>> Annonce

En 2017, la Rencontre Nationale sera incluse dans un **pèlerinage spécifique à Relais** qui aura lieu à **Lourdes du 10 au 14 mai**, sur le thème **« Choisis donc la vie »** (Deutéronome 30,19).à la suite et dans l'esprit de ceux de 2007 et 2012.
Nous serons hébergés à la Cité Saint Pierre ; des détails seront donnés dans le prochain Lien.
Réservez dès maintenant les dates de cet évènement !

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
Président : Hubert Peigné
Vice-président : Philippe de Lachapelle,
Vice-président : Daniel Mazenod
Trésorier : Jérôme Trogan
Secrétaire nationale : Christine des Portes

CONSEILLER SPIRITUEL NATIONAL
Monseigneur Michel Guyard

ADMINISTRATEURS
Vincent Alliot, Françoise Baudouin, Jean-Pierre Beuriot, Claudine Boucheron, Marie-Laure Chabrol, Claire Desgraves, Muriel du Souich, Philippe Lefèvre, Françoise Lesage, Franck Piaton, Thérèse Vidal

COMMUNICATION
Muriel du Souich

LETTRE D'INFORMATION
Claudine Boucheron

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**
  Danielle Delperié
  Tél. 06 84 82 79 40
- **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. 06 20 47 25 86
- **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**
  Maryline Glorian
  Tél. 01 30 41 51 48
- **ST QUENTIN EN YVELINES**
  Jean-Pierre Beuriot
  Tél. 06 82 18 49 11
- **VAL DE MARNE**
  Béatrice Mottin
  Contact : Nicole Giovaninetti
  Tél. 01 43 74 03 70
- **VERSAILLES**
  Charles-Henri et Bernadette de la Laurencie
  Tél. 06 83 31 19 84

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**
  Antoine et Chantal Thomas
  Tél. 06 20 32 69 04
- **REIMS**
  Vincent Alliot
  Tél. 06 83 06 52 75

MIDI-PROVENCE

- **AIX EN PROVENCE**
  Anne et Maurice Litaudon
  Tél. 04 42 23 10 36
- **AJACCIO***
  Marie-Hélène Ferracci
  Tel. 06 99 46 01 13
- **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 Leviel
  Tél. 04 56 00 41 48
- **LYON**
  Franck Piaton
  Tél. 04 78 29 17 86

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**
  En attente de responsable
- **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**
  Roland Allouis
  Tél. 02 96 72 51 72
- **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-MERIGNAC**
  Catherine Michon
  Tél. 09 81 24 28 92
- **BORDEAUX-TALENCE**
  Christine Mathieu
  Tél. 05 56 80 45 61
- **LIBOURNE**
  Sœur Cécile Clausse
  Tél. 05 57 51 47 02
- **LIMOGES**
  Guillaume Lamy de La Chapelle
  Tél. 05 55 35 32 58
- **PAU**
  Maïté Dombideau
  Tél. 05 59 04 62 25
- **TOULOUSE**
  Antoinette Pouzenc
  Tél. 05 61 49 32 81

DN/RL 05/2016

Lettre d'information de l'association aux membres et aux amis
N° **33** - 1er semestre 2016

le lien de Relais Lumière Espérance

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

Editorial

Il y a dans la vie d'un mouvement des temps forts qui sont des étapes, des événements qui rythment sa vie. La Rencontre Nationale annuelle de Relais le 30 avril à Paris a été un de ces temps forts … vraiment fort !

Vous trouverez en abondance dans ce n° du Lien des textes de prière, des comptes rendus, des témoignages qui en sont l'illustration. J'aimerais souligner ici que cette RN 2016 a été pour chacune et chacun une invitation à consolider les fondations de son engagement dans Relais et, dans un même temps, à accueillir encore plus – car c'est déjà une orientation de Relais.

J'ai pu le percevoir en participant le 29 avril à la réunion des conseillers spirituels des groupes locaux autour de Mgr Guyard : leur nombre, les attentes exprimées et leur implication personnelle manifestent l'importance qu'ils accordent à Relais, à sa disponibilité, à son ouverture vers tant de situations diverses rencontrées au sein de nos groupes.

Je crois aussi que les participants à la RN du 30 avril ont apprécié les conditions et le programme de la journée, donnant notamment plus de temps aux rencontres de couloir, aux échanges, à la découverte d'autres personnes, au passage au stand librairie …

Cet esprit a imprégné les séquences de la journée. Nous avions retenu le thème « maladie psychique et vie spirituelle » après un entretien avec nos amis d'Amitié Espérance (qui n'ont pas pu être des nôtres : ils avaient leur propre RN annuelle ce même 30 avril …), thème qui rassemble personnes en souffrance psychique et familles/amis. L'adoptant pleinement, les animateurs d'atelier et les intervenants à la Table Ronde ont choisi chacun un angle de vue légitimé par son expérience, son travail, sa réflexion personnelle, position faite de liberté, de franchise, de questionnement fondé sur ce que vivent toutes les personnes concernées.

Je suis frappé par la cohérence de cette approche avec l'insistance que nous mettons depuis longtemps sur un accompagnement mieux personnalisé de nos proches souffrants. Mais aussi par sa cohérence avec l'actualité que nous apporte la consultation de l'Unafam auprès de ses adhérents sur son projet associatif : une majorité assez nette se prononce – de façon inattendue pour moi - pour ouvrir l'Unafam aux personnes en souffrance psychique elles-mêmes, bien sûr avec précaution. Pour Relais, c'est la confirmation de la pertinence d'un rapprochement avec Amitié Espérance, ainsi qu'avec d'autres mouvements liés aux Pastorales de la Santé et aux PPH, au niveau national comme au niveau local.

C'est aussi une invitation à pousser notre action pour développer le 2° volet du projet fondateur de Relais (le 1° étant l'accueil et l'appui des familles), c'est-à-dire aider notre Eglise (paroisses, communautés …) à donner aux personnes vulnérables, pauvres, isolées, handicapées … la 1° place qui doit être la leur.

Mgr Guyard et les conseillers spirituels l'ont redit en réunion le 29 avril : Relais et les responsables qui s'y engagent librement reçoivent et assurent une mission d'Eglise. Revenir régulièrement à cette source est une condition mais aussi une certitude de fécondité.

Bon vent d'été à toutes et tous.

Hubert Peigné
Président de Relais Lumière Espérance

Sommaire

- **Editorial**
  Hubert Peigné
- **Prière**
  Mgr Guyard
- **Rencontre Nationale le 30 avril 2016 à Paris**
  Le débat
  Les ateliers
- **Méditations**
  Entrée dans l'année de la miséricorde
  Le sourire de la miséricorde
- **Témoignages**
- **Nouvelles de Relais**
- **Informations**
  Formation des aidants familiaux
  Psycom
- **Annonces**
- **Les groupes Relais**

Prière

Rencontre nationale de Relais Lumière Espérance le 30 avril 2016 à Paris

Dieu Notre Père, en ce temps pascal, nous aimons reprendre les paroles de Jésus qui, après sa Résurrection, nous a assurés de sa présence jusqu'à la fin des temps, et nous a promis son retour pour nous faire entrer dans le monde de l'éternité bienheureuse. Ton seul désir est de partager ton Amour, parce que tu es « Notre Père ».
Ton fils Jésus, en nous apprenant à t'appeler « Notre Père », nous a invités à ne jamais oublier que, si chacun d'entre nous est « unique » pour toi, cette paternité à l'égard de

Responsable de la publication : Hubert Peigné, **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

chacun fonde la fraternité qui nous relie les uns aux autres.
Et de la même manière que tu ne regardes pas le visage mais le cœur, donne-nous de regarder tous nos frères avec ton regard pour construire la fraternité du cœur, celle que nous révèlent d'abord les petits, les humbles et les pauvres.
Ce sont ceux-là qui ont ta faveur, avant les sages et les savants, parce que, ne possédant rien, ils sont disponibles pour ne s'enrichir que de toi.
Seigneur, donne-nous un cœur de pauvre, un cœur d'enfants qui n'ont pas peur de s'adresser à leur père pour lui présenter leurs désirs les plus profonds et les plus fous. Et nous savons que, même si tu n'exauces pas aujourd'hui tout ce que nous te demandons, tu nous donnes le « pain de ce jour ».
Ce pain, c'est la force qui nous permet de continuer d'avancer malgré les obstacles. Ce pain, c'est ta lumière qui éclaire notre nuit. Ce pain, c'est l'invitation au partage, en famille, avec les amis et avec tous ceux avec lesquels nous sommes en relation pour travailler, pour réfléchir, pour lutter contre l'isolement.
Dieu Notre Père, donne-nous le pain de ce jour, mais donne-nous aussi le Pain de la Vie. Le pain de ta présence en nous et avec nous. Le pain qui fait de ton peuple une communauté animée par ton Esprit-Saint et qui peut accueillir la richesse de ta grâce qui nous invite à regarder au-delà des situations qui nous déstabilisent et de nos incertitudes sur l'avenir à vues humaines.
Dieu Notre Père, rassemblés en ce jour en ton nom, nous croyons que tu es proche, amour et miséricorde.
Bénis notre rencontre. Accorde à chacun la nourriture dont il a besoin pour la route. Ouvre nos esprits et nos cœurs pour que notre fraternité dans les épreuves soit aussi une fraternité dans l'espérance et dans la foi.
Bénis aussi toutes les familles que nous représentons.
Et dans la confiance nous te prions…
Notre Père…

Monseigneur Michel Guyard
Conseiller spirituel national
de Relais Lumière Espérance

Rencontre nation
"Maladie psychique

Pourquoi ce thème ?

Pour beaucoup d'adhérents de Relais Lumière Espérance, la dimension spirituelle chrétienne a compté fortement dans leur contact puis leur cheminement avec notre association, et son importance n'a pas diminué avec le temps, bien au contraire.

Mais à mesure que cette importance s'affirme et se dessine avec une précision croissante, la dimension spirituelle se diversifie et nous sentons combien elle est forte dans ce qui nous relie à nos proches malades, combien nous sommes désireux de la partager avec eux.
Ce partage ou cette participation nous sont de plus en plus nécessaires mais ne sont pas à sens unique (de nous à eux …). Ils sont d'une grande variété, explicites avec les uns, implicites avec d'autres, directs ou indirects … Ils exigent que nous acceptions la réciprocité. Ils nous demandent du tact, du respect, de la retenue (nous n'avons pas à forcer la porte du cœur de nos proches).

En fait, nous vivons avec nos proches malades les mêmes fondamentaux que dans nos relations humaines en général, et la dimension spirituelle s'y invite avec simplicité et évidence, mais il s'y vit des aspects singuliers et nous sommes appelés - c'est un appel du Seigneur – à les accueillir en pleine conscience, à y consentir et à en faire une occasion de grandir dans l'amour de nos proches.

La table ronde du matin et les ateliers de l'après-midi nous donneront à la fois une vue d'ensemble et les pistes d'attention et de comportements concrets dont chacun a besoin pour se situer, pour prendre la bonne orientation, pour affiner et renforcer nos liens avec nos proches, pour passer notre relation à l'épreuve du réel.

Hubert Peigné
Président de Relais Lumière Espérance

Le rapport moral et d'activités de Relais en 2015 présenté lors de l'assemblée générale, l'homélie de Mgr Guyard, la table ronde, l'atelier de Véronique Dufief (« Quand c'est difficile pour moi, donne-moi quelqu'un à aimer », celui du Frère Jean-Pierre (« De la tutelle morale à l'amitié spirituelle ») et celui managé par Mgr Michel Guyard ont été enregistrés ; ils sont disponibles sur le site de Relais (http://www.relaislumiereesperance.fr/)

Première intervention : Véronique Dufief

Nota préliminaire : Véronique a livré un témoignage très personnel formant une grande unité. Il est apparu difficile de trop le résumer. Aussi, vous avez une longue synthèse respectant le plus possible la trame générale, le détail des illustrations, ainsi que les mots même utilisés …

Véronique a commencé par remercier ses parents et ses amis qui lui ont, selon ses mots, sauvé la vie. « *C'est grâce à eux que je peux aujourd'hui louer le Seigneur* ».

dépensez ! … Je repense aux réactions de Sainte Bernadette à Lourdes lorsqu'on l'interrogeait sur les apparitions, elle répondait simplement « Elle m'a parlé comme à une personne » .Vos proches sont aimés de Dieu, vous les aimez, vous vous battez pour eux et avec eux. Pour leur bien, vous êtes souvent obligés de leur dire «non » ! …. tout cela est difficile, très difficile à vivre …un vrai combat. L'Esprit-Saint travaille dans le cœur de vos proches et vous êtes aussi témoins de sursauts de vie, …moins centrés sur eux, ils sont plus ouverts…. alors vous accueillez des chemins d'Espérance : oui, il y a d'autres chemins possibles, vous les espérez …
Vos proches non diagnostiqués sont une très grande souffrance pour vous les parents et de ce fait vous êtes très très seuls. D'où l'intérêt du groupe Relais : pour partager, vous écouter, vous épauler. À travers le poids de vos vies, de tout ce que vous portez, aidez-vous à voir pointer des signes d´Espérance et à vous porter mutuellement lorsque vous êtes dans la nuit, par la prière pour eux, pour vous-même, les uns pour les autres. Dieu est venu porter avec nous le poids de nos vies *: « Il a pris la dernière place… »*.
Puis notre Évêque nous invite à rester proches de la Pastorale de la Santé (une nouvelle équipe vient d'être nommée), de la Pastorale Familiale et du Service de La Diaconie qui porte le souci du frère ; tout en soulignant que les troubles psychiques et le handicap mental ne sont pas du même ordre. Enfin notre Évêque nous encourage à faire connaître largement notre groupe, groupe de partage dans la confiance qui libère et fait découvrir ensemble des Paroles d'Espérance.
Notre rencontre s'est terminée par la messe où nous avons confiés au Seigneur, Relais, tous nos proches et nos familles ainsi que toutes les familles touchées par cette épreuve de par le monde.
Un « délicieux » pot de l'amitié a conclu cet après-midi dans la joie et l'amitié ».

• La formation des aidants familiaux

Depuis sa création, l'Unafam offre des formations destinées à soutenir les familles et à les aider à pérenniser l'aide auprès de leur proche souffrant de troubles psychiques.
La formation des aidants familiaux repose sur le développement des compétences des proches de malades. Rappelons, à cette occasion, que 70% des patients vivent sous le même toit ou bénéficient du soutien de leur famille.

• L'Unafam organise 2 formations pour les proches de malades psychiques :
La formation « Troubles psychiques » a pour objectif l'acquisition de connaissances concernant les maladies et le handicap psychique ainsi que les différentes offres de soin et les structures sanitaires, médico-sociales et associatives du département. Cette formation d'une journée, est dispensée par un binôme constitué d'un bénévole et d'un professionnel (psychologue, infirmier de secteur psychiatrique, cadre de santé…).

• La formation « Prospect famille » est destinée aux aidants familiaux, affectés par les troubles psychiques graves d'un proche et qui souhaitent disposer d'outils pratiques et éprouvés, afin de pouvoir tenir dans la durée, malgré la difficulté quotidienne, souvent extrême, que représente l'accompagnement d'un proche malade. Cette formation dure 20h réparties sur 2,5 à 3 jours et les animateurs sont directement concernés par la maladie psychique d'un proche et formés à l'animation par l'Unafam.
Informations et inscriptions auprès de la délégation Unafam la plus proche de chez vous.

• Psycyclette 2016, top départ le 15 juin 2016 !

Du 15 au 22 juin 2016, l'Unafam lance la troisième édition de Psycyclette. Psycyclette, c'est un Tour de France contre les idées reçues et un défi audacieux : traverser la France à vélo en faisant participer des personnes souffrant de troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis.

• A lire dans " Ombres et Lumière "

N° 208 de novembre-décembre 2015
* **La maladie psychique au quotidien** :

« ***Notre seconde fille, Olivia, âgée de 14 ans, a été diagnostiquée anorexique mais elle refuse tout soin et les médecins consultés disent qu'ils ne peuvent rien faire sans son consentement. Le chaos s'est abattu sur la famille et les repas sont un cauchemar. Quelle attitude avoir ?»*** - Les *points de vue de Patrice Van Amerongen, psychiatre, et d'Agnès Auschitzka, journaliste (p.8-9)*.

N° 209 de janvier-février 2016
Numéro spécial : Professionnels du Handicap

Témoignage : **« Amener les enfants un peu plus loin »** par Sylvie, qui a travaillé 5 ans dans une IME pour enfants autistes *(p.8-9)*
« **Un équilibre à trouver»** : témoignage d'Antoine, éducateur spécialisé dans un centre pour adultes autistes *(p.22)*
« Un jour, j'ai craché sur un patient » : Interview de Mary Dorsan, infirmière psychiatrique, auteure du livre « Le présent infini s'arrête » *(p.24-25)*
« Autour de la maladie psychique, l'alliance thérapeuthique » par le Dr Bonamour du Tartre, psychiatre *(p.40-41)*

N° 210 de mars-avril 2016
* **La maladie psychique au quotidien** :
« Mon fils est atteint de troubles psychiques et se met à blasphémer. J'en souffre. Un prêtre m'a conseillé de lui faire rencontrer un exorciste. Qu'en pensez-vous ?» - Les *points de vue de Monique Durand Wood, théologienne, ancien aumônier d'hôpital psychiatrique, et de Patrice Van Amerongen, psychiatre (p.8-9)*.

Repères : Construire des ponts avec des personnes autistes
Extraits de l'intervention de Mgr Tony Anatrella, prêtre psychanalyste, lors du colloque international sur les troubles autistiques qui s'est tenu au Vatican en novembre 2014 *(p.32 à 34)*.
Témoignage : Nos enfants ne sont pas responsables de leurs actes par Monique, mère de schizophrène *(p.42)*

>> Nouvelle des groupes

Que ce soit au niveau local ou au niveau régional, les groupes Relais mènent des réflexions, organisent des rencontres… dont le contenu peut intéresser beaucoup d'entre vous. Dans ce numéro, outre les deux méditations sur l'année de la miséricorde, nous publions des nouvelles du groupe de Moulins ; nous espérons avoir encore beaucoup d'autres contributions pour les Liens suivants (elles sont aussi mises en ligne sur le site Internet de Relais).

• Nouvelles du groupe de Moulins

Le groupe de Moulins nous a transmis le compte-rendu de deux réunions qui peuvent intéresser beaucoup d'entre vous : **« A Moulins, suite à la rencontre du Samedi 28 novembre 2015**, après l'écoute d'un extrait de la conférence de Monique Durand Wood sur **« Comment faire cohabiter tristesse et espérance »,** vous trouverez ci-dessous notre réflexion qui nous a amené ensuite à prier avec la « parabole de la semence qui pousse toute seule » dans Marc 4, 26-29 et nous sommes repartis avec dans le cœur, un petit pot de terreau et sa semence à cultiver, à travailler, à arroser, à aimer dans la confiance… la tristesse se transformera en joie ! ».

Tristesse

. Le pire.
. On l'accueille.
. On ne lutte pas contre elle.
. Elle nous rend solidaire de la souffrance du monde.
. C'est le terreau de l'espérance.
. Elle n'a pas le dernier mot.

Espoir

. L'action, mise en œuvre.
. Aide.
. C'est important d'avoir de l'espoir pour avancer et entreprendre.
. Résultats.
. Energie positive.
. Attitude humaine.
. Attente d'une guérison.

Espérance

. Conviction.
. Vertu théologale.
. Eclaire la vie.
. Change le regard.
. Même sans guérison, elle est là et n'attends pas de résultat.
. Moment étoilé.
. Nourrit la vie dès maintenant.
. Tout être humain est une histoire sacrée.
. Elle mène à la joie.
. Elle est liée à la Foi.
. Elle est surnaturelle.
. Elle n'est pas innée.
. C'est un lieu sacré, imprenable et accessible à Dieu.
. C'est le lieu de la prière.
. C'est un choix de vie.
. Elle éclaire la vie.
. Elle est tonique, contagieuse et s'empare de la tristesse.
. Elle donne du fruit.

Ce qui la fait grandir

. En la cultivant.
. En la travaillant.
. En l'arrosant.
. En étant attentif à la beauté sous toutes ses formes.
. En étant confiant.
. En se laissant imprégner par la parole de Dieu.
. En suivant le modèle de la Vierge Marie.
. En espérant pour les autres et en se laissant porter par les autres quand on ne peut plus.
. En étant humble et fraternel.

• Rencontre avec Mgr Laurent Percerou (évêque de Moulins)

23 janvier 2016

« Lors de la rencontre du Samedi 23 janvier 2016, nous avons eu la joie de recevoir notre évêque, Mgr Laurent Percerou pour un après-midi de partage avec comme thème **« Le mouvement Relais Lumière Espérance au service des familles et amis de personnes en souffrance psychique».** Ce thème a été choisi pour que notre évêque puisse prendre connaissance de ce qu'est Relais, comment il fonctionne et sa dimension spirituelle qui aide toutes les familles en souffrance à trouver un sens à leur épreuve. Nous avons donc privilégié le temps d'écoute des familles pour qu'il puisse mieux nous connaitre.

Durant nos échanges, quelques points ont été soulignés :

1) Le comportement vis-à-vis de nos proches

- Ne pas se culpabiliser car il n'y a pas de famille idéale.
- Changer son regard. Le regard bienveillant donne courage et force.
- Savoir refuser des choses pour leur bien et connaitre ses limites.
- Pour accompagner le mieux possible nos proches, s'informer et se former sur les troubles psychiques (UNAFAM, Pro Famille…)

2) Ce que nous apporte Relais

- Même au sein du groupe, chacun porte le poids de sa vie.
- Dans le groupe, on partage, on confie au Seigneur nos difficultés.
- Le partage de la Parole de Dieu nous libère.
- Souvent au sein de Relais, des chemins d'espérance sont indiqués par les autres.

3) Ce que Relais apporte à l'Eglise

- Un accueil et un regard bienveillant sur toutes ces familles et leur proche pour les accompagner spirituellement dans l'épreuve.
- C'est important de faire connaître au-delà du groupe ce que sont les troubles psychiques pour lutter contre la stigmatisation.

Suite à ces échanges, voici quelques réflexions de Mgr Laurent Percerou.

Il nous dit : *« je me sens très humble »* en écoutant vos itinéraires de vie, de foi, vos vies de couple, la vie de vos enfants que vous accompagnez c'est toute la famille, toutes vos familles qui sont ébranlées, votre position de parents est très difficile oui très difficile !… en vous écoutant je me dis, qu'elle énergie vous

ale de Relais à Paris

Le 30 avril 2016

et vie spirituelle"

Présentation des participants à la table ronde

Le père Bruno Cazin,
prêtre-médecin, Vicaire général du diocèse de Lille, auteur de "*Dieu m'a donné rendez-vous à l'hôpital" (Ed. Bayard, Bayard 2015)*. Bruno Cazin nous livre le récit personnel de ses trente années d'expérience à l'hôpital à la fois comme médecin et comme prêtre.

Agnès Auschitzka,
qui a animé la table ronde. Psychologue, théologienne, ancienne journaliste de La Croix), membre de la famille d'une personne en souffrance psychique et enseignante auprès de jeunes en difficultés, elle est auteur de plusieurs livres dont « *Traverser les épreuves de la vie avec nos enfants », (Ed. Bayard 2001).*

Véronique Dufief,
normalienne, éditrice, auteur de « La souffrance désarmée » (Ed. Salvator 2013).
Bipolaire depuis l'âge de 25 ans, Véronique Dufief, aujourd'hui âgée de 52 ans, a été confrontée à une traversée de la souffrance sur le long terme puisque cette maladie ne se guérit pas mais au mieux se stabilise. Elle a approfondi à travers l'expérience de la fragilité ce que signifie l'accueil inconditionnel de la vie : s'accueillir soi-même d'abord comme personne atteinte dans son identité par une souffrance aliénante. Accueillir l'autre ensuite parce que la maladie mentale affecte directement, parfois de manière catastrophique, la relation d'altérité. Accueillir enfin l'aujourd'hui de la vie parce que guérir n'est pas un miracle qui aurait eu lieu mais un geste intérieur que chaque jour renouvelle.

Être malade d'amour

«*Je suis tombée malade d'amour*» ainsi qu'il est dit dans le cantique des cantiques. « *C'est cette maladie d'amour qui aiguise mon désir d'être là ce matin, de ne pas vivre comme une machine mais de vivre d'un souffle. C'est bizarre de tomber malade d'amour après tous ces concours réussis que j'ai passés, j'ai compris rétrospectivement que c'est parce que je n'ai pas su recevoir l'amour de mon papa et de ma maman (d'où mon souci de gagner cet amour en passant des concours). Je n'arrivais pas à me laisser aimer, il a fallu que je tombe malade pour cela* ».

« On est tous Mystico-dingos » : une maladie du sens

« *On peut tous avoir une partie de soi qui a une aspiration mystique à se prendre pour Jésus et à vouloir sauver le monde. Ma maladie est aussi une 'théopathie'* ». Véronique décrivant des nuits d'insomnie délirante avec sons de cloche et chant du coq, a souligné que pour elle le délire était comme le paroxysme de la souffrance : « *devant le vide abyssal, il n'y avait plus d'autre issue que de donner un sens déraisonnable aux choses (comme piéton marchant dans la rue, elle se sentait contrainte de faire demi-tour devant un panneau de « sens interdit » … Pendant des années toute retraite religieuse était pour elle impossible car elle aurait été pathogène…* ».

Le soutien de la famille et des amis qui sauvent

« *Quand la maladie s'est déclarée à 24 ans, j'ai dû traverser une hospitalisation de trois mois, puis quatre mois en maison de repos. Ce qui m'a beaucoup aidé c'est que papa et maman se laissent désarmer, qu'ils acceptent que leur fille, la petite Véro soit en enfer, on ne sait pas si la guérison est possible s'il y aura une sortie de l'hôpital. J'étais défigurée par*

l'Haldol et portais un chapeau tout le temps car j'étais devenue photosensible. Mes parents ont accueilli à bras ouverts ce qui a pu m'arriver. L'année d'après j'ai passé un mois au Québec, où j'ai dépensé un an de salaire. Mon père a tout réglé. Sans leur relais, leur lumière, leur espérance, je n'aurais pas survécu et je n'aurai pas vécu la paix que j'ai aujourd'hui. Deux amies ont également été très importantes pour moi. Quand elles ont réalisé que j'étais seule elles sont venues me voir souvent. Le Seigneur a été présent dans toutes ces personnes et ce malgré cette maladie psychique qui fout la trouille à pas mal de gens ».

La plongée dans l'angoisse

« *J'ai plongé personnellement dans l'angoisse des psaumes. Le matin, on se dit 'à quand le soir'. Le soir, on se dit 'à quand le matin'. Et l'on sait que cette angoisse va durer des jours, des semaines, des mois, des années. Pendant longtemps la seule prière possible pour moi a été les premiers mots du de profundis : 'des profondeurs, j'ai crié vers toi'* ».

L'issue : le cœur du Seigneur permettant l'Ouverture

« *J'ai trouvé des réponses dans la psychanalyse, tant et si bien que je voulais emmener tout le monde chez le psy, mais celle-ci ne répond pas à toutes les questions. Il y a un coin de notre cœur où l'on a du mal à s'aventurer car c'est là où est la mauvaise image que l'on a de soi. C'est là aussi où est l'ardent désir d'aimer et être aimé. Pour arriver dans ce lieu-là, il faut que quelque chose de la vie nous renvoie à notre dénuement intérieur. Ce dénuement est celui au fond de chacun. Mais il y a une ressource ouverte à tout le monde : c'est laisser son cœur se dilater. Mon cœur a fini par se laisser habiter par la présence du Seigneur. Cela passe par l'apprentissage de vivre 'au jour le jour', l'apprentissage 'petit à petit' du moment présent. Alors, la peur m'a quittée. J'ai eu l'audace de faire cette prière : « Sacré-Cœur de Jésus prends la place de mon cœur ». Je laisse désormais le Seigneur me donner son cœur et je peux faire cette expérience toute cachée, dans la discussion avec la caissière, avec ma petite étudiante qui a des soucis. La souffrance m'a évidée, comme dans le livre de Job je peux dire « la souffrance m'a raclée jusqu'à l'os ». L'océan de la souffrance m'a sculptée comme ces bois flottés. Il n'y avait plus de cloisonnement en moi. Le seigneur peut aller partout en moi désormais, les écuries d'Augias et le cabinet de Barbe-Bleue ont été vidés. La souffrance s'est faite promesse d'amour, promesse d'ouverture du cœur* ».

Agnès animant les débats a suggéré que cette souffrance avait « facilité » cette ouverture, Véronique a corrigé pour insister sur le fait que cela l'a « permis »…

Questions à Véronique Dufief

La vie spirituelle permet-t-elle d'être guéri ?

« Je pense à la phrase de la Bible, 'je suis le Seigneur celui qui te guérit'. Cette phrase est au présent. Je n'aurai jamais fini de guérir. Je découvre chaque jour de nouvelles façons de guérir. Ma seule priorité désormais est d'être disponible, de me laisser guider par toutes les personnes que je croise et qui donnent du sens. Je n'ai plus de projet. Mon projet d'être là, se laisser conduire, se laisser faire : ne plus avoir besoin de la petite calculette que l'on a derrière la nuque et qui nous fait penser à tort que l'on doit mériter l'amour de Dieu'».

Comment faire quand l'amour que nous avons pour nos enfants malades en prend un coup lors de leur rechute ?

« Quand il y a un moment de tension et de scène de ménage à la maison (mon mari s'appelle Pierre et il est colérique, mais il est là depuis 20 ans, il porte bien son nom)… alors, je m'assois dans mon fauteuil, et je dis à Dieu : je te laisse faire… et ça marche à tous les coups. Cela évite de nous lancer des assiettes de brocoli au visage comme cela est arrivé. Comment maintenir le désir d'aimer ? *Depuis que je vais mieux, je mesure tout ce qu'ont fait mes proches… Parfois je pense que la souffrance des tiers (comme dans les statues de la pietà) est encore pire, même si elle est moins spectaculaire que la maladie même* ».

Il y a eu également le témoignage bref mais fort d'un couple de malades psychiques, elle bipolaire, lui schizophrène, elle a souligné qu'une chose est importante pour eux : « on a à se dire que nos proches reçoivent de nous ».

Comment ne pas rester enfermé dans le refus et le déni des malades mais rester dans la confiance et l'espérance ?

Véronique : « *Il faut accepter l'impuissance. Il faut renoncer à une compréhension intellectuelle de la maladie* ». Véronique a indiqué privilégier aujourd'hui les mots d'amour, les câlins, et les manifestations de tendresse. «*Il n'y a que cela qui porte, manifester cet amour quoi qu'il arrive* ».

Mon fils de 33 ans a une très grande religiosité. Est-ce de l'ordre du pathologique ?

Un témoignage en écho a repris le questionnement quant à un fils qui rechute après une retraite et demande alors d'être exorcisé. Agnès a indiqué que cette question ne sollicite pas vraiment une réponse mais qu'elle doit être sans cesse reposée.

Est-ce que la certitude sur le chemin du bonheur peut nous aider sur le chemin vers Dieu ? Est-ce que les oscillations du moral suscitent le doute ?

En écho un témoignage de la salle remerciant d'avoir parlé de la « zone de bonheur » qui est au fond de notre souffrance. Véronique a insisté de nouveau sur cet aspect : « *ce bonheur-là personne ne peut nous le prendre, il est comme le ciel bleu au-dessus des nuages quand on fait un vol en avion. Cette merveilleuse*

Mangala

Témoignage :

d'un frère

Touchée par la schizophrénie et par une leucémie qui l'a emportée, Mangala, décédée à 45 ans, était une enfant adoptée et venait d'Inde. Tout allait bien jusqu'à ses 10 ans où elle a basculé dans la schizophrénie.
Le fils de Thérèse, donc le frère de Mangala, Pierre, au cours des obsèques, a fait un témoignage émouvant dont voici quelques extraits...

« Mangala qui a connu à la fois plein de joies, des moments de bonheur et de quiétude, a aussi traversé de longues périodes de troubles, de détresse physique et émotionnelle, de souffrances et de luttes. Mais enfin, elle trouve sa juste place dans la sérénité et la paix tout en ayant un regard bienveillant sur les siens.

Au cours de sa vie, Mangala nous a tous impressionnés et affectés bien que son existence ait semblé être, à première vue, une grande confusion. Il faut revenir à l'essentiel pour dissocier Mangala de sa maladie psychique qui l'a accompagnée si longtemps : autant sa maladie a été source de contraintes extraordinaires et d'exigences importantes, d'abord envers elle-même, puis, par conséquence envers tous ses proches, autant sa vie a été source de joie, de partage et d'inspiration pour nous tous.

Auprès de tous ses proches, elle a pu exprimer ses joies, se faire gâter, se faire flatter par rapport à sa coquetterie, et aussi, participer pleinement dans chaque vie quotidienne en travaillant pour le bien de tous. En résumé, en recevant et donnant pleinement l'amour.

Penser à Mangala, c'est être impressionné par sa vitalité, sa capacité d'adaptation et son intelligence hors norme. Très peu de mois avant que nous allions l'accueillir à Bombay en juillet 1976, elle a été recueillie à la maison des enfants de sainte Catherine où elle a très rapidement appris l'anglais, puis, subitement, elle a changé de civilisation, de climat, de nourriture. S'est séparée de ses amis : Banou, Rakesh, sister Vida, et bien d'autres, pour venir rayonner en Bretagne, chanter, nous dire que sa meilleure amie Charlotte est rigolote. Et, en moins d'un an, dans sa nouvelle langue, le français, s'est placée dans les tout premiers de sa classe de CP.

Mangala, c'est aussi une franchise, entière, directe, et sans arrière-pensée. Une telle franchise ne peut exister sans une confiance absolue que Mangala savait donner, et en retour, à l'importance de la parole qu'on lui donnait.

Mangala nous a appris à accepter et à ne pas juger, grâce à elle, nous avons eu la chance de rencontrer des personnes extraordinaires.

Merci à toi, Mangala, tu nous as beaucoup fait gagner en humanité.

Témoignage :

de parents

Qui entendra nos cris ?

Venus d'Annecy, nous habitons près de Versailles depuis treize ans. A seize ans, notre fils fit voler en éclats tous les cadres de la famille, de l'école et de la société : deux ans de violence familiale, de délinquance (deux jugements), de folie non reconnue par les psychiatres. Pour la famille l'ère du chaos commence. La sœur fugue ; le frère rentre dans une coquille d'où il n'est plus sorti…

Seigneur, entends nos cris.
Juste avant ses dix-huit ans notre fils est conduit à l'hôpital psychiatrique sur notre insistance, (il en tiendra gré à son père plus tard). Le vendredi saint, les soignants nous annoncent qu'il délire franchement, des heures durant. Cette année-là, nous ne participerons pas aux célébrations de Pâques ; nous resterons au pied de la Croix.

Qui entendra nos cris ?
Notre fils refuse les traitements médicaux. Notre vie reste chaotique, les jours comme les nuits (pompiers, gendarmes, etc…) Les séjours à l'hôpital du secteur succèdent aux crises (douze hospitalisations en huit ans). Lorsqu'il atteint vingt-et-un ans, la prise en charge à l'hôpital de jour pour jeunes adultes où il progressait s'arrête. Rien n'est prévu pour la suite. La chute dans le vide des journées à la maison est rude pour tous.

Qui entendra les cris de notre fils en détresse qui refuse de n'être pas "comme tout le monde" ?
Un de ses camarades nous demande des nouvelles de sa santé (il est devenu médecin !), un autre vient le voir à l'hôpital. Des collègues de son père pédalent le week-end avec lui. Un jeune couple d'anciens chefs scouts vient voir Louis, l'invite ou nous invite tous les trois.

Qui entendra les cris de tous ces malades psychiques, schizophrènes, bipolaires, paranoïaques, qui demandent, implicitement ou explicitement, à ne pas être regardés seulement comme des malades, mais comme des hommes et des femmes avec qui l'on peut parler ?

Entendez nos cris vous tous qui connaissez notre détresse !
Nous avions déjà sollicité des "psy" pour prendre soin de notre couple et de chacun de nous. Nous avions participé aux groupes de parole de l'UNAFAM (*), et surtout profité de son merveilleux numéro d'appel "écoute famille". Désormais nous crions et parlons notre drame tous azimuts. Des mains se tendent : des voisins font preuve de compréhension. Les membres de notre équipe d'ACI viennent de loin faire systématiquement réunion chez nous, pour que nous puissions rester en veille. Des amis nous soutiennent, sans nous donner de conseils inadaptés. Certains nous hébergent quand nous sommes en danger chez nous.

Qui entendra les cris de toutes les familles laminées par la maladie psychique d'un des leurs ?
Seigneur, merci de nous avoir déjà répondu par ton Eglise, qui a soutenu la fondation du mouvement "Relais Lumière Espérance". A Versailles, nous avions pu participer à une équipe où rencontrer parents, conjoint ou sœur de malades. Il y faisait bon déposer son paquet, être compris par des compagnons certes très différents, mais rendus si proches par l'expérience du tsunami "maladie psychique". Avec l'aide de notre accompagnateur spirituel (prêtre en l'occurrence) nous avons mieux vécu cette fraternité comme lieu de présence du Christ en nos vies. Nous nous y sommes nourris les uns les autres pour pouvoir reprendre la route.
Cette expérience, nous aimerions la prolonger ici, et que d'autres puissent en bénéficier aussi. C'est pourquoi nous souhaitons créer une équipe sur le bassin annécien avec des personnes souffrant de l'état psychique d'un proche.

(*) UNAFAM : Union Nationale des Familles et Amis de Malades Psychiques

image qui témoigne de comment le cœur est construit. Elle indique bien le fruit de la résurrection : 'je vous laisse la paix'».

Seconde intervention : le Père Bruno Cazin

Le Père Bruno Cazin a d'abord été médecin, puis est devenu prêtre, et a obtenu de son évêque de continuer en parallèle ces deux vocations. Il a 30 ans d'expérience auprès de malades leucémiques ; cette maladie a des conséquences importantes, psychologiques et spirituelles. Pour lui les malades vivent un véritable combat spirituel. Le Père indique : *« je suis resté si longtemps médecin et prêtre car j'ai appris le Christ à l'hôpital »*.
Les malades témoignent de leur expérience du dépouillement et de la perte, ils disent qu'alors alors ils savent qui sont leurs vrais amis … Il n'y a que des parcours singuliers. Tout discours général est un peu faux. En tout état de cause c'est toujours un combat pour accepter ses limites et ce « consentir » peut prendre 30 minutes ou 10 ans. Et le malade passe par tout un travail intérieur, avec des phases de déni, de rébellion, de colère et de révolte… Il s'agit d'accepter sa fragilité, sa solitude, sa dépendance…
« *Je me rappelle un malade en rémission du cancer depuis sept mois. Il disait à chaque fois que je le voyais 10 fois merci. Il m'a dit que le plus dur pour lui ce n'est pas la maladie mais la société car toute la vie, il a été pris pour un illettré. Or il m'a dit avoir retrouvé sa dignité à l'hôpital car là il a été soigné comme les autres. Il m'a redit encore une fois merci, le jour de sa mort, 'merci' car grâce à cela il peut mourir en paix. Et ce merci qui m'était adressé a enchaîné sur un 'merci mon Dieu' qu'il a formulé alors qu'il n'était pas 'croyant'* ».
« *La vie spirituelle existe chez tous les malades. À l'hôpital il y a changement de plan : la foi chrétienne je l'ai découverte à l'hôpital, avec un accent particulier de vérité. Le Christ nous sauve car il a accepté d'être dépouillé, d'être désarmé. Je pensais à l'épître aux hébreux : « tout fils qu'il était, il a pris l'obéissance et pour tous ceux qui veulent obéir il est devenu signe de la vie éternelle* ». Un autre témoignage de malades est éclairant : « je vous dis merci car grâce à vous j'ai appris lui ». « *Ce qui éclaire l'expérience de l'hôpital, ce sont des béatitudes. Comment dans ce monde de violence laisser la douceur faire son chemin. Alors s'impose la prière, Père, je te loue car ce que tu as caché aux sages tu l'as révélé aux tout-petits* ». Père Bruno témoigne que l'un de ses patients à la veille de sa mort à 75 ans lui a dit : « *tout le monde va dire tu pars trop tôt, eh bien on sait bien ce qui compte ce n'est pas le nombre c'est la qualité*». Le malade doit aussi se battre avec cette tendance à « compter ».
« *Les malades physiques vont bien plus vite que les bien portants en matière spirituelle et quelquefois quand ils guérissent ils régressent* ». Ce sur quoi Véronique Dufief a indiqué « *je confirme* ». Le travail de vérité par rapport à soi-même est un travail de dévoilement de Dieu, « *quand Dieu est trop évident, ce peut être une idole. Dieu est un Dieu caché, au cœur de chacun, comme l'a dit Saint-Augustin aucun homme n'est privé de Dieu* ».

Questions au père Bruno Cazin

Est-ce que la vie spirituelle permet de guérir ?
« Je ne sais pas. Je ne crois pas. Dans le monde anglo-saxon, on mesure l'impact de la vie spirituelle et de l'accompagnement sur les symptômes : « le spiritual Care » …Pour ma part, je suis plutôt agnostique en la matière.
La guérison ce n'est pas un état c'est un chemin qui s'ouvre. Il suffit de voir l'évangile chaque guérison permet de donner la possibilité de continuer la route ».

Comment ne pas rester enfermé dans le refus et le déni des malades mais rester dans la confiance et l'espérance ?
« Il est important de renoncer à comprendre comme l'aveugle né dans le chapitre 9 de Jean : il est interrogé d'où vient l'origine de son mal, de quel péché, Jésus répond ni de lui, ni de ses parents, mais pour que les œuvres de Dieu soient manifestées ».

Que penser de l'excès de la religiosité chez les malades psychiques ?
Agnès souligne que *« cette question ne peut que rester sans réponse sinon on risque de se fabriquer des idées* (joli lapsus… repris immédiatement par Agnès)… *des idoles ».* Le père Bruno souligne qu'il faut « *sortir d'une conception magique de Dieu. L'apparition du Christ ressucité n'est jamais évidente. Dieu n'est pas quelque chose à voir, un objet, mais quelqu'un à rencontrer : à Emmaüs, dès qu'ils le voient… il disparaît…».*

Comment avez-vous pu cheminer dans la foi ? Avec quels moyens soutient-elle des patients ?
Pour le père Bruno Cazin *« la réponse est toute simple : la prière des heures et les malades. J'ai mis du temps à me décider pour ne plus me consacrer qu'à mon sacerdoce car j'ai eu l'impression de quitter un haut lieu spirituel ».*

Compte-rendu fait par Thierry Moutard Groupe de Bordeaux

Le déjeuner

Cinq ateliers se sont déroulés l'après-midi

1 Atelier

Monseigneur Guyard : entre la vie spirituelle des personnes souffrantes et celle de leur famille, un échange et un soutien réciproques

Nos proches ont une vie spirituelle qui souvent nous interpelle et suscite chez nous soit de l'incompréhension soit des interrogations ou même quelquefois de belles occasions de partage et d'approfondissement … Un grand nombre de malades psychiques a un désir de Dieu qui n'est pas toujours exprimé par des mots ; l'un d'entre nous témoigne : « Je ne sais pas quel est le poids de la vie spirituelle de mon fils. En effet il est difficile de mesurer leur vie spirituelle car ils vivent souvent dans un autre monde ». A quoi Mgr Guyard répond : « On ne peut pas percer le mystère de la relation d'une personne à Dieu ».
Brigitte Descourtieux, auteur d'une petite brochure : *Douce et Myriam,* où elle relate son expérience de vie auprès de sa fille schizophrène, témoigne que sa fille vit sa maladie psychique avec une grande recherche de foi, il lui est plus simple de l'exprimer que ses frères et sœurs, non malades … Elle les porte dans la foi et tout en étant la plus fragile, se révèle en fait la plus forte à ce niveau ; très jeune d'ailleurs, elle a demandé le sacrement des malades.
Mgr Guyard précise alors que souvent nos malades stimulent notre foi ; il nous pose la question : *« Est-ce que nous nous portons mutuellement dans la foi avec nos malades ? »* et ajoute :
« Le domaine de la foi est très important pour eux ; il s'agit pour chacun de nous et de nos proches d'une histoire unique qui nous échappe et que nous avons à respecter : celui du mystère de la relation à Dieu ».
Quelquefois, des personnes en souffrance psychique expriment de manière plus évidente que nous leurs préoccupations spirituelles, ce qui nous peut nous étonner : il faut vérifier l'authenticité de ces manifestations car elles peuvent nous révéler ce qu'est la véritable relation à Dieu. Les grands mystiques ont des manifestations psychiques qui nous échappent, ainsi par exemple nous dit Mgr Guyard, Ste-Thérèse d'Avila ; or certains la considèrent comme une malade psychique … Cela nous fait découvrir un des aspects du mystère de Dieu.
Les équipes Relais sont un bon lieu pour réfléchir ensemble sur ce que nous apportent les manifestations psychiques de nos proches fragiles ; l'Evangile nous est aussi révélé par les malades psychiques car le Seigneur nous parle à travers ce qui nous échappe … On peut échanger avec des personnes qui ne sont pas de notre famille et nous soutenir entre nous : c'est une vie *« en communauté »* de soutien et de prière où l'on porte d'autres malades pour un chemin de guérison ensemble.
L'une de nous témoigne alors de sa transformation intérieure grâce à la maladie de son mari : le chemin, l'accompagnement que nous faisons avec eux est une proposition du Seigneur pour nous ; nos malades nous obligent à consentir à nous dépouiller (Véronique Dufief dit : *« Je suis comme un bois creusé »*), à nous décentrer de nous-mêmes et à avoir une confiance en Dieu qui ne nous est pas familière. C'est un *« chemin de vie »* précise Mgr Guyard, *« un chemin positif »* alors que l'on se sent dans une *« impasse »*. Par notre consentement, le Seigneur nous fait avoir une autre relation avec Lui, nous entrons dans une *« vraie »* relation d'Amour. C'est une école d'humilité, d'espérance et de confiance comme le témoigne la prière des Psaumes, qui est la prière des pauvres, des petits. Véronique Dufief nous a dit le matin-même : *« Les jours que je préfère sont ceux où ça ne va pas »,* expliquant que ces jours-là il lui fallait s'en remettre à Dieu.
Il nous faut consentir à accueillir le chemin des personnes que nous aimons, à la façon du Seigneur qui n'est pas la nôtre : cela modifie notre relation avec eux car l'amour ce n'est pas *« capter »* mais *« donner »*. Ainsi dans l'Evangile, Jésus guérit les cœurs... Ainsi à Lourdes, se font des centaines de guérisons intérieures, guérisons du cœur … Notre chemin spirituel d'accompagnement des personnes malades psychiques est rude et nous fait découvrir des choses…
« Le Seigneur ne nous donne jamais des épreuves sans nous donner la Force pour les vivre », conclut Mgr Guyard.

- Plus encore, en son Fils, Jésus-Christ, Il nous a sauvés d'avance et rendus libres du péché. Il nous a rendus capables de recevoir et de donner en Vérité le pardon. Il nous a fait tout à la fois destinataires et témoins de sa Miséricorde. C'est une grâce et un mystère à méditer et découvrir…

« Assister les malades », œuvre corporelle de miséricorde, et « conseiller ceux qui sont dans le doute ; consoler les affligés ; pardonner les offenses ; supporter patiemment les personnes ennuyeuses ; prier Dieu pour autrui, œuvres spirituelles de miséricorde…

- O combien cela nous concerne et nous parle, dans notre relation à nos proches malades psychiques !
- Et combien il nous faut recevoir de grâce et de miséricorde pour être capables de donner, encore et encore, et parfois apparemment sans retour !
- Et combien il nous faut de foi vivante et de consentir à un tel dépouillement !
- Nous partageons avec nos proches ce don reçu de l'amour du Seigneur : « La miséricorde, c'est le baiser de l'amour sur le péché de l'homme » disait Saint Jean-Paul II.
- Nous partageons aussi avec eux la grâce du Salut reçu en Jésus-Christ, la libération qui nous permet d'avancer, malgré le poids du péché dans nos vies et dans le monde, et malgré le poids de nos limites (parmi elles, la maladie) et de notre finitude.
- Nous expérimentons pour nous-mêmes et avec eux le bonheur d'aimer, le bonheur d'être à notre tour miséricordieux : « Heureux les miséricordieux, ils obtiendront miséricorde » (Mt 5, 7).
- Nous apprenons à croire en cette Bonne Nouvelle, source de l'Espérance véritable, source de paix et de joie profondes.

« Celui qui pratique la miséricorde, qu'il ait le sourire ! » (Rm 12, 8)… Encore une grâce à demander pour nous et à vivre, au creux de nos existences humaines : que nos visages s'illuminent du sourire de l'Amour. Il est source de guérison et de grand bien !

Témoignage :
d'une personne en souffrance psychique

A la famille aux amis,

Nous sommes à la mi-novembre 2015 : c'est un anniversaire : il y a tout juste **20 ans**, j'arrêtais enfin de travailler, et je commençais une troisième démarche de psychothérapie. Pendant 4 ans, mon principal travail quotidien allait être d'arriver **à manger**, moi, désincarnée ! Et aussi de donner le change, pour ne pas être exclue moi qui ne pouvait alors pas beaucoup aimer ! Tout cela n'évitera pas le passage par l'hôpital, j'en sortirai après sept mois, pour être accueillie chez les parents ; et c'est avec eux que je m'insérai dans une ville. Et depuis, je n'ai pas cessé d'aller de mieux en mieux !! *Merveille* ! *Etonnement*…
Alors je voudrais dire mon bonheur d'être de plus en plus en accord avec moi-même, de plus en plus forte et libre intérieurement, et d'avoir pu faire encore des choses nouvelles :

- L'accueil à la bibliothèque diocésaine et l'apprivoisement de l'informatique,
- la découverte d'un art martial, et de nouvelles rencontres,
- l'apprentissage du crawl et la maitrise du souffle,
- la confirmation des visites aux vieilles personnes,
- les conversations en anglais,
- les lectures de contes à la radio,
  et
- **une vérité et une confiance** dans la prière, et dans les relations….

Pourtant, je suis **fragile** – comme la porcelaine… – et je sais que je ne pourrai ni travailler comme documentaliste avec des responsabilités, ni vivre en couple.
Mais j'ai le sentiment d'être à ma place dans cette société. En **20 ans**, je suis passée du combat vain, de l'angoisse, de la proximité avec la mort…à la Vie « en abondance », dans la paix – dans les aléas des jours – et avec le léger déséquilibre nécessaire à la **marche**.
Tout cela est **don de Dieu** : ma joie c'est aussi d'en rendre grâce ; et de vous dire merci de m'avoir aimée, vous, chacun selon votre talent !

Et vous ? La vie… ?

Laure

« Que devons-nous faire ? »
Qu'ils soient citoyens lambda, collecteurs d'impôts, collaborateurs de l'occupant, qu'ils soient soldats, les proches de malades psychiques: la question est la même,

« Que devons-nous faire ? »
Quand on n'en peut plus, lorsque nous nous sentons impuissants, incapables de gérer la situation, quand tout échappe à nos conceptions, à nos projets, quand nous prenons conscience de notre incapacité à tout maîtriser, il reste une toute petite espérance qui nous fait dire :

« Que devons-nous faire ? »
A cette question lancinante**,** que réponds Jean :

- cessez de vous préoccuper de vous-mêmes,
- tournez-vous vers l'autre,
- partagez ce que vous avez,
- soyez droits, honnêtes,
- ne faites violence à personne, ne calomniez personne, ne soyez pas avides,
- sachez vous contenter de ce que vous avez, ne profitez pas de « votre pouvoir », de votre force.

Jean prêche la conversion, le retour à Dieu, par une vie conforme à la loi reçue par Israël.
Ils les invite, il nous invite à nous laisser transformer par cette loi, car c'est par cette transformation que vont se produire les fruits de notre conversion.
Il les invite, il nous invite à :

- **« préparer le chemin du Seigneur »,**
- préparer nos cœurs à accueillir Celui qu'ils attendent depuis tant de générations **: le SAUVEUR.**

C'est dans l'attente de sa venue, qu'il nous faut veiller et **prier**, car nous ne savons ni le jour ni l'heure, notre vie peut s'arrêter à n'importe quel moment, restons en tenue de service, prêts à accueillir et voir **le SALUT de DIEU.**

« Ce que vous faites au plus petit des miens, c'est à moi que vous le faites »
Cherchons dans la **divine Volonté,** la présence et l'action du Christ à travers celui ou celle qui nous perturbe, qui nous dérange, qui nous tourmente,
Aimons, aimons sans compter,

- c'est le plus sûr chemin vers le Christ.
- c'est le plus sûr chemin pour toucher les cœurs ;

« Quand nous prions, unissons-nous toujours, toujours, toujours au Christ. Car c'est le Christ qui priera à haute voix pour nous, couvrant notre propre voix d'hommes avec sa voix d'Homme-Dieu.
Il mettra notre prière sur ses mains transpercées et l'élèvera vers le Père, devenant hostie d'un prix infini. Sa voix, fondue avec la nôtre, montera comme un baiser filial vers le Père, et le sang de ses blessures rendra précieuse notre prière.

Soyons en Lui, si nous voulons avoir le Père en nous, avec nous et pour nous »
(Prière du Christ dans St Jean ch. XVII, v. 20/23)
Remettons tout **en La Très Sainte VOLONTE de DIEU**,
Suivons la petite voie de Ste Thérèse : que chacun de nos actes les plus humbles du quotidien, soit un acte d'amour, offert au Seigneur dans sa **« DIVINE VOLONTE ».**
Car c'est à travers nous, qu'au plus profond d'eux-mêmes, ils peuvent Le rencontrer.
Soyons témoins de ce que l'Evangile de Jésus le Christ accomplit dans notre vie.
En cette année de la Miséricorde, souvenons-nous que le pardon est le creuset où se vérifie et se purifie notre amour.

Le sourire de LA MISÉRICORDE

Par Jean-Michel Audureau,
diacre, conseiller spirituel du groupe de Rennes
13 janvier 2016

« Le jugement de Dieu est un jugement sauveur : il met en lumière l'amour authentique que nous aurons vécu »…

- Curieusement, là où nous avions appris à craindre ce jugement dernier, comme le moment où serait mis en évidence de notre péché, nous découvrons l'affirmation qu'un Dieu-Amour ne peut que mettre en lumière l'amour que nous aurons vécu !
- Tout nous rapproche alors de Lui, Tout-Amour, chacun de nos gestes de tendresse, chaque parole d'accueil ou de pardon, chaque élan de charité et toutes les œuvres grandes ou petites faites en son nom.
- Car Il est la source de cet amour que nous aurons déployé. Il nous a créés avec. Il nous a animés du souffle de son Esprit d'Amour.

2 Atelier

Véronique Dufief : Quand c'est difficile pour moi, donne-moi quelqu'un à aimer

Nota : Lors de l'atelier, Véronique a fait des compléments à son intervention de la matinée sur la souffrance de la maladie psychique et ses remèdes pour elle, puis elle a répondu à quelques questions

Les deux volets douloureux de la souffrance
Après avoir cité le psaume 21 *« si je traverse les ravins de la mort, je ne crains aucun mal car tu es avec moi »*, Véronique a souligné que « *ce qui est le plus douloureux dans la souffrance n'est pas la souffrance mais :*

- *le sentiment de l'interminable, 'cela n'aura-t-il donc jamais de fin' : c'est là même presque la définition de l'enfer ;*
- *la solitude, l'isolement : demander de l'aide n'est pas une faiblesse, une lâcheté, mais une des plus hautes formes du courage ».*

Demander de l'aide
« Une des choses que la maladie m'a apprise c'est de ne pas avoir peur de déranger. Les matins où je me réveille et où je n'ai pas envie de vivre se pose la question de comment m'extirper du marécage. La seule chose qui pose problème : c'est mon isolement dans ce marécage. Alors, j'appelle au téléphone quelqu'un à l'extérieur ou je fais un texto. Même si j'ai mon mari et mes filles à la maison, j'ai besoin de quelqu'un d'extérieur au cocon. Cet appel téléphonique ou ce texto m'aide à ouvrir les fenêtres de mon cœur. Cela me donne de l'oxygène, cela fait beaucoup de bien mais bien sûr c'est très difficile car quand on ne va pas bien c'est difficile de se tourner vers les autres. 'Faites-vous du bien en faisant du bien aux autres'. C'était une des maximes de Saint-Jean de Dieu qui a été lui aussi touché par la fragilité psychique. On est tous unis comme par des rhizomes, vous savez ces racines qui ont un corps central et plusieurs prolongements. Un lieu de détresse archaïque nous relie tous, le lieu obscur des grandes profondeurs où on a tous rendez-vous les uns avec les autres. Si on accepte d'y descendre plutôt que de considérer que c'est un enfer alors traverser la souffrance avec d'autres change la nature de la souffrance. Il y a comme une transformation, une transmutation, une transsubstantiation de la souffrance. Je ne souffre plus pour rien mais avec quelqu'un ce n'est plus pareil ».
« L'être humain est un être en souffrance. On n'est pas autosuffisant, on est habité par le Manque. On est tous des paquets en souffrance qui attendent que quelqu'un vienne nous chercher. Il vaut mieux être en souffrance à plusieurs que bien portant et tout seul… On est en attente… du paradis… de l'eau qui ne donnera plus jamais soif… Mon psy m'a dit de marcher tous les jours une heure. Cela est difficile, mais plus simple quand je le fais pour d'autres alors je marche pour les gens avec qui je suis connectée ».

Ralentir : se donner le temps d'être présents les uns aux autres
« Comment vais-je faire pour sortir de cet enfer mental qui me fait penser que cela n'aura plus jamais de fin ? Aucun de nous n'a à donner la preuve qu'il mérite d'être aimé. Chacun de nous est sur terre pour faire cette expérience de l'amour. Si je suis sur terre c'est pour découvrir cette splendeur de l'amour de Dieu. Mais ce ne sera pas une illumination comme sur le Mont-Thabor, peut-être quelque chose de plus simple. Mais il faut y croire.
Ma conviction passe par le fait que pour le faire il faut ralentir. Dans la confiance, un pas après l'autre. Je ne cesse de le faire : de ralentir. Avant j'étais à l'opposé de cela je courais toute seule comme une dératée jusqu'au moment où je réalisais que j'étais toute seule, les autres étaient très loin derrière. Je ne cesse d'essayer de ralentir, sinon je vais rater votre présence, à vous dans cette pièce, je vais rater votre émotion qui transparaît dans vos yeux.
Découvrir la saveur de la lenteur de faire ensemble tous ensemble l'expérience. Je me rappelle un passage de Saint-Paul qui dit que ce n'est pas pour nous faire patienter que Dieu tarde à nous faire ressentir sa promesse, mais pour que tous soient sauvés. Il faut se donner le temps d'être présents les uns aux autres…
Le plus important est de rencontrer les personnes avec qui l'on est en chemin pour les choses que l'on a à faire. Le plus important c'est les personnes pas ce que l'on a à faire. Pour cela j'ai choisi des tâches plus simples que les défis universitaires comme être jury du baccalauréat.
Il faut chercher d'abord la relation. Cherche d'abord le royaume et le reste sera donné de surcroît.
Je n'ai jamais été aussi ponctuelle que depuis que je prends mon temps. Découvrir le être-là maintenant, goûter cette chose extraordinaire qui est 'être simplement vivant'… Les trois quarts des êtres humains ne le font pas… Quand mon beau-père est décédé, j'ai réalisé devant son corps qu'un être vivant n'est rien d'autre qu'une chair habitée par un souffle. Devant un mort, le souffle est parti. On peut penser à la méditation bouddhiste où l'on est tout concentré sur son souffle. Si l'on a conscience que notre vie ne tient qu'à un souffle, alors…
Si l'on attend de savoir quand est-ce que l'on va être débarrassé de cet enfer… l'idée de ce lendemain qui

chante est une utopie, un fantasme qui nous empêche de recueillir les cadeaux du présent.
Essayer de vivre maintenant ce que j'ai à vivre maintenant, pas seulement vivre.

3 Atelier — Agnès Auschitzka : Apprendre à discerner la volonté de Dieu, qui est toujours celle de nous accompagner sur un chemin menant à la joie

Introduction d'Agnès :
« Dieu nous veut du bien, nous veut heureux et en aucun cas ne veut nous laisser écraser par la souffrance.
Déjà, les prophètes nous mettent en chemin vers cette vérité. Puis, par son Fils, Dieu nous montre que c'est bien cette joie qu'il veut pour nous et qu'elle est sa joie partagée avec tous ses enfants. Telle est la volonté de Dieu : que nous soyons pleinement et éternellement en communion de joie avec Lui. Chaque page d'Evangile est une sorte de révélation et de guide donné par Jésus pour nous conduire et nous indiquer le chemin qui nous mène à cette joie de Dieu au travers de nos réalités humaines heureuses ou malheureuses.
Mais parfois, il nous reconnaître que l' acte de foi en ce Dieu pourvoyeur infatigable de joie, de vie, de bonheur pour ses enfants, est empêché car nous nous perdons sur le chemin : les pistes sont brouillées, les épreuves nous font perdre le nord ou nous plongent dans la nuit et le doute, le Malin s'en mêle pour nous éloigner de Dieu, et alors nous oublions cette promesse de Joie, nous ne savons plus quelle direction, quelle décision prendre pour répondre à cette promesse etc... En fait, il s'agit d'un parcours de conversion, qui passe par la mort et laisse triompher la joie de la résurrection, le parcours de toute vie.
Alors comment, dans nos vies marquées par le malheur de la maladie psychique, parvenir à garder le cap de la joie ou comment le retrouver ?
En refusant que nos émotions, nos épreuves, nos doutes ou le Malin prennent la main sur nos vies, nous enlevant notre liberté de répondre à l'appel de la vie et de la joie. Et en redonnant la main à Dieu, en le laissant agir en nous, en reconnaissant qu'il est Celui qui sait, en se mettant à l'écoute de son Esprit pour apprendre à discerner, à repérer quel est le bon chemin avec pour critère : sont bons pour moi la joie et la paix intérieures (est une bonne décision, un bon choix, celle, celui qui m'apporte une joie profonde et durable). L'autre nom de la joie est la paix.
St Ignace, après avoir expérimenté lui-même que l'épreuve n'est pas un obstacle à la joie durable et profonde, a eu le génie de nous donner une méthode pour apprendre à discerner, à faire des choix concrets dans nos vies sous le regard de Dieu.
Il nous propose des « exercices », car on apprend à discerner en discernant comme un enfant apprend à marcher en marchant. Quelques exercices à faire autant dans les moments heureux ou malheureux :
- parce que Dieu nous parle : écouter, méditer sa parole afin de la laisser travailler en nous ;
- raffermir notre foi en ce Dieu qui nous aime et qui nous veut heureux par la prière personnelle et en Eglise, y compris ou surtout dans les moments d'impuissance ;
- reconnaître nos mouvements de l'âme : moments joyeux, de paix et de réconciliation, mais aussi colères, ressentiment, ou fausses pistes pour reconnaître les signes que Dieu nous donne.

A noter : il n'est pas toujours facile dans les moments de « désolation » de faire seuls ces exercices. Des guides spirituels (en particulier ceux qui s'inspirent de la spiritualité ignacienne) ; peuvent nous y aider ou des sites tels que Notre Dame du Web http://www.ndweb.org/ ».

Témoignages :
A la suite de cette introduction, 3 mamans sont venues spontanément donner leur témoignage. Comment, dans des événements critiques ou au fil des années vécues avec leur proche malade psychique, elles ont pu, à la lumière des événements et de l'Evangile, soutenues par la prière, prendre des décisions, et poser ces actes de foi. Comment, sur ce chemin de discernement vécu dans la confiance et la foi en Dieu, les fruits en joie et en paix ont été recueillis au-delà de ce qu'elles avaient pu imaginer.

4 Atelier — Frère Jean-Pierre (o.c.d.)* De la tutelle morale à l'amitié spirituelle

*Ordre des Carmes Déchaux

Comment, dans une relation d'accompagnement fraternel d'ordre pratique, qui peut être perturbée par des conflits affectifs, porter un regard confiant sur la vie intérieure d'un proche psychiquement fragile, sur la possibilité pour lui d'un véritable chemin spirituel ? Il faut se reconnaître soi-même en chemin, ne pas se croire directeur spirituel ou conscience morale d'une personne dont on assume une certaine tutelle. Cela demande aussi de se reconnaître égaux devant Dieu.

Deux commentaires :
- « Le parcours de cet homme n'est pas anodin, et il m'a fait découvrir que l'on reporte sur l'autre notre mal-être ; « Ce qui ne va pas chez l'autre, ne va pas chez moi ».
Notre méfiance vis à vis d'un être n'est souvent que le fruit de notre imaginaire et est illusoire ».
- « La vie spirituelle est la vie réelle ; les 4 plans (perçu, imaginé, vécu, projeté) sont distingués difficilement par les personnes malades psychiques. La vie spirituelle, ce sont les dons de l'Esprit saint ; elle est identifiable par les fruits de l'Esprit Saint (Corinthines1,12-1). Ce qui importe, c'est ma relation au Seigneur au plus intime de moi.
Le mal qui nous habite existe en surface mais pas en profondeur ; il faut se débarrasser de tout ce qui est en surface pour atteindre la vie spirituelle.
Les personnes malades psychiques sont libres dans leur vie spirituelle, elles sont « enfants de Dieu » comme chaque personne.
Celui qui se plaint n'est ni parfait ni chrétien. Il se regarde (St Jean de la croix). Il y a une différence entre dire sa souffrance et se plaindre ».

5 Atelier — Docteur Jean-Claude Madelin : Vécu des médecins auprès des malades psychiques : quels enseignements pour les familles ?

Les médecins ont appris pendant leurs longues études tout ce qui concerne les soins somatiques, mais ils n'ont pas appris tout ce qui touche à la relation avec le patient et sa famille, ni ce qui est de l'ordre de la raison et de l'âme !
L'important pour le médecin est **d'établir un contrat de confiance avec son patient.** Il doit pouvoir dire : *« je ne sais pas tout », « ensemble nous allons faire du chemin dans la confiance mutuelle », « j'attends une réciprocité », « vous pouvez me poser des questions ».*
Son est rôle est d'être en relation avec son patient, de pouvoir partager les questionnements avec lui et d'établir une réelle alliance, un lien de confiance avec lui. L'entourage du psychiatre : infirmiers, psychologues, … est important. Plus accessibles que le psychiatre, ils sont à même de créer un lien entre la famille et le médecin.
Les personnes présentes ont réagi à ces propos très édifiants car, en psychiatrie, la relation avec le psychiatre est souvent très difficile et la famille a rarement la possibilité de lui parler afin de créer une alliance thérapeutique « psychiatre-patient-famille ».
A la suite de divers exemples donnés où le psychiatre refuse de rencontrer la famille, le Dr Madelin a souligné l'importance du rôle de la « commission des représentants des usagers pour la qualité de la prise en charge » (CRUQPC) ; il a conseillé aux familles d'écrire au directeur et au chef de service, voire à l'ordre des médecins pour souligner les non prise en compte des familles de malades psychiques dans le soin psychiatrique.
Enfin il a rappelé que *« le psychiatre doit transmettre le dossier de son patient à son médecin traitant et le malade, voire la famille a le droit de demander à ce dernier ce qu'il y a dans le dossier ».*

Méditations : l'année de la miséricorde

Du 8 décembre 2015 au 20 novembre 2016, l'Eglise catholique célèbre une Année Sainte extraordinaire. Ce « Jubilé de la Miséricorde » a débuté par l'ouverture de la Porte Sainte à la basilique Saint-Pierre de Rome, à l'occasion de la fête de l'Immaculée Conception et se terminera par la solennité du Christ Roi.
Ce thème a inspiré certains conseillers spirituels, notamment ceux de Reims et de Rennes, pour leurs rencontres de groupe.

Entrée dans l'année de LA MISERICORDE

Par Henry CASTANY
Conseiller spirituel du groupe de Reims
12 décembre 2015

Méditation de l'Evangile de Jésus Christ selon St LUC III (10-18)

Jean remue les cœurs et attire les foules, non par la douceur, mais avec sévérité et rudesse. Il parle de la venue du Messie et proclame un **baptême de conversion pour le pardon des péchés.**
Chacun vient, porteur des poids cumulés dans le quotidien de sa vie, mais avec l'espérance de **la venue prochaine du Messie, du Sauveur** d'Israël.
A la parole de Jean le Baptiste : **« Produisez des fruits qui expriment votre conversion. »**, leur réponse, comme la nôtre, bien souvent, est :