

le lien de Relais Lumière Espérance

Lettre d'information de l'association
aux membres et aux amis
N° 30 - 2^e semestre 2014



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

Editorial

"Retrouver la source de vie qui est en chacun et chacune"



La maladie psychique de notre proche le fait douter du sens de sa vie et nous révèle notre impuissance face à sa douleur. Alors quelle attitude avoir ? Se révolter, renoncer, trouver une autre voie.

Benoît nous dit « je reste fort grâce à vous, je vous aime », Monique Durand-Wood nous invite à entrer dans l'apprentissage de l'Espérance et à accueillir l'épreuve qui nous met en route, tandis que le Père Jean-Pierre Bouchain nous amène à découvrir l'Amour inconditionnel.

Ainsi l'autre voie qui nous est proposée, c'est retrouver la source de vie qui est en chacun et chacune, pour notre proche en souffrance psychique et pour nous-mêmes.

Vincent Alliot et Magali et Antoine témoignent du chemin qu'ils ont parcouru grâce au regard d'amour sur leur proche et sur eux-mêmes.

Que l'Esprit Saint nous donne de discerner chaque jour un signe de la présence silencieuse du Seigneur et de sa divine douceur.

Olivier Balsan

Président de Relais Lumière Espérance

Sommaire

- **Editorial**
Olivier Balsan
- **Prière**
Mgr Guyard
- **Face aux troubles psychologiques d'un proche, garder l'espérance**
Monique Durand-Wood
- **Méditation : l'amour inconditionnel**
Jean-Pierre Bouchain
- **Poème d'un jeune malade**
- **Témoignages : un père, des conjoints**
- **Nouvelles de Relais**
Les délégués régionaux
Nouvelles des groupes
- **L'UNAFAM**
- **Nous avons lu**
- **Les groupes Relais**

Prière

Dieu, Notre Père

Nous te rendons grâce pour ton Esprit-Saint qui renouvelle la face de la Terre et remplit de ton Amour le cœur de tous les hommes.

Que l'Esprit-Saint ravive en nous la force d'aimer comme tu aimes tous ceux que tu nous confies et en particulier nos plus proches.
Que l'Esprit-Saint nous donne ta lumière pour éclairer nos ténèbres, lorsque nous sommes dans la nuit, déconcertés, perdus dans la complexité des problèmes que nous avons à résoudre.

Que l'Esprit-Saint nous rassemble et nous fasse partager nos difficultés fraternellement et amicalement avec nos familles et nos amis, et nous libère de la tentation de l'isolement ou du repli sur nous-mêmes.



Responsable de la publication : Olivier Balsan, Equipe de rédaction : Claudine Boucheron, Daniel Mazenod.

Adresse du secrétariat : 90, Avenue de Suffren 75015 PARIS Tél. 01 44 49 07 17 (répondeur) - Site internet : www.relaislumiereesperance.fr

Que l'Esprit-Saint raffermisse notre espérance en discernant et en accueillant chaque jour au moins un signe de ta présence silencieuse mais réelle à nos côtés.

Que l'Esprit-Saint suscite en nous les paroles et les attitudes justes lorsque nous risquons de nous laisser emporter par la fatigue et le découragement.

Dieu notre Père

Donne-nous aussi la grâce de contempler les merveilles que ton Esprit réalise là où nous ne l'attendions pas, la grâce de savoir partager la joie des autres et de communier à leurs peines. Donne-nous la grâce de la confiance et c'est pourquoi nous osons reprendre les paroles que Jésus nous a données pour te prier : Notre Père...

Monseigneur Michel Guyard

*Conseiller spirituel national
de Relais Lumière Espérance*

Face aux troubles psychiques d'un proche, garder l'espérance

Tel était le thème de l'exposé de Monique Durand-Wood, théologienne, ancien aumônier en établissement psychiatrique, lors d'une réunion organisée conjointement par le groupe Relais de Reims et la pastorale de la santé

L'Espérance comme urgence

Le mot espérance, on le sait, a des résonances chrétiennes. Même s'il est présent dans la Bible hébraïque, c'est une notion-clé chez Simon-Pierre - « *Rendez compte de l'espérance qui est en vous* » - ainsi que dans les épîtres de Paul. Le christianisme tout entier est fondé sur une espérance.

Dans nos sociétés sécularisées, l'espérance n'a guère bonne presse. On la soupçonne de renoncer aux combats pour la justice sociale, aux droits humains, à la sauvegarde de l'environnement... Elle n'envisagerait un bonheur possible qu'au-delà de cette existence.

Cette fausse perspective n'empêche pas qu'on en reparle. Et cela, en dehors même de la sphère religieuse.

Des écrivains, des sociologues, des philosophes, perçoivent qu'il y a urgence à remettre l'espérance au goût du jour : dans une ambiance de dépression qui serait généralisée, il s'agit de redonner de l'élan aux acteurs sociaux.



Jean Claude Guillebaud propose une « pratique de l'espérance ». Edgar Morin et Stéphane Hessel ont écrit ensemble : *Le Chemin de l'espérance, « Pour une politique de l'humanité »*. Cette espérance, qu'on peut qualifier d'humaniste, s'apparente plutôt à l'espoir.

Ce qui n'empêche pas sa pertinence. On a ici une dynamique porteuse de progrès humains et matériels. Et l'on a raison de ne pas la projeter dans un au-delà virtuel.

C'est ainsi que l'entend aussi le christianisme : même si l'espérance nous renvoie vers un « au-delà », elle s'expérimente ici et maintenant auprès du frère ou de la sœur en difficulté, au cœur de notre épreuve commune.

Mais elle relève aussi d'une autre dimension. Elle franchit les limites de nos perceptions immédiates, et de notre raisonnement.

On dit que l'espérance se situe au-delà de l'espoir.

Je dirais qu'elle peut cheminer aussi à côté de l'espoir : on peut espérer un mieux-être social, politique, sanitaire, et militer pour cela... mais l'espérance ne dépend pas, ou peu, d'événements extérieurs. On peut dire qu'elle est une sagesse.

Et comme toute acquisition d'une sagesse, elle demande du temps, un apprentissage. C'est cet apprentissage que j'essaierai de développer.

Auparavant, je dirai encore quelques mots de l'espoir ; cet espoir si utile pour nous, en particulier dans les premiers temps de l'affrontement aux troubles.

L'espoir, qui est comme une première étape vers l'espérance.

Parlons d'abord d'espoir

Le choc des premières crises : l'espérance « en souffrance »

Les débuts des troubles psychiques d'un proche produisent d'abord un choc. Mon conjoint, mon enfant, mon parent n'est plus le même. Son comportement devient inadapté.

Il a des accès de colère, d'abattement, ou encore d'affabulation... Son esprit, ou plutôt son mental, déconstruit notre histoire familiale, déforme les faits.

On veut croire que cela peut s'arranger : c'est un stress, lié à des conditions de travail éprouvantes, un « burn-out » comme on dit maintenant ; ou bien ce sont des troubles aigus de l'adolescence ou les conséquences d'un traumatisme, ou encore, chez mon parent très âgé, un moment d'égarement...

Mais voilà : les troubles se répètent. Le retrait social s'accroît, l'inadaptation s'aggrave. Une agressivité peut se développer, ou alors une apathie,

du mutisme. L'état chronique fait son apparition.

Et puis les troubles de mon proche menacent aussi mon équilibre. Eveillent des culpabilités. Les « professionnels » rencontrés se montreront souvent humains et compétents. Mais certains seront accablants... Ils vous regardent en père ou en mère dénaturés. Sans compter les démarches pénibles vers les lieux de soins, le chamboulement de la vie sociale.

Dans ces premiers moments, l'espérance est dans l'ombre. C'est comme lors d'un accident grave ou d'un deuil douloureux. La première attitude requise, c'est de résister au choc. Tenir. Il y a aussi l'épreuve de l'hospitalisation, souvent sous contrainte. Moment dur pour le proche qui s'interroge : « Je deviens fou ? » ou qui s'insurge : « Ils me prennent pour un fou ! ». Et pour vous qui êtes là à remplir une demande d'internement pour lui... Combien c'est douloureux. Là encore, avant tout, il faut tenir.

Même si la prise de conscience de la gravité des troubles est souvent longue ; l'étape suivante, celle du combat pour des soins adaptés, et pour une prise en charge satisfaisante, est plus active. L'espoir permet d'entreprendre des démarches, il empêche de baisser les bras, de se décourager.

Cela d'autant plus que l'on découvre son impuissance à guérir, ou même soulager son proche. Encore heureux quand que je ne l'exaspère pas.

J'espère donc que les « professionnels », médecin, psychiatre, psychologue, agent socio-éducatif... vont s'occuper de ses problèmes. Et j'espère pour moi redonner à mon existence un cours normal, m'occuper de mes relations, de mes autres proches que j'ai peut-être laissés à l'écart... Voilà, dans ces premiers temps, l'espoir.

L'espoir est fatigant, toujours remis sur le métier, mais il évite de renoncer au goût de vivre, de s'enfouir la tête sous un oreiller et passer ses nuits à pleurer.

Limites de l'espoir ouvrant à l'espérance

Mais l'espoir a ses limites.

Il peut être déçu. Entretenir des illusions. Buter sur des obstacles. Ne pas trouver sa réalisation et nous précipiter dans son contraire : le désespoir... Pour éviter ces écueils de l'espoir, des philosophes ont déconseillé d'espérer. L'espoir, c'est vrai, s'expose aux frustrations, aux blessures.

Il est d'un moment. Il retombe.

Surtout, il ne change pas notre regard. Il ne l'éclaire pas. Il laisse en l'état notre vision du monde. Il n'apporte pas de paix.

Et pendant ce temps l'espérance, elle est « en souffrance »... Comme un colis abandonné.

Il faut pourtant redonner un sens à la vie.

Si nous éprouvons ce besoin de sens, si nous pressentons qu'un autre « éclairage » existe sur cette vie, alors l'espérance pourra se dévoiler. « *Frapper à la porte du cœur* », comme on lit au Livre de l'Apocalypse.

Peut-on définir l'espérance ?

On a compris qu'elle se situe à un autre niveau que l'espoir.

Dans sa définition de l'espérance, l'Eglise dit ceci : « [L'espérance] se différencie de l'espoir en lui donnant, sous le regard de la foi, une perspective d'éternité ».)

Les fondements chrétiens de l'espérance

L'espérance chrétienne – je commencerai par là – est fondée sur la parole du Christ, sur sa Passion et sa résurrection.

Sur sa parole : en ce sens qu'elle est une action toujours guérissante. Une parole qui relève, une parole de vie.

Elle est fondée aussi sur sa Passion et sa résurrection : en cela qu'elles nous



libèrent du poids de nos fautes, de nos errements, et nous appellent à une vie renouvelée.

Nous connaissons également l'Espérance comme une des trois « vertus théologiques », avec la Foi et la Charité. J'y reviendrai, brièvement, en conclusion.

Une parole d'Eglise qui nourrit mon espérance, au contact de personnes malades psychiques, est cet article du credo : « *Il est descendu aux enfers* ». Oui, le Christ est allé aux Enfers, et il en est revenu !

Il y a là des résonances mythologiques, mais il n'empêche :

l'Évangile est témoin que le Christ est allé au fond de nos abîmes. Il a côtoyé les plus oubliés des hommes, les plus dépouillés, pour les ramener vers la lumière.

Quand je me rappelle les patients, nombreux, qui m'ont parlé de « leurs descentes aux enfers », et la présence du Christ là, avec eux, l'espérance me gagne...

Un Frère moine, hospitalisé pour dépression grave, disait ceci : « Aussi bas que l'on puisse tomber, on ne tombe pas plus bas que dans les bras de Jésus. »

Dans les situations les plus difficiles, la délicatesse de l'espérance, sa pudeur, nous ouvre le cœur en actions de grâces.

Sa réponse à une aspiration universelle

L'espérance est aussi une réponse à une aspiration universelle.

Elle est chrétienne, et elle n'est pas seulement chrétienne : au sens où elle répondrait à une définition de doctrine et serait dès lors « objet de foi ». Elle est une aspiration en tout être humain, ancrée dans ses profondeurs, à la Source de l'être.

Garder l'espérance et la cultiver

On peut dire qu'elle est en chacun comme un germe. Et ce germe est appelé à se développer. Quand il atteint une certaine croissance (guère

plus grande qu'un grain de sénévé, car il a la puissance de la foi), notre perception du monde est changée. Le regard porté autour de soi n'est plus le même, notre attitude en est modifiée.

On peut voir aussi l'espérance comme un cheminement vers une lumière cachée. On piétine longuement dans le brouillard, au milieu des intempéries, et puis un point lumineux apparaît. Le point grossit, il semble que l'on s'en rapproche. Cela devient une lueur et cette lueur ne nous quittera plus. Même dans la nuit, elle restera perceptible. Nous avons perçu un Ailleurs ; quelque chose qui fait pénétrer en nous, au cœur de l'épreuve, ce que Maurice Bellet appelle : la divine douceur.

L'espérance en soi n'attend rien de quantitatif, de productif... Elle développe une attitude face à la vie. Une manière d'être.

Même si nous retrouvons par instants la grande obscurité, si les chagrins accumulés voilent la lumière, nous la sentirons là.

Mais comment cela ?

Il y a d'abord une expérience de l'écoute.

Un apprentissage de la rencontre avec les maux d'autrui.

C'est pourquoi l'espérance ne peut se développer et grandir, de mon point de vue, elle ne peut devenir une espérance « au long cours », que quand les troubles psychiques sont devenus chroniques, quand la maladie est installée.

Les troubles installés : l'espérance à faire grandir

L'espoir, on l'a vu, s'appuie sur l'action, sur des projets au moins pour envisager un avenir possible. Sur quoi s'appuiera l'espérance ?

Prière, lectures, méditation, confiance née de la foi

Prière, lectures, méditation de la parole et des guérisons opérées par Jésus, aident à cultiver ce germe. Non

pas que je doive attendre une guérison de la maladie de mon proche par la prière. La prière sincère guérit les blessures du cœur, elle soigne l'âme... Si l'on relit les récits de guérison du Christ, on voit qu'il est toujours question, d'abord, de réveiller la foi...

L'espérance s'appuie, en premier lieu, sur une confiance. Une confiance née de la foi, sœur de la foi. (Si ce n'est la foi chrétienne, une foi profonde en la vie, en ses énergies).

La foi n'offre pas non plus de certitude, direz-vous. C'est vrai, mais la foi chrétienne dispose d'un enseignement - « *Fais grandir en nous la foi !* » - demandent les disciples à Jésus. La foi chrétienne utilise des repères, des points de doctrine, s'appuie sur des éléments tangibles. On parle d'un « dépôt de la foi », de « fondements de la foi ».

De nombreux théologiens, comme Josef Ratzinger, défendent « la rationalité » de la foi. Saint Augustin, déjà, au 4^{ème} siècle, évoque « l'intelligence de la foi. »

Ainsi, même si la foi n'est pas réductible à une activité mentale, si elle a son mystère - « Il est grand le mystère de la foi ! » proclame-t-on à la messe - on peut approcher ce mystère avec sa raison.

On dit encore : « faire sa profession de foi ». On peut célébrer sa foi, l'exprimer par des cérémonies sobres ou fastueuses, ou dans la construction de grands monuments que l'on appellera : « témoignages de la foi ».

L'espérance, elle, n'a pas de monument témoin.

On a affaire ici, avec ce mystère-là, à quelque chose d'intime, d'insaisissable. Quelque chose de secret, d'obscur même... S'il y a des déserts au pays de foi, au pays de l'espérance, il y a des zones d'ombre.

« *Abraham espéra contre toute espérance* »... écrit st Paul. Il espéra malgré tout ce qui venait contredire son espérance. Malgré tout.

Dans l'espérance, il n'y a pas, ou il y a peu, d'éléments tangibles.

Il n'y a pas, ou il y a peu, de raisons d'espérer !
Mais il y a de la confiance née de la foi en la vie, une confiance malgré tout. Il y a du malgré tout.

C'est pourquoi l'espérance est une audace. Il faut oser espérer.

Si je m'en tiens aux symptômes de mon proche malade, aux effets de ses crises, à son état physique, social, relationnel... je peux me demander ce qu'il reste à espérer. De même, si je ne porte sur lui qu'un regard de tristesse ou d'abattement.

L'espérance est une dynamique, elle relève. Si elle ne relève pas mon proche, elle me relèvera moi. Et tous mes proches en bénéficieront. Que faire pour susciter cette dynamique ? Je le disais : éveiller mon attention.

Observation, écoute, attention à toutes choses

Je repense ici à Igor... Je le voyais chaque semaine à l'hôpital. Étrange. Extrêmement maigre. Les mains crispées, les traits convulsifs, les cheveux gras et la barbe en désordre, le regard halluciné. Je lui disais : « Bonjour Igor », et il me répondait de façon saccadée : « Bonjour Monique ». Jamais un mot de plus.

Et puis un après-midi, dans son même vieux fauteuil, je l'ai trouvé endormi. On avait peigné ses cheveux et sa barbe. Et son visage était incroyablement détendu, lisse, serein. Méconnaissable. Transfiguré, d'une certaine manière. Et je me suis dit : voilà l'homme lumineux, apaisé, guéri. Bien sûr il n'était pas guéri, mais cet homme-là existait en lui, était présent en lui, et capable de revenir à la surface.

Comme en tout homme malade, c'est ainsi que je l'ai ressenti.

Si je porte sur toi, mon proche, un regard d'espérance, je vois quelque chose de la lumière de l'infini qui rayonne en toi. Je contemple le mystère de ta vie.

Même déformé, usé, souffrant, ton corps est un temple. Même confus, ton esprit est né et reste habité par le souffle divin. Même rempli de rancune, de colère ou de frayeurs, ton cœur est voué à la paix...

C'est là l'image de l'être humain que nous transmet l'enseignement du Christ, ce serviteur souffrant dont parle le prophète Isaïe, « déshonoré, broyé », dont « l'apparence n'était plus celle d'un homme », (Es 53) et cependant habité par la Vie...

L'espérance redonne un visage humain à l'homme défiguré. C'est ainsi que nous pourrions dire, avec l'apôtre Paul : « *Nous sommes dans l'espérance de la résurrection* ». Dans l'espérance du relèvement.

Après son relèvement, les disciples n'ont pas reconnu le Christ. Pourtant, les marques des clous et de la lance demeuraient.

Mais cette souffrance était transfigurée. Grâce à l'amour consenti malgré tout, malgré les injures, les crachats, malgré l'angoisse et la douleur, grâce à cet amour offert à l'ensemble de l'humanité, même aux plus méchants « *qui ne savent pas ce qu'ils font* », les forces de mort n'ont pas eu le dernier mot.

« *Tu relèves les pauvres de la poussière, Seigneur, et tu les fais asseoir parmi les princes* »... écrit le psalmiste. Il faut être habité par l'espérance pour chanter cela. Les voyons-nous souvent, nos pauvres, nos malades, nos accidentés, nos handicapés, assis « *parmi les princes* » ? Ils s'y tiennent, pourtant, quand les démons de la maladie se taisent : quand un courant de tendresse traverse le regard qui était hostile, ou même éteint, et nous atteint en plein cœur.

Visiteur en soins palliatifs au centre Jeanne Garnier, Xavier Grenet raconte cette expérience, au chevet d'une femme mourante : « La très vieille femme auprès de qui je me tenais semblait au-delà de tout âge ; sa face aveugle être une statue de pierre (...). Je demeurais là doucement, silencieusement, éprouvant le

sentiment inhumain de sourire à une absente, lorsque tout bascula. Le bruit en moins, ce fut aussi violent qu'un séisme, un tremblement de tendresse illuminait son visage – et je fus saisi par l'indicible joie de sa rencontre, l'évidence de son infinie dignité... » (p : 38, *Dans le silence de Dieu, des mots pour l'espérance*, Cerf).

Je sais qu'il faut attendre parfois longtemps pour retrouver un regard de tendresse chez son proche malade, mais il est certain que cette tendresse demeure, qu'elle est seulement enfouie sous les symptômes de la maladie.

En visite en maison de retraite pour voir son père, malade d'Alzheimer, Christian Bobin écrit ceci quant à lui, dans l'Homme-Joie : Ils nous font (ces malades) le don d'une vie réduite à sa base, harassante, exténuante, délivrée de tous les ordres de la vie moderne : acheter, envier, triompher. Ecraser. Leurs yeux sont craintivement ouverts sur l'insondable. Ils sont la proie d'une maladie métaphysique qui dissout le monde. (...) Souvent, ils demandent leur chemin. (...) Ils cherchent d'une main tremblante la main d'un ange, car ils savent que les anges existent. » « Leur petite enfance promettait de la lumière... Et maintenant ? (...) Mais ils sont en vie malgré tout, malgré eux.

Nous finirons tous en miettes, ajoutait-il, mais (...) un ange, l'heure venue, travaillera à partir d'elles (de ces miettes) à refaire le pain entier. » (p : 136-138).

OSONS donc l'espérance

Il lui arrive d'être contestée, moquée... ridiculisée. Tant pis.

La foi en Dieu, pour Blaise Pascal, était un pari à tenir.

L'espérance, pour Georges Bernanos, « est un risque à courir ».

Et comment la risquer, cette espérance, au quotidien ?

Dans un numéro récent d'A.H., ● ● ●

consacré justement à l'espérance, on peut lire ce témoignage recueilli en EHPAD : un visiteur venu voir un ami, s'étonne, auprès d'un infirmier, que l'on serve tout de même le goûter aux personnes qui ne le désirent pas. Or, l'infirmier interpellé a cette réponse : « Il nous faut laisser la place à quelque chose de possible, on ne sait jamais, ça peut être surprenant. La vie ici passe par là, par ces petites choses du quotidien » (p : 30).
Voilà : laisser la place à quelque chose de possible.

Je me souviens d'une patiente âgée, Thérèse, qui chantait à tue-tête à la fin de chaque messe : « Ave, ave, ave Maria !... » Son enthousiasme, quoique décalé, nous portait.
Je me rappelle aussi Jeanne, découvrant l'étendue de la miséricorde divine... Fortement culpabilisée par un divorce, elle avait interrogé Dieu : « Quel est le péché le plus grave ? » et Dieu lui avait répondu comme Jésus à Marthe : « Jeanne, Jeanne, tu t'agites pour bien des choses... »

L'espérance, ce sont eux souvent, nos proches malades, qui nous la communiquent : eux qui ont laissé tomber les déguisements sociaux. Eux qui, dans leur franchise parfois blessante, font aussi tomber nos idoles, nos artifices, nos parures. On m'a parlé d'une jeune fille atteinte de troubles psychiques qui avait dit à sa mère : « Tu sais, maman, avec mes problèmes je t'ai fait avancer ! »

A vrai dire, c'est souvent l'épreuve qui met en route.
Sans vouloir positiver la souffrance, qui est toujours à soulager, que Jésus soulageait en tous lieux, il faut lui reconnaître, quand le pire est passé, une capacité d'ouverture. Si l'esprit s'ouvre à un au-delà du ressenti douloureux, l'espérance, alors, se découvre comme un baume.

Il ne s'agit pas de souhaiter l'épreuve. Elle arrive bien sans cela !
Mais grâce à d'autres, qui l'ont traversée, avec l'aide de l'amitié, avec l'aide de la prière ou du simple recueille-

ment, nous trouverons cette lueur qui fait signe dans la tempête, qui nous fait pressentir un rivage bénéfique, un lieu de repos.

L'épreuve creuse en nous un vide. Mais ce vide, quelquefois, cet abandon de nos certitudes, de nos habitudes, de nos croyances acquises, fait remonter l'espérance enfouie.
On ne découvre pas l'espérance dans une vie de confort et d'enfermement sur ses possessions.

Comme elle est reliée à la foi, l'espérance est aussi reliée à l'amour.

Avec elle, on regarde autrement les êtres autour de soi : non plus avec méfiance, envie, pitié... mais avec une attention bienveillante, parce que chacun est né du souffle, du grand souffle créateur. Et parce que nous savons que nous aussi sommes vulnérables, fragiles, imparfaits.

Des groupes de partage, un accompagnateur spirituel, aident beaucoup en cela.

Relire et méditer les récits de guérison et la Passion du Christ.
Mais méditer les psaumes, aussi. Sur-tout les plus rudes, les plus violents. Tourner sa violence vers le Ciel, lui crier sa révolte, comme Job, ou ses frayeurs, c'est vivre d'espérance... Car nous savons que nous ne sommes pas seuls dans nos combats.

Mais je sens aussi l'espérance comme une présence discrète en moi, une Source qui s'écoule sans interruption, à l'écoute attentive de l'autre. Même s'il ne dit rien. Je suis souvent restée assise auprès de malades mutiques. Et quelque chose passait entre nous. Je n'en avais pas toujours conscience sur le moment, cela venait plus tard, à cause d'un regard qui s'était adouci, d'une main qui se tendait en silence.

Conclusion

Garder l'espérance ? Oui. Et la cultiver. Avons-nous d'autre choix ?
J'aime mon proche malade. Il bou-

leverse ma vie, me rend anxieuse, insomniaque... mais vais-je le renier ? Oh, j'aimerais quelquefois le savoir loin de moi ! Mais il demeure là plus ou moins dans mon sillage, obsède mes pensées, « squatte » mon espace vital...

Mais bon... Vais-je toujours gémir sur son sort, sur le mien ?

Gâcher ma vie en appréhendant chaque matin la nouvelle crise ?

J'ai le droit de respirer. Le devoir.

J'ai le droit – le devoir – d'aller chercher des joies ailleurs, et de les savourer.

D'aimer aussi et de prendre soin d'autres personnes, y compris de ma propre personne. Je suis aussi « un « prochain », pour ceux qui m'entourent. Un « prochain » pour moi-même. Je me dois d'être mon « bon Samaritain ».

Je te contemplerai fraternellement, comme tous les frères et sœurs que l'humanité me donne de rencontrer. Mais sans plus. Sans te dévorer. Et sans me laisser dévorer par toi. Je t'aimerai à faible distance, mais à distance quand même, comme seulement on peut aimer.

Foi, espérance, amour, avancent ainsi ensemble, comme l'a si bien écrit Péguy. La foi offre les bases de la confiance. L'espérance, pourtant la plus petite des trois, est alors capable « d'entraîner des mondes ». Mais le pourrait-elle sans l'amour ? L'amour est « le plus grand » écrit saint Paul. C'est juste. C'est lui, en effet, c'est l'amour qui maintient en nous le courage d'espérer.

Monique Durand-Wood
Reims, le 18 octobre 2013

Méditation

L'amour inconditionnel

« Comme Jésus était dans une maison, sa mère et ses frères arrivent. Restant au-dehors, ils le font demander. Beaucoup de gens étaient assis autour de lui ; et on lui dit : «Ta mère et tes frères sont là dehors, qui te cherchent». Mais il leur répond : «Qui est ma mère ? Qui sont mes frères ?» Et parcourant du regard ceux qui étaient assis en cercle autour de lui, il dit : «Voici ma mère et mes frères. Celui qui fait la volonté de Dieu, celui-là est mon frère, ma sœur, ma mère». (Marc 3/ 31.35).



Les paroles de Jésus peuvent nous sembler dures : comment peut-il ainsi maintenir à distance sa mère, ses frères ?

En réalité, il les accueille plutôt dans une immense fraternité dont il rappelle le fondement. Celui qui consolide nos relations humaines c'est Dieu. A partir de lui se tisse une communauté de croyants, père, mère, frère et sœur les uns des autres. Tous appelés à porter au monde sa présence.

A quoi reconnaît-on les membres de cette large famille ? Non pas à leurs discours mais bien plus à leur vie transformée par la bonne nouvelle de l'Évangile.

A partir de la méditation sur le texte proposé pour cette journée

Je voudrais vous inviter, en tant que parents, à réfléchir sur notre capacité à vivre cette double relation « chair et esprit » dans l'accompagnement de ceux qui sont en souffrance : où et comment nous situer dans une relation souvent si difficile. Peut-être faut-il commencer par affaiblir les murs et les barrières qui nous séparent malgré nous de ceux qui sont en souffrance, afin de retrouver la source de vie qui est en chacun et en chacune. Pour ce faire, et sans perdre l'équilibre, il nous faut aller à contresens du qu'en dira-t-on, dans le sens de la rencontre et de la communion avec ceux et celles qui nous rejettent et dont on ne fait aucun cas. Seraient-ils, seraient-elles, frères et sœurs de personne ? Construire une telle relation peut nous paraître impossible compte-tenu de la différence dans la manière de vivre et d'aborder la réalité. Qui sont-ils, qui sont-elles, ceux et celles qui bousculent notre système de valeurs, nos certitudes ? Ils nous rappellent qu'ils sont tous une grâce en quelque sorte, un frère ou une sœur en humanité. C'est en s'approchant d'eux, dans cette

qualité de frère et de sœur, qu'ils éveillent en nous la compassion. Nous invitent à porter un regard sur eux comme un autre soi-même.

Dans cette relation, voire communion, avec les liens du sang et avec la force de l'esprit de Dieu, nos systèmes de défense tombent les uns après les autres.

Nous retrouvons dans un état de vulnérabilité et d'ouverture, à tel point que nous nous demandons où cela va nous mener. C'est alors que nous nous approchons d'une réalité qui nous est supérieure, un peu comme une présence de Dieu.

Par la chair et par l'esprit nous restons pauvres l'un devant l'autre, découvrant que nous n'avons rien d'autre à donner, seulement son cœur, sa présence. Il arrive alors que nous ressentions, malgré la fragilité, voire la détresse de ce frère, cette sœur, qu'il m'envoie une lumière, qu'il est en relation avec de l'humain et avec Dieu. C'est alors la fête des cœurs. La personne en souffrance n'est plus souffrante. Elle est une personne qui découvre qu'elle peut donner ; elle donne de la joie et de la vie. Elle pense que nous sommes heureux de la retrouver. Nous touchons là au mystère de la Communion. Nous savons bien que Jésus invite ses amis et ses disciples à ne pas inviter à leur table les membres de leur famille, les riches voisins, leurs amis, mais les pauvres, les estropiés, les infirmes, les aveugles « et vous serez alors heureux, bénis de Dieu ». Manger à la même table que les pauvres, les inutiles, c'est devenir leur ami, entrer en communion avec eux.

D'expérience, et à plus forte raison comme parents, nous sommes habitués à ce que le faible, la personne qui souffre, ait besoin du fort. Mais notre unité intérieure, le maintien entre les liens de la chair et ceux de l'esprit, se réalise quand nous découvrons que si nous sommes forts nous avons besoin du faible, de celui ou celle qui souffre.

Il ou elle éveille et révèle le cœur, les énergies de la



tendresse et de la compassion, de bonté et de communion. Nous découvrons notre faiblesse, comme le lien privilégié de l'amour et de la communion, le lien privilégié où Dieu réside. Nous découvrons Dieu dans la petitesse.

Celle ou celui qui jusqu'à présent a été vu comme un problème à résoudre, quelqu'un à écarter de la société, est vu comme une lumière et une source de vie. On découvre la beauté de l'être humain, de tout être humain, la beauté de notre humanité en dehors de toute hiérarchie ; s'il y a une hiérarchie, c'est celle du cœur et de l'amour ; Cette hiérarchie, là on ne peut la juger, car elle est le secret de chaque personne. Elle est le secret de Dieu.

Cette communion est l'ouverture du cœur. Elle est la brèche qui se produit dans les barrières de notre système de défense. Elle ouvre sur un autre monde. Elle fait découvrir qu'il n'y a pas d'un côté les bons et de l'autre les mauvais. Elle brise les préjugés de race, de famille...

L'épisode de la mère et des frères de Jésus est précieux car il indique que **c'est l'écoute de la parole de Dieu qui fait de vraies relations**, bien au-delà des liens affectifs. Ceux-ci ne sont pas niés mais ils sont transformés. La parole de Dieu nous établit dans une alliance : reçue dans un cœur disponible elle fait vivre dans l'esprit et donne sens à l'humain dans toutes ses dimensions. Jésus se présente ici comme la Parole de Dieu faite chair.

« Celui qui fait la volonté de Dieu, celui-là est mon frère, ma mère, ma sœur ».

La parole de Dieu est naissance de l'Esprit et vie de l'homme.

Jean-Pierre Bouchain

Conseiller spirituel du groupe Relais
de Paris/Ile de France



Témoignage d'un père

Je suis responsable du groupe de Reims. Sans revenir sur ce qui m'a incité à créer ce groupe (cf. n°26) je voudrais préciser ce que les rencontres Relais m'apportent, comme réconfort mais aussi dans le regard que je porte sur mon fils.

Au cours des rencontres du groupe de Yvelines dont je faisais partie, je prenais conscience que d'autres chrétiens avaient vu leur foi ébranlée par l'épreuve de l'irruption de la maladie psychique d'un proche et l'incompréhension provoquée par les étrangetés de son comportement, et que ces chrétiens ressentaient le besoin de se retrouver entre pairs, vivant les mêmes interrogations, pour les partager à la lumière de la Parole de Dieu.

J'ai aussi compris que mon fils, pour unique qu'il soit au regard du Père, était loin d'être le seul à souffrir d'une maladie psychique, en ce qui le concerne une schizophrénie. Aussi, les rencontres Relais devinrent pour moi, comme pour d'autres, le complément spirituel indispensable au soutien psychologique apporté par les groupes de parole de l'UNAFAM. Progressivement, se manifesta à mes yeux que ces rencontres rendent actuelle la parole de notre Seigneur :

« Quand deux ou trois sont réunis en mon nom, Je suis au milieu d'eux », qu'ainsi ces rencontres constituent vraiment un lieu d'Eglise.

De rencontre en rencontre, malgré les rechutes de mon fils, alternant avec les embellies, mon cœur et mon regard se fortifient dans l'espérance à la lumière de la Parole.

Vincent Alliot

Groupe de Reims

Témoignage de conjoints

Nous étions horticulteurs, nous cultivions et vendions des fleurs en Bretagne. Un travail passionnant qui nous permettait de bien vivre en élevant nos 3 enfants.

Antoine participait à la catéchèse à l'école primaire de nos enfants puis au collège. Nous faisons aussi partie d'une équipe d'ACI (Action catholique des milieux Indépendants).

En 1998, après bien des contrariétés que je gérais, Antoine a dû être hospitalisé à diverses reprises et le diagnostic a été posé : il souffrait de troubles bipolaires. Après 30 ans d'activité, nous avons dû prendre la décision d'arrêter l'entreprise. Les serres ont été vendues et moi, j'ai recherché du travail ...

Heureusement nos familles ont été là pour me soutenir moralement et dans les nombreuses démarches administratives. La famille d'Antoine, comme la mienne, ne nous a jamais laissé tomber. Malheureusement nous n'avons eu aucun soutien des chrétiens de la paroisse. Seule Annie (avec qui nous avons fait de l'ACI) venait me voir de temps à autre... Je ne savais plus où j'en étais dans ma foi....

En 2013, Annie est allée à Lourdes avec Diaconia, elle a rencontré une personne de Relais, et m'en a parlé... Antoine a eu les coordonnées de la responsable du groupe par notre curé, et le lien s'est fait. Depuis maintenant un an, je vais aux réunions du groupe, et j'apprécie de rencontrer des personnes qui sont dans les mêmes situations humaines que moi... Je reste avec beaucoup de questions : la maladie nous a tant pris... Auprès d'Antoine j'ai du mal à grandir, j'ai parfois l'impression de mourir auprès de lui, même si sa sœur me dit « ce n'est pas parce que lui est dans la souffrance que toi tu dois finir ta vie dans la souffrance ».

Ma foi est mise à rude épreuve je ne sais plus par quel bout la prendre, c'est compliqué : je ne peux pas aller à la messe avec mon mari car je ne suis pas en harmonie avec lui... et je ne suis pas à l'aise dans les églises qui ne sont pas « ma paroisse »

En septembre nous avons eu un rencontre diocésaine et j'y ai trouvé une petite lueur d'espérance. **Après des années de galère morale, je commence à être dans l'espérance, à sortir la tête de l'eau ; je réalise que ma souffrance m'a fait rejeter les autres, et maintenant je sais que plus j'irai vers les autres, plus je vais avancer...** On a besoin des autres pour grandir, pour espérer « toujours recommencer, toujours partager avec d'autres qui sont embarqués avec nous dans la confiance et la discrétion », c'est aussi cela la foi.

Magali et Antoine

Poème

Extraits d'un poème écrit par Benoît, 22 ans après une trop longue période de maladie où une hospitalisation en psychiatrie a été nécessaire : à Noël, il a offert ce chant à sa famille sur la musique du chanteur Stromae, son idole

Formidable

Formidable, formidable,
Vous êtes formidables, j'étais fort minable
Nous sommes formidables
...

Oh Papa, Maman,

Je voulais vous remercier,
Promis, juré,
J'suis l'un de vos enfants
Gâté, heureux et content
Depuis un an c'est difficile par moment,
Vous m'avez toujours soutenu
Malgré les déconvenues,
J'reste fort grâce à vous,
Et je me rends à mes rendez-vous,
Médicaments ou pas je ne suis pas fou,
Juste un peu fufou.
Je vous aime
...

Oh Sylvie

Je voulais te remercier,
Parce que tu l'as mérité,
Ta présence et ton écoute
m'ont évité toute déroute
Des moments partagés où tu m'as relevé,
Mon état ne s'est pas aggravé
Grâce à nos jeudis midi à manger
Je t'aime
...

Oh Luc

Je voulais te remercier
Parce que tu l'as mérité,
Tu as su me contrôler
Et même si on a chialé
Rappelle-toi de notre chanson
Sans paroles mais avec intonation
En alliant le sport : notre récréation.
Je t'aime
...

Sébastien et Murielle

Je voulais vous remercier
Parce que vous l'avez mérité
Votre soutien m'a beaucoup apporté.

Amélie, Noémie et Alexis

Tonton Benoît vous remercie
Formidable, formidable
...

Nous formons une famille formidable
Nous serons formidables

Benoît



» Nouvelles et annonces

● Les délégués régionaux de Relais

Le développement de Relais Lumière Espérance s'accompagne de la mise en place progressive de **délégués régionaux**.

Les missions du délégué régional, définies lors du dernier Conseil d'Administration, sont :

- **Communiquer** sur Relais Lumière Espérance,
- **Encourager** les groupes existants,
- **Accompagner** la création de nouveaux groupes,
- **Fédérer** les groupes de la région et
- **Susciter** des actions.

Cinq régions sont aujourd'hui concernées : L'Ouest avec Marc Gavard (qui succède à Julien Arcanger), le Sud-Ouest avec Claire Desgraves, le Nord-Picardie avec Françoise Lesage, l'Est avec Alice Noël et l'Ile de France avec Philippe Lefevre. Les autres régions bénéficieront de délégué régional dès que ce sera possible.

Chaque délégué régional choisira les actions adaptées à sa région et à sa disponibilité, en lien avec le bureau si nécessaire.

Délégués régionaux : les débuts de la région Ouest



Notre groupe de Laval ayant démarré, nous avons souhaité rencontrer ceux qui nous avaient fait découvrir notre mouvement : les groupes de Caen et de Bagnoles. En effet, le Père Desguet, Conseiller spirituel de l'équipe de Caen, avec son dynamisme, nous reconfortait dans la prière et nous entraînait au son de sa guitare.

D'autres groupes sont nés dans la région. Depuis, chaque année, pour répondre à notre besoin de rencontres, de partage, d'écoute, une équipe est sollicitée ou se porte volontaire pour recevoir ce rassemblement qui nous enrichit tous. La région s'agrandit, des groupes sont latents. Il est nécessaire de les aider : par un coup de téléphone, par une idée, par un contact et par l'union dans la prière. Les missions du délégué régional ne manquent pas.

Julien Arcanger

● Echo des groupes

Les rencontres entre groupes

Des rencontres entre groupes d'un même département, d'une même région... s'organisent de plus en plus régulièrement. Citons par exemple :



● celle des **4 groupes des Yvelines**, qui ont passé une journée au Cénacle de Versailles. Au programme : un temps de méditation poursuivi par un temps personnel, puis partagé en petit groupe. L'après-midi Monsieur Surin psychothérapeute à Garches, tout en dialoguant avec les participants, nous a orientés vers des pistes pour améliorer notre relation avec nos proches. Ce temps fut suivi d'une Eucharistie. Une belle et fructueuse journée à laquelle a participé le responsable de la pastorale de santé du diocèse de Versailles.

● la **rencontre annuelle des deux groupes des Hauts de Seine**, qui s'est également tenue au Cénacle de Versailles. **Monique Durand-Wood** (ancien aumônier d'hôpital psychiatrique) est intervenue sur le thème : « *Vivre avec une personne malade psychique : l'accueillir comme elle est en la regardant autrement* ».

● la rencontre des **trois groupes Relais du diocèse de Nantes** chez les sœurs de Saint Gildas, à Saint Gildas des bois, sur le thème des **Signes d'Espérance**, et avec la présence de sœur Marie-Antoinette Pocod, **d'Amitié Espérance**. Le Père Michel Bégaud, accompagnateur spirituel d'un des groupes, a parlé des « signes d'espérance » qu'il a observés auprès des personnes en grande souffrance psychique et aussi auprès de leurs proches, membres de Relais. La rencontre s'est terminée par une Eucharistie.



» Nouvelles et annonces

● Nous avons lu

→ "L'empereur c'est moi"

d'Hugo Horiot (Ed. de l'Iconoclaste mars 2013)

Ce livre est une histoire vraie. L'auto-portrait d'un enfant en colère, qui mène une guerre sans merci, contre lui-même et contre les autres. Un enfant autiste Asperger. Un texte fascinant dans la lignée des grands textes sur l'autisme.

→ "La personne en souffrance psychique dans la société et dans l'Eglise" (Revue « Pollen », n°17 d'avril 2014)

Le Département santé de la Conférence des Evêques de France édite régulièrement une revue « Pollen » qui approfondit des sujets relatifs à la santé.

Le numéro 17 d'avril 2014 est consacré à la maladie psychique. Il est écrit par Claire Chauvet d'Amitié Espérance à partir des échanges de l'Atelier Santé d'octobre 2013.

Vous trouverez ci-dessous l'introduction et les têtes de chapitre. Le dossier complet de 5 pages est disponible sur le site de Relais Lumière Espérance et une copie papier peut être demandée au secrétariat de l'OCH : 01 53 69 44 30

De plus en plus de personnes souffrent de maladies psychiques, fragilisées par la rupture des liens sociaux et familiaux, ou par l'accroissement des rythmes et des exigences de performances dans l'environnement professionnel. Ces troubles psychiques chroniques et évolutifs posent des problèmes complexes d'exclusion.

Ces personnes vivent, parlent, agissent, créent, souffrent, autrement que la plupart des gens, c'est un fait. Et elles sont rarement intégrées. La réaction première devant ces personnes « bizarres, étranges... » est trop souvent la peur. *Quelle place leur reconnaissons-nous ?*

Des institutions, des associations, des mouvements... reçoivent les personnes malades mentales, les reconnaissent,

les protègent, les soignent, les intègrent et les réintègrent dans la vie sociale, avec leurs capacités, leur créativité, leurs talents, leur parole. *Qu'en savons-nous dans la société, dans l'Eglise ? Quelle part y prenons-nous ?*

- Quelques données sur la psychiatrie
- Témoignages, constats et convictions relevées par l'Atelier Santé
- Ce que nous disent les personnes directement concernées : familles, amis ..
- Ce que nous disent des associations ou des mouvements
- Ce que nous disent les personnes en souffrance psychique elles-mêmes
- Agir à partir de témoignages

La conclusion nous est familière : « L'amitié, le partage, la rencontre, l'entraide, la solidarité, c'est la réponse à l'une des formes de pauvreté qui affecte le plus la personnalité humaine. Frère Louis Joseph Miniou ».

● A propos de ... l'UNAFAM

Beaucoup d'adhérents de Relais sont également membres de l'Unafam (Union nationale des familles et amis de personnes malades psychiques), C'est une association reconnue d'utilité publique qui, depuis 1963, accueille, écoute, soutient, forme et accompagne les familles confrontées aux troubles psychiques d'un des leurs. Plus de 2000 personnes donnent leur temps pour aider et défendre les familles et amis de malades psychiques Elle regroupe, à travers toute la France, plus de 15000 de ces familles. Implantée dans tous les départements, elle peut vous apporter les renseignements pratiques dont vous avez besoin.



Pour se procurer les coordonnées des délégations départementales :

Site web : www.unafam.org/
ou Service écoute-famille :
01 42 63 03 03

● A lire dans " Ombres et Lumière "

N° 199 de mai-juin 2014

- * Rencontre avec **Joseph Schovanec, artiste, savant et conférencier** (p.12-13).
- * Reportage sur le GEM « Les Amis du Pas » à Lyon (p.14-15)
- * Questions en débat : **La psychiatrie au risque du surdiagnostic** (p.32à 34)



N° 200 de juillet-août 2014

- * La maladie psychique au quotidien : "Ma femme est



maladivement obsédée par la propreté, cela envahit et perturbe notre vie familiale... Comment s'en sortir ?" - Les points de vue de Patrice Van

Amerongen, psychiatre, et d'Agnès Auschitzka, journaliste (p.8-9).

DOSSIER : LA SOLIDARITE EN ACTES

- * La solidarité par ricochets : la maison de l'association Aygues-Vives à Lourdes (p. 20)
- * Une lettre aux amis, par Pierre et Marie-France Sarreméjean (p.21)

EN FAMILLE

« Maman, je veux me marier » (p.38 à 43)

N° 201 de septembre-octobre 2014

- * La maladie psychique au quotidien : "Mon fils, atteint de trouble bipolaire, sort d'une période d'hospitalisation (la troisième) pour revenir habiter dans son appartement. J'ai peur qu'il replonge. Que faire ?" - Les points de vue de Patrice Van Amerongen, psychiatre, et d'Agnès Auschitzka, journaliste (p.8-9).



>> Annonce

Comme annoncé dans le précédent numéro, la prochaine Rencontre Nationale de Relais se tiendra le samedi **11 avril 2015 à Nancy** sur le thème : « **Dans la nuit de la maladie psychique, garder une lampe allumée** ».

Le grand témoin sera **Martin Steffens**, professeur de philosophie en classe préparatoire à Metz, dont le livre « La vie en bleu » est dans l'esprit du thème de cette journée. Cette rencontre se tiendra de 8h30 à 17h30 dans le Domaine de l'Asnée à Villers-les-Nancy, facilement accessible depuis la gare en bus.

Les inscriptions seront ouvertes à partir de janvier 2015.

Relais Lumière Espérance

"Une lumière dans la nuit"

• **Association** au service des familles et amis de personnes atteintes de troubles ou de maladie psychiques. 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

BUREAU (également membres du conseil d'administration)

Président : Olivier Balsan

Vice-président : Philippe de Lachapelle,

Vice-président : Daniel Mazenod

Trésorier : Jean-Michel Grzeczko

Secrétaire nationale : Christine des Portes

Claudine Boucheron

Philippe Lefèvre

CONSEILLER SPIRITUEL NATIONAL

Monseigneur Michel Guyard

AUTRES ADMINISTRATEURS

Vincent Alliot, Françoise Baudouin, Jean-

Pierre Beuriot, Marie-Laure Chabrol,

Françoise Lesage, Hubert Peigné, Franck

Piaton, Isabelle Ranger

SITE INTERNET

Joseph Gressin / Yves Boccon-Gibod

CONTACT

90, avenue de Suffren 75015 Paris

Tél : 01 44 49 07 17 (répondeur)

Courriel : contact@relaislumiereesperance.fr

SITE INTERNET

www.relaislumiereesperance.fr

Les Délégués régionaux et les groupes Relais Lumière Espérance

(un astérisque indique un simple contact)

DELEGUES REGIONAUX

ILE DE FRANCE

Philippe Lefèvre
Tél. 06 13 73 29 93

NORD-PICARDIE

Françoise Lesage
Tél. 03 20 91 71 31

EST

Alice Noël
Tél. 03 83 21 44 66

OUEST

Marc Gavard
Tél. 02 31 97 08 88

SUD-OUEST

Claire Desgraves
Tél. 07 81 79 33 74

GROUPES

ILE DE FRANCE

■ BOUCLE DE LA SEINE/ YVELINES

Claire Bielak
Contact : Joseph Gressin
Tél. 01 39 13 63 97

■ ESSONNE

Odile et Jean-Baptiste
Bourguignon
Tél. 01 60 11 16 46

■ GROUPE DES DEUX RIVES

Courbevoie/Levallois/Neuilly
Béatrice Balsan
Tél. 01 47 45 37 12

■ LES DEUX COLLINES

Chaville/Sèvres
Brigitte Descourtieux
Tél. 01 47 51 78 74

■ MELUN/SEINE-ET-MARNE

Hubert et Brigitte Peigné
Tél. 01 64 71 09 35

■ MONT VALERIEN

Rueil-Malmaison
Marie-Laure Chabrol
Tél. 01 47 49 11 16

■ PARIS-ALESIA

Philippe Lefèvre
Tél. 06 13 73 29 93

■ PARIS/ILE DE FRANCE

Philippe Lefèvre
Tél. 06 13 73 29 93

■ PONTOISE / VAL D'OISE

Jean et Suzanne Gilllet
Tél. 01 30 35 49 16

■ RAMBOUILLET/ LES ESSARTS-LE-ROI

Michèle Mencik
Tél. 09 64 03 30 63

■ ST QUENTIN EN YVELINES

Jean-Pierre Beuriot
Tél. 06 82 18 49 11

■ VAL DE MARNE

Nicole Giovaninetti
Tél. 01 43 74 03 70

■ VERSAILLES

Annik Leclercq
Tél. 01 39 53 60 88

NORD-PICARDIE

■ LILLE

Michèle Van Engelandt
Tél. 03 20 92 81 21 après 19h

■ CLERMONT DE L'OISE / OISE

Jean-Luc Fonteneau
Tél. 03 44 42 85 72

EST

■ EPINAL*

Jean-Marie Thomas
Tél. 03 29 35 67 47

■ METZ

Marie-Bernard Diligent
Tél. 03 87 64 23 89

■ NANCY

Alice Noël
Tél. 03 83 21 44 66

■ REIMS

Vincent Alliot
Tél. 03 26 35 86 82

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

CENTRE

■ BOURGES

Thérèse Vidal
Tél. 02 48 65 81 38

■ MOULINS-SUR-ALLIER

Bétina Vernier
Tél. 04 70 44 81 93

■ TOURS

Françoise Terracher
Tél. 02 47 20 56 51

■ TOURS /Temps de grâce

Bénédicte Rolland
Tél. 02 47 37 13 82

LYON / SAVOIE

■ GRENOBLE*

Gabrielle Levieil
Tél. 04 56 00 41 48

■ LYON

Marie-Paule Voorhoeve
Tél. 04 78 57 65 68

OUEST

■ ALENÇON

Anne-Marie Chuquard
Tél. 02 33 29 29 10

■ ANGERS

Hubert et Viviane Joulin
Tél. 02 41 79 33 09

■ BAGNOLES DE L'ORNE

Josiane et Michel
Thommerel
Tél. 02 33 64 21 86

■ CAEN

Hélène Grasset-Leterrier
Tél. 02 31 22 96 15

■ LAVAL

Julien et Jacqueline
Arcanger
Tél. 02 43 05 73 16

■ NANTES

Marie-Madeleine Palmieri
Tél. 06 41 83 36 46

■ PRESQU'ILE DE GUERANDE

Daniel et Nelly Gufflet
Tél. 02 40 62 08 37

■ RENNES

Françoise de la Broise
Tél. 02 99 36 10 56

■ SAINT BRIEUC

Marie Duault
Tél. 02 96 61 64 13

■ VANNES

Christiane Gilbert
Tél. 06 89 86 00 08

SUD-OUEST

■ ANGOULÊME

Annie Fauconnet
Tél. 05 45 21 40 52

■ BORDEAUX

Claire Desgraves
Tél. 07 81 79 33 74

■ BORDEAUX-CENTRE

Claire Desgraves
Tél. 07 81 79 33 74

■ BORDEAUX-MERIGNAC

Catherine Michon
Tél. 09 81 24 28 92

■ BORDEAUX-TALENCE

Christiane Mathieu
Tél. 05 56 80 45 61

■ LIBOURNE

Sœur Cécile Clause
Tél. 05 57 51 47 02

■ LIMOGES

Guillaume Lamy
de La Chapelle
Tél. 05 55 35 32 58

■ PAU

Maité Dombideau
Tél. 05 59 04 62 25

■ TOULOUSE

Antoinette Pouzenc
Tél. 05 61 49 32 81