philippe Lefèvre
  Tél. 01 47 47 25 24
- **MELUN / SEINE-ET-MARNE**
  Hubert et Brigitte Peigné
  Tél. 01 64 71 09 35
- **BOUCLE DE LA SEINE / YVELINES**
  Claire Bielak
  Contact : Joseph Gressin
  Tél. 01 39 13 63 97
- **ST QUENTIN EN YVELINES**
  Jean-Claude Leclercq
  Tél. 01 39 53 60 88
- **HAUTS DE SEINE**
  Brigitte Descourtieux
  Tél. 01 47 51 78 74
- **PONTOISE / VAL D'OISE**
  Jean et Suzanne Gilllet
  Tél. 01 30 35 49 16
- **VAL DE MARNE**
  Nicole Giovaninetti
  Tél. 01 43 74 03 70
- **VERSAILLES**
  Jean-Claude Leclercq
  Tél. 01 39 53 60 88

NORD-PICARDIE

- **LILLE**
  Michèle Hétru Van Engelandt
  Tél. 03 20 92 81 21 après 19h
- **CLERMONT DE L'OISE / OISE**
  Monique Bantégny
  Tél. 03 44 21 45 00

EST

- **EPINAL**
  Jean-Marie Thomas
  Tél. 03 29 35 67 47
- **NANCY**
  Alice Noël
  Tél. 03 83 21 44 66

MIDI-PROVENCE

- **AIX EN PROVENCE**
  Anne et Maurice Litaudon
  Tél. 04 42 23 10 36
- **MARSEILLE**
  Hélène Poitevin
  Tél. 04 91 90 35 53
- **MONTPELLIER**
  Dominique-Anne Vandesande
  Tél. 04 67 50 54 32
- **TOULON**
  Ghislaine Lambert
  Tél. 04 94 30 03 12

LYON / SAVOIE

- **GRENOBLE**
  Bernadette Métral
  Tél. 06 66 09 63 43
- **LYON**
  Marie-Paule Voorhoeve
  Tél. 04 78 57 65 68

OUEST

- **ALENÇON**
  Anne-Marie Chuquard
  Tél. 02 33 29 29 10
- **ANGERS**
  Geneviève d'Anthenaise
  Tél. 02 41 59 98 82
- **BAGNOLES DE L'ORNE**
  Marie-Noëlle Crué
  Tél. 02 33 30 87 02
- **CAEN**
  Marc Gavard
  Tél. 02 31 97 08 88
- **LAVAL**
  Julien et Jacqueline Arcanger
  Tél. 02 43 05 73 16
- **LE MANS**
  Pierre Duveau
  Tél. 02 43 24 32 02
- **NANTES**
  Anne Garnier
  Tél. 02 40 47 50 60
- **RENNES**
  Françoise Baudouin
  Tél. 02 99 36 46 23
- **SAINT BRIEUC**
  Yves Coville
  Tél. 02 96 73 03 74
- **VANNES**
  Christiane Gilbert
  Tél. 02 97 63 41 93

SUD-OUEST

- **BORDEAUX**
  Aliette Lescure
  Tél. 05 56 08 84 51
- **LIBOURNE**
  Odée Delsart
  Tél. 05 57 84 40 53
- **LIMOGES**
  Guillaume Lamy de La Chapelle
  Tél. 05 55 35 32 58
- **TOULOUSE**
  Antoinette Pouzenc
  Tél. 05 61 49 32 81

DN/RL 11/2009