

Zelie

100% féminin • 100% chrétien

LA SAINTE DU MOIS
ALETH DE MONTBARD

RAPHAËLLE DESMYTER
RESTAURATRICE
DE PIANOS

MEHDI DJAADI
ENTRE RIRE ET LARMES

Elisabeth II
la Reine

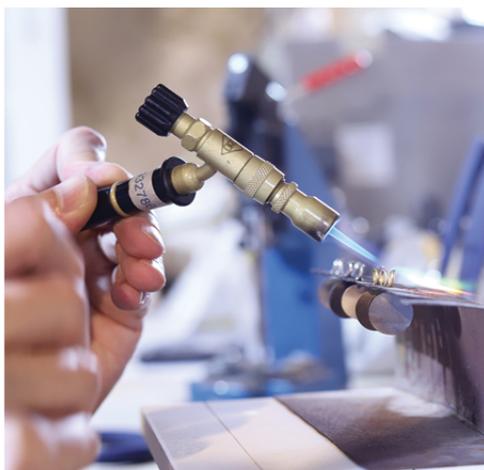
CARLO ACUTIS

éducateur



Anne.K

médailles de baptême



Médailles d'exception 100% Françaises
Modèles signés et sculptés par l'artiste
Fabrication artisanale dans notre atelier

www.annekirkpatrick.com

09 72 52 39 44 - bonjour@annekirkpatrick.com

gravure classique offerte avec le code ZELIE2024

édito



Chères lectrices, en ce jour 16 juin 1998, une voiture roule à vive allure sur l'autostrada dei Laggi, l'autoroute des Lacs. Celle-ci relie Milan (*ci-contre, sa cathédrale*) à la région des lacs italiens. Dans ce véhicule, le jeune Carlo Acutis âgé de 7 ans se rend à la messe où il va faire sa Première communion, dans un couvent des moniales ermites de Saint-Ambroise.

Notons que cette autoroute est la première au monde à avoir été construite, en 1924. Carlo dira : « *L'Eucharistie, c'est mon autoroute pour aller au ciel.* » Cette métaphore pour le moins contemporaine - saint François d'Assise ne l'avait pas utilisée, lui ! - est aussi une image parlante

de la vie du jeune Italien, mort en 2006 à l'âge de 15 ans d'une leucémie foudroyante, et qui sera canonisé ce 27 avril 2025. Sa vie est un résumé d'une vie chrétienne vécue pleinement, à tel point que lors des derniers jours de sa vie, il sera très confiant en voyant sa mort arriver. À l'hôpital, il dit à sa mère : « *Attends-toi à ce que je ne sorte pas d'ici vivant.* » Et d'ajouter : « *Reste sereine, je t'enverrai de nombreux signes du ciel.* » L'une de ses phrases dites quelque temps auparavant prenait alors tout son sens : « *Nous devons passer notre existence à nous préparer à la mort.* » Pour lui, la mort n'était qu'un passage vers une félicité plus grande, ardemment désirée - tout en ayant su savourer les joies terrestres. Cette vision de la mort est très réconfortante. En lisant la date de Première communion de Carlo, peut-être avons-nous tressailli : une année qui est encore proche, où nous avons peut-être vécu des événements. Carlo pourrait, qui sait, être notre frère ou notre fils... Cet enfant qui aimait le foot, les jeux vidéo et aller au McDonald's nous rend la sainteté plus proche et accessible (pas à cause de McDo !).

Comme tant de saints, Carlo nous montre la Source de son bonheur : Jésus, mort et ressuscité pour nous.

Solange Pinilla, rédactrice en chef

SOMMAIRE

- 4 Le numérique... sans la logique numérique !
- 6 Bse Aleth, la mère de saint Bernard
- 7 Les bonnes nouvelles de mars
- 9 Dix pistes pour accompagner un enfant anxieux
- 11 Raphaëlle, accordéuse et restauratrice de piano
- 13 Carlo Acutis éducateur
- 16 Les 7 secrets de sainteté de Carlo Acutis
- 17 Le décor de la chapelle de Milandes, méditation en images pour la Semaine sainte
- 19 Livres : derrière les apparences
- 20 Anne-Laure de Vignerat, sous le signe de l'accueil
- 21 Élisabeth II, la Reine
- 23 Mehdi Djaadi, l'infertilité entre rire et larmes
- 25 Questionnaire de Proust marraine-filleul(e)



Unsplash

LA PHOTO DU MOIS

« Un agneau sans défaut et sans tache, le Christ »

(1 Pierre 1, 19)



Magazine Zélie

Micro-entreprise Solange Pinilla
R.C.S. Nanterre 812 285 229

1 avenue Charles de Gaulle

92 100 Boulogne-Billancourt.

06 59 64 60 80

contact@magazine-zelie.com

Directrice de publication :

Solange Pinilla

Rédactrice en chef : S. Pinilla

Magazine numérique gratuit.

Dépôt légal à parution.

Maquette créée par Alix Blachère.

Photo page 1 : G. De Besombes, [Caladia](#)

Les images sans crédit photo indiqué sont sans attribution requise.

Le numérique... sans la logique numérique !

Prêtre au service de la jeunesse depuis quinze ans, l'abbé Vincent Pinilla a l'occasion de monter des vidéos et d'animer un compte Instagram pour les jeunes qu'il accompagne. Il propose quelques pistes afin de garder un usage équilibré des écrans.

C'est certain : le monde numérique peut beaucoup nous apporter. Toutefois, comme nous allons le voir, il s'accompagne trop souvent d'une mentalité peu constructive. Dès lors, plus on désire profiter des écrans, plus il convient de prendre soin de ne pas se laisser contaminer par la logique qu'ils portent et qui, à bien y regarder, n'est ni humaine, ni chrétienne. Osons donc utiliser les outils numériques sans se faire grignoter par eux ! À l'école de Carlo Acutis, canonisé ce 27 avril, proposons quelques pistes en ce sens.

De façon inédite, les écrans ont permis à chacun de se connecter au reste du monde, faisant circuler les informations dans des délais records, facilitant les communications avec des personnes même très éloignées. De plus, ils n'ont pas seulement permis au monde entier de nous parler : ils nous incitent à parler au monde entier.

Cette ouverture exceptionnelle est-elle cependant toujours opportune ? Par exemple, toutes les psychologies sont-elles aptes à recevoir en flux continu l'écho des catastrophes de la terre entière ? Une chose est de prier pour le monde, une autre d'être exposé à un flot de nouvelles trop souvent mauvaises, les peuples heureux n'ayant pas d'histoire.

Est-il également bon d'être invité à parler au monde entier ? Peut-on vraiment laisser miroiter à chacun un avenir d'influenceur ? Et de quoi va-t-on parler ? Un plat de raviolis partagés entre étudiants est-il meilleur parce qu'on en a publié la photo ? La course au *like* crée une concurrence du bonheur, tandis que la vision de la vie ainsi véhiculée s'avère clairement réductrice : les bonheurs les plus durables ne sauraient être enfermés dans une image... et tout ce qui brille n'est pas d'or ! De plus, si une



Unsplash

multitude partage et commente tout, la valeur des vidéos et des avis ne peut que diminuer. On a même inventé un mot pour épingle la tendance à parler sans compétence sur un sujet⁽¹⁾...

Sans surprise, la surabondance des publications s'accompagne d'une mentalité de l'immédiateté. Une *story* d'Instagram ou un *statut* de WhatsApp sont faits pour durer 24 heures. On « voit passer » des publications et celui qui veut rester dans le mouvement est tenté de renoncer à se déconnecter. Se maintenir « au courant » via les médias et les réseaux consomme vraiment beaucoup de temps.

Temps et connexion permanente... Parlons-en ! De son côté, TikTok a créé le fil *Pour toi* faisant défiler à l'infini des contenus que les algorithmes règlent de façon précise pour nous maintenir « engagés ». Se déconnecter devient encore plus difficile avec les célèbres flammes de Snapchat, un concept impressionnant : une fille avait confié qu'elle ne pouvait pas faire de retraite spirituelle, car elle perdrait ses flammes durement acquises, faute de pouvoir aller chaque jour sur l'appli... À côté des réseaux sociaux, le phénomène des séries illustre également de façon éloquente l'envahissement des écrans dans nos vies.

Faisons un pas de plus : la connexion numérique permanente est même devenue une forme de déconnexion de la réalité. Le constat est là : la solitude n'a sans doute jamais été aussi grande et il n'est pas certain qu'on ait à présent davantage les pieds sur terre. Lâchons le mot : la logique numérique, au moins celle des entreprises produisant réseaux ou séries, est une logique commerciale. Elle vise donc tout simplement l'augmentation de la consommation et non l'épanouissement intégral de la personne. Les outils numériques peuvent être de bons serveurs, mais également de mauvais maîtres.

Le tableau pourrait paraître sévère. Pourtant, il est bon de prendre de temps en temps du recul, afin de considérer d'un seul regard ce que nous vivons vrai-

ment. Et encore, nous nous sommes contentés de montrer que la logique numérique entraîne par elle-même des maux, mais il serait possible d'ajouter tout ce que les contenus peuvent véhiculer comme valeurs (ou non-valeurs), d'évoquer la marée noire de la pornographie (elle aussi portée par une logique commerciale⁽²⁾), de montrer comment les smartphones contribuent au harcèlement ou peuvent participer à d'autres phénomènes peu louables (comme des parents d'élèves qui, au lieu d'aller parler d'un problème au professeur concerné, peuvent faire pression via le groupe WhatsApp de la classe).

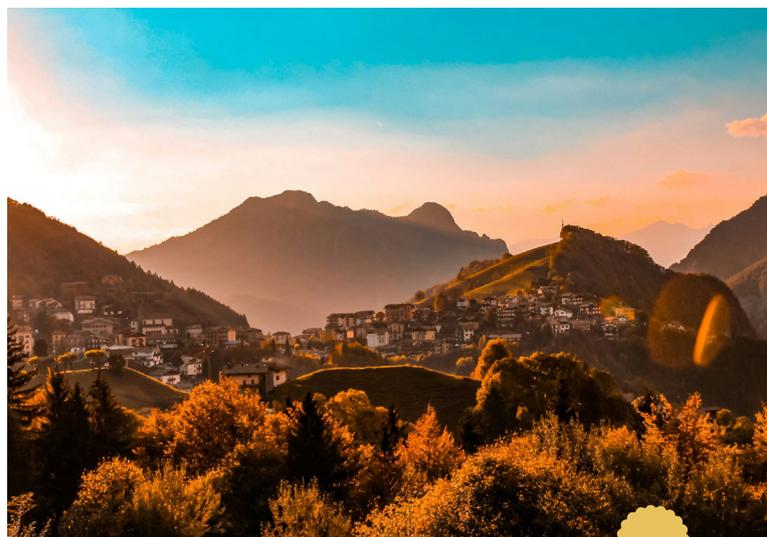
Faut-il alors renoncer aux écrans ? Ce conseil serait sans doute hors-sol pour l'immense majorité des personnes - et concrètement difficile à appliquer.

On peut cependant renoncer au smartphone avant un certain âge : l'enfant fait alors l'expérience de la richesse de la vie avant d'être happé par le numérique. De plus, si les adultes se livrent à des conduites addictives, comment espérer qu'un enfant de 5^e puisse s'en sortir ? Toutefois, afin de bien vivre cette ascèse, il convient que l'enfant fréquente au moins un lieu où les téléphones ne sont pas au centre des préoccupations⁽³⁾. En parallèle, on gagnera à lui donner les moyens d'acquérir une certaine liberté intérieure pour savoir aller parfois à contre-courant. Certains ont pu aussi proposer d'autres solutions, comme le Shelterphone, un smartphone à utilisation graduelle contrôlée par les parents.

Cela dit, Carlo Acutis nous apprend aussi à ne pas négliger les outils offerts par la technologie contemporaine. Le Pape François l'a salué dans sa lettre aux jeunes *Christus vivit* : « *Il est vrai que le monde numérique peut t'exposer au risque du repli sur soi, de l'isolement ou du plaisir vide. Mais n'oublie pas qu'il y a des jeunes qui sont aussi créatifs, et parfois géniaux, dans cet environnement. C'est ce que faisait le jeune Vénérable Carlo Acutis. (...) Il n'est pas tombé dans le piège⁽⁴⁾* ». Chez ce geek, on voit à quel point les talents informatiques sont intégrés à un véritable idéal qui lui mérite aujourd'hui la plus haute reconnaissance de l'Église. Carlo considère incontournables les outils numériques, mais aide ses camarades à s'y initier. Il se lance dans la conception d'expositions chrétiennes : [celle sur les miracles eucharistiques](#) est la plus connue et a été présentée sur les cinq continents.

À côté de l'informatique, on constate aussi chez Carlo de vraies passions : le saxophone, le foot, les animaux... Le numérique n'est pas le tout de son existence. Carlo est également conscient des dangers de la pornographie et en avertit les autres. On discerne encore sa liberté intérieure - il sait refuser les diktats, en l'occurrence ceux de la mode. Il apprend aussi à ne pas contempler que les écrans : avant ou après sa messe quotidienne, il consacre du temps à l'adoration eucharistique. Carlo est un maître de vie. Les écrans ne seront au service de l'humanité qu'en s'inspirant de principes semblables aux siens.

Dans cet esprit, il est nécessaire d'opérer régulièrement une désintoxication mentale. Prenons donc des temps de désert numérique : retraite spirituelle annuelle, adoration eucharistique, pas de visionnage à table, ou encore déconnexions régulières (à envisager avec nos proches et collaborateurs).



Paysage en Lombardie, région de Carlo Acutis. Photo Unsplash.

Sachons aussi nous reconnecter au réel. La nature nous enseigne : la beauté des créatures parle du Créateur ; comme dans la vraie vie, il existe des délais et des saisons... Mettons nos outils informatiques avant tout au service des personnes que nous pouvons rencontrer, comme avec l'appli [La grande table](#) visant à organiser concrètement des rencontres amicales. Dans cet esprit de recentrement et d'incarnation, renonçons aussi à parler au monde entier, à moins d'avoir une compétence avérée sur un sujet précis. On peut en revanche inciter les jeunes à faire par exemple des vidéos pour diffuser à leurs amis leur joie de vivre, leurs découvertes et leur réalisations : on leur apprend ainsi à dédier leurs œuvres à quelques personnes qu'ils aiment, sans pour autant caresser l'espoir de devenir influenceur.

Il resterait beaucoup à dire. Il conviendrait aussi de manifester combien l'Évangile guérit nos cœurs en évitant d'être piégé par le désir constant de plaire, d'avoir une audience, de niveler accessoire et essentiel. À notre époque, sainte Thérèse d'Avila aurait peut-être répété : « *Dieu seul suffit.* »

Abbé Vincent Pinilla

[À lire aussi > L'entretien de Zélie avec Anne-Sixtine Pérardel, Éducation : sortir de la culture du smartphone](#)

⁽¹⁾ L' « ultracrédiparianisme ». ⁽²⁾ Pour des conseils sur ce sujet, on pourra consulter [ensortir.fr](#), [sosporno.net](#)... ⁽³⁾ Si tous les parents d'un groupe d'amis (même restreint) se mettaient d'accord pour ne pas donner de smartphone à leurs enfants, cela pourrait déjà faciliter les choses. ⁽⁴⁾ *Christus vivit*, n° 104-106.

DÉCOUVREZ
sur « *Zélie - Le Podcast* »



Épisode 42
Marie-Laentine Caetano
« J'ai lancé
un magazine culturel
pour les adolescents »

• magazine-zelie.com/le-podcast •

Bienheureuse Aleth, la mère de saint Bernard

Née vers 1070, Aleth de Montbard appartient, tout comme son époux Tescelin, à la haute noblesse de Bourgogne. Le couple et ses enfants demeurent dans le château féodal de Fontaine-lès-Dijon. Bernard est le troisième de la fratrie. Pendant sa grossesse, Aleth fait un songe étrange : l'enfant qu'elle porte lui apparaît sous la forme d'un petit chien blanc taché de roux qui aboie très fort. Elle va consulter un saint religieux qui lui prédit ceci :

- Votre enfant sera le gardien de la maison de Dieu. Il fera entendre à sa porte de grands aboiements contre les ennemis de la foi. Il sera un prédicateur remarquable. Il guérira en beaucoup de gens les maladies de l'âme.

Forte de cet avertissement, Aleth met un soin particulier à l'éducation de Bernard, qui devient un grand méditatif aimant le silence et la solitude. Sa mère, austère et emplie d'une grande dévotion envers la Sainte Vierge, lui sert de modèle. Tescelin, au service du duc de Bourgogne, est souvent absent. C'est d'Aleth que les six garçons et la fille de la famille reçoivent leur foi.

Au mois d'août 1105, Aleth a le pressentiment de sa mort prochaine. Elle avertit son entourage. Personne ne la croit. Le 13 août, la veille de la fête de saint Ambrosinien, patron de l'église de Fontaine, elle a de la fièvre et s'alite. Mais elle a l'habitude, en cette fête patronale, de réunir le clergé de la paroisse et de lui servir à déjeuner. Elle ordonne que rien ne soit changé à cette coutume. Puis elle demande que lui soient données la sainte communion et l'extrême-onction après la messe. Le déjeuner est triste.

Après le repas, Guy, l'aîné des enfants, conduit le clergé dans la chambre de sa mère. Aleth annonce tranquillement qu'elle se sent mourir. Les prêtres commencent la prière des agonisants. Au moment de l'invo-cation : « Par votre passion et par votre croix, délivrez-la, Seigneur », la mourante élève la main pour faire le signe de la croix. Elle ne peut achever son geste, la mort l'interrompt.

L'abbé de Saint-Bénigne de Dijon réclame comme un honneur d'enterrer dans son église le corps de la sainte épouse de Tescelin. En 1250, le corps d'Aleth est transféré à Clairvaux avec l'approbation du pape. Il y reste jusqu'en 1793, où le monastère est vendu à l'encan et les reliques des saints sont dispersées.

Un jour, Bernard part rejoindre ses frères qui assiègent un château sous la conduite du duc de Bourgogne. Il ne se sent pas à l'aise. Il se réfugie dans une église. Là, le souvenir de sa mère s'impose avec insistance. Est-ce pour faire la guerre qu'elle l'a élevé ? Est-ce que l'essentiel n'est pas le salut ? Ne faut-il pas mourir à tout ce qui n'est pas Dieu ?

Bernard lutte contre cette force invisible qui fait son supplice. Finalement, il cède et la crise se dénoue en un flot de larmes. Bernard se consacre à Dieu pour toujours et il reçoit la paix. Il révèle aux siens qu'il a le désir d'ensevelir sa vie dans le monastère de Cîteaux. Il n'a que vingt ans et c'est sa sainte mère qui a fait de lui l'apôtre qu'il est devenu. Plus tard, quand il voudra convertir sa sœur Hombeline, il l'invitera à se souvenir de leur mère. Touchée, Hombeline renoncera aux mondanités et mènera une vie sainte digne de sa bienheureuse mère.



© Térébenthine et gomme arabique

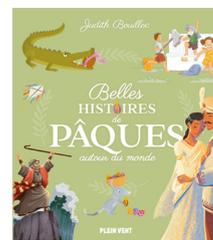
Mauricette Vial-Andru

Illustration >
Térébenthine et gomme arabique
terebenthinegommearabique.com

Légendes et contes pascaux

Noël est accompagné d'une abondante littérature. Étonnamment, la fête de Pâques, pourtant plus importante d'un point de vue liturgique, est un peu délaissée par les auteurs d'aujourd'hui.

Le livre *Belles histoires de Pâques autour du monde* de Judith Bouilloc (Plein Vent) vient combler ce manque, en proposant à vos enfants, petits-enfants, neveux ou filleuls de 4 à 12 ans des récits inspirés des traditions de Pâques : des « douze travaux de Carême » en Grèce (fictifs, certes) au bien réel *Lundi mouillé* en Pologne, où l'on se lance de l'eau le lendemain de Pâques, en passant par *Lamala* alsacien (gâteau en forme d'agneau), le jour de la Résurrection. *J.P.*



Les bonnes nouvelles de mars

LIEN SOCIAL Lancée en 2022, la plateforme [Les SuperActifs](#) met en relation personnes retraitées et familles. Elle permet aux retraités de créer des liens sociaux et d'arrondir leurs fins de mois, et facilite aussi le quotidien des familles. Plus de 2500 utilisateurs de toute la France donnent ou reçoivent des coups de main pour l'entretien de la maison, la garde des enfants, le bricolage ou le jardinage. Joséphine de Geyer et Marie Villena, dont la start-up est basée à Rennes, ont également voulu offrir aux retraités l'opportunité de rester actifs même après la fin de leur vie professionnelle.

ART La deuxième édition de Sacrée Photo, le concours de la photo chrétienne, est lancée. Le but ? Évangéliser par la beauté. Jusqu'au 15 août 2025, on peut envoyer une photo sur l'un de ces cinq thèmes : cloches et clochers, mariage, vie paroissiale fraternelle et solidaire, plantes et animaux de la Bible, et enfin pèlerinage. Le gagnant de chaque catégorie recevra son prix à l'église Saint Jean à Dole (Jura), et remportera 500 euros. Le jury est composé de personnes telles que la photoreporter Marie Babey, l'évêque de Saint-Claude Mgr Garin, ou encore le photographe Jean-Christophe Ballot.

PATRIMOINE Les travaux de reconstruction de la flèche de la basilique de Saint-Denis ont été lancés officiellement le 14 mars par la ministre de la Culture, Rachida Dati, et le maire de Saint-Denis, Mathieu Hanotin. Le chantier devrait durer jusqu'en 2030 et mobiliser de très nombreux compagnons, afin de permettre à l'ancienne flèche, détruite en 1846 après un ouragan, de culminer



© Julie Guiches/wns-Studio

de nouveau à 90 mètres d'altitude (à droite sur l'illustration de simulation 3D). Le chantier nécessite encore quelques investissements économiques, cependant. Des moyens de financement participatif, notamment une souscription pour l'achat de pierres, devraient être lancés. On peut déjà le faire sur le site de la Fondation du patrimoine. Œuvre patrimoniale, mais aussi pédagogique, le chantier sera ouvert au public dès septembre 2025.

SANTÉ MENTALE Début 2025, la cinquième maison Athos a été inaugurée, en Laugarais-Occitanie. Le dispositif Athos, lancé par l'armée de Terre, propose un accompagnement psychosocial aux militaires et anciens combattants victimes du syndrome de stress post-traumatique (SPTT). Ces blessés psychiques souffrent à la suite d'événements traumatisants vécus souvent en opération, et sont confrontés à des *flash backs* qui leur font revivre la scène, à un évitement des pensées et personnes en rapport avec le traumatisme, à des troubles de l'humeur, à des hypervigilance ou encore des troubles du sommeil. Le syndrome post-traumatique peut être pris en charge de plusieurs façons, telles que les médicaments ou encore l'EMDR, une méthode thérapeutique qui permet de transformer le traumatisme en souvenir. Des associations accompagnent également les blessés psychiques, telles que AdAugusta, qui propose un parcours de reconstruction.

Oser une année différente, pourquoi pas ?

Se former

Mûrir sa foi

Se donner

En promo



<https://ecoledevie-donbosco.fr>

AGRÊÂGE

le réseau des professionnels
spécialistes des loisirs,
activités et
accompagnements
des seniors



WWW.AGREÂGE.FR

CULTURE Le 9 mai 2025, les éditions Mame poursuivront leur mue progressive avec l'ouverture de deux nouvelles collections de littérature, « Cœur pur » et « Cœur à cœur », destinées aux lectrices de 14 à 18 ans, amatrices de romance. Ce genre littéraire, désormais très apprécié des adolescentes et des jeunes femmes, aura donc toute sa place dans cette maison d'édition catholique, mais selon une ligne justement adaptée aux exigences de la maison, qui promouvra des textes sans vulgarité ni scènes explicites. Cela permettra de répondre de manière saine à un désir des jeunes. Dans une tendance proche, les éditions Emmanuel ont lancé il y a quelques mois la collection *young adult* « Toi & moi vers Dieu », à destination des 18-25 ans, avec un premier titre de Blanche Rivière, *Nicolas & Alix, les derniers Romanov*.

RECYCLAGE La fédération de judo de la région Grand-Est a lancé le projet Sakido, qui associe 500 clubs de ce territoire, engagés à recycler leurs kimonos et judogis usagés ou trop petits, au lieu de les jeter. Les vêtements sont confiés à l'Esat de l'APF (association France handicap) de Ludres, non loin de Nancy, qui en fera des sacs ou des trousseaux. Le produit des ventes servira à la valorisation du judo. Cette démarche a pour objectif de mettre fin au gaspillage de tissus, de proposer de nouveaux produits aux licenciés de la fédération et de contribuer à la défense de l'environnement tout en conduisant une action sociale.

ÉCONOMIE Pour la première fois depuis 2021, l'inflation en France est passée sous la barre des 1 % en février 2025, permettant ainsi de soulager la consommation des ménages. En cause, notamment, le recul de 15 % des prix de l'électricité pour les clients inscrits au tarif réglementé, ce qui constitue une première depuis dix ans. Les prix de l'alimentaire poursuivent leur hausse, de leur côté, mais à un rythme très modéré en février 2025. Cette situation est assez positive en comparaison de celle vécue par nos voisins européens.

SANTÉ Une proposition de loi portée par le groupe Ensemble pour la République a été votée à l'unanimité, à l'Assemblée nationale, le 11 mars. Elle conforte et élargit les pouvoirs de prescription médicale des infirmiers, y compris pour certains médicaments et analyses. L'objectif est à la fois de valoriser les compétences des infirmiers et de faire face au manque de médecins tandis que la population est vieillissante. Cette possibilité d'être reçu en consultation par un infirmier, qui pourra prescrire certains médicaments ou soins, contribuera à désengorger le système médical.

Gabriel Privat



*Délicieusement parfumés
Naturels
Monastiques
Efficaces*

**Avec les produits d'entretien des moniales cisterciennes de l'Abbaye de Notre-Dame des Neiges n'attendez plus pour faire un grand ménage de printemps !
Air des Neiges, un souffle de nature dans la maison.**

AIRDESNEIGES.COM



10 pistes pour accompagner un enfant anxieux

Peur d'arriver en retard à l'école, peur d'avoir une mauvaise note, peur d'être sans ses parents, peur d'aller dans la piscine, peur d'être seul la nuit dans sa chambre... Les enfants – et certains plus que d'autres – ont besoin d'être rassurés et aidés dans l'écoute et la régulation de leurs craintes. Des conseils pour les bambins de 3 à 12 ans, issus du livre « Mon enfant est anxieux » (De Boeck Supérieur) de la psychologue clinicienne Marine Darnat-Wambèke.

1 Distinguer peur, anxiété, angoisse et stress. Pour savoir de quoi on parle, notons que la peur est une émotion soudaine et brève, d'intensité élevée. On pourrait citer la peur d'un chien dans un parc. L'anxiété, elle, est un état chronique, d'intensité modérée : un enfant anxieux anticipe sans cesse des dangers réels ou imaginaires, de manière diffuse et latente. Quant à l'angoisse, c'est un pic émotionnel ponctuel d'une forte intensité. Enfin, le stress est moins intense que l'anxiété et que l'angoisse, et survient de manière ponctuelle.

À noter : une phobie est une peur excessive, irrationnelle et incontrôlable, comme la peur du sang (hémaphobie). La phobie est différente des peurs précédentes : il faut la traiter avec précaution et ne pas confronter brusquement l'enfant à l'objet de sa peur. Mieux vaut faire appel à un professionnel pour un accompagnement thérapeutique.

2 Pour réagir au refus scolaire anxieux, qui arrive quand l'enfant ne veut pas aller à l'école, une idée – parmi bien d'autres – est d'expliquer à son enfant ce qu'on va faire dans la journée. « Connaître un peu le contenu de votre journée est rassurant pour votre enfant, qui ne vous imaginera plus disparaître dans un nuage abstrait appelé travail », affirme Marine Darnat-Wambèke. Mieux vaut utiliser une image concrète, plutôt que « Je vais envoyer des mails pour monter un projet. » De même, dire qu'on est content d'aller travailler (ou d'être à la maison), si c'est le cas, évitera qu'il n'entende parler du quotidien qu'en termes de fatigue et de tâches pénibles !



Unsplash

3 Diminuer l'anxiété de performance. Quand l'enfant a peur de ne pas y arriver, ou de ne pas faire assez bien, et se trouve paralysé ou très perfectionniste, on peut commencer par ne pas réprimander systématiquement les erreurs et les échecs ; montrer à l'enfant qu'on se trompe aussi et qu'on réessaye, par exemple en faisant une activité nouvelle ensemble ; pratiquer des activités sans recherche de perfection, comme danser librement...

4 Accompagner l'anxiété de séparation. « Votre enfant a du mal à se séparer de vous le matin pour aller à l'école ou quand vous sortez entre amis ? Dessinez un petit cœur au creux de son poignet, et du vôtre, suggère Marine Darnat-Wambèke. En ce moment même, le mien décore toujours mon poignet ! » Autre conseil : dessiner le planning de sa semaine, avec les étapes de la journée, l'école, la cantine, les activités, le bain, la personne qui vient le chercher, les éventuelles absences des parents... En sachant que l'enfant peut regarder le planning quand il veut, cela le rassurera et allégera son esprit. Un enfant qui a une anxiété d'anticipation – le fameux « Et si... ? » – sera plus serein. Pour autant, mieux vaut garder une certaine souplesse, car l'enfant doit aussi apprendre à s'adapter : on peut apporter des modifications mineures au quotidien, comme, un jour, changer l'itinéraire habituel de l'école.

5 Des jeux en tous genres pour parler de ses peurs. Cache-cache (sans rester caché trop longtemps !) pour appréhender l'anxiété de séparation ; Playmobils jouant à la maîtresse vous permettant de mieux comprendre le vécu de l'enfant à l'école ; poupée à qui on confie ses peurs et angoisses... Le jeu est un moyen privilégié pour extérioriser ses craintes et les prendre en

Des objets qui apaisent

- La peur du noir peut être atténuée par une lumière allumée dans le couloir, ou par une **veilleuse**, comme celles de la marque belge Trixie (à gauche), en silicone doux, qui diffuse une lumière très tamisée.

- La relaxation détend le corps. Conseillée par Marine Darnat-Wambèke, la **boîte à histoires « Mon Petit Morphée »**, sans onde ni écran, propose aux 3-10 ans une combinaison de 192 histoires et musiques apaisantes, ainsi que des bruits de la nature, comme le feu dans le désert. Utile en vue d'un moment calme ou d'un endormissement plus facile. *S. P.*



compte. Un autre outil est le « tour de table ludique » : dans une atmosphère détendue, chaque membre de la famille partage une expérience désagréable de sa journée et un moment joyeux, sans jugement. Cela permet à l'enfant d'apprendre à parler de ses émotions et à communiquer.

Si votre enfant dit qu'il s'ennuie, c'est peut-être parce qu'il a paradoxalement trop de jouets. En effet, trop de choix engendre trop de stimulations, donc un désintérêt et un ennui. Dans ce cas, on peut établir une rotation des jouets, en n'en mettant à disposition que 6 à 12 maximum.

Concernant un enfant qui ne supporte pas de perdre, on peut privilégier des jeux de société collaboratifs, où tout le monde gagne ou perd ensemble (un exemple à partir de 4 ans : *Le voleur de carottes*).

6 L'aider à dire ses besoins. À partir de 5 ou 6 ans, l'enfant est capable de parler de son émotion, mais mieux vaut attendre que le pic émotionnel soit passé. On peut lui demander quelle est l'intensité de son émotion sur une échelle de 1 à 10. *La Roue des émotions* (éditions L'Autrement dit, version illustrée) est un outil conseillé par Marine Darnat-Wambèke, qui comporte trois roues : « La météo des émotions », « Comment je me sens » et « J'ai besoin de... » En effet, il est pertinent d'évoquer ensuite le besoin qui se cache derrière cette émotion. La peur révèle souvent un besoin de sécurité, de réconfort, de comprendre et d'être informé. Que l'enfant puisse nommer son besoin permettra, en tant que parent, de mieux comprendre son enfant.

7 Fréquenter la nature. C'est simple, mais tellement apaisant. « De nombreuses études ont démontré les

bienfaits de la nature sur notre santé mentale, notamment en réduisant l'anxiété. » Comme d'autres activités telles que la cuisine, celles qui permettent de se reconnecter à ses sensations et donc à soi, permettent à l'enfant d'être moins « dans sa tête » et ses craintes, et davantage « dans son corps ». Plonger dans les couleurs des fleurs, humer les parfums de la forêt, prêter l'oreille aux chants d'oiseaux... L'enfant se retrouve dans l'instant présent.

Il peut aussi ramasser un caillou, imaginer qu'il dépose dans celui-ci ce qui le stresse, et le jeter dans un lac ou une rivière. En le regardant s'enfoncer dans l'eau, il peut visualiser ses soucis qui disparaissent.

8 Option fidgets. Si vous avez un enfant qui mâchouille l'extrémité de ses stylos, peut-être qu'un *fidget* au bout de celui-ci sera plus efficace pour calmer son stress. Les *fidgets* sont de petits objets conçus pour être malaxés et manipulés, comme le sont des balles antistress. Le Pop it, cet objet en vogue, constitué de bulles en silicone pouvant être pressées, est un *fidget*. En classe ou à la maison, ces objets sont un outil d'apaisement pratique pour les enfants souffrant d'anxiété (mais aussi avec un trouble de l'attention ou un trouble du spectre autistique).

9 Essayer le scan corporel. Cette technique de relaxation consiste, étant assis ou allongé dans une position confortable, à fermer les yeux pour mieux se concentrer sur les différentes parties de son corps, de la tête aux pieds. On est attentif aux zones de tension, comme des mâchoires crispées, et on essaie de les relâcher. On peut aussi demander si on sent des douleurs, de la détente, si on a chaud ou froid... Deux ou trois minutes suffisent.

10 Mieux sentir son corps et ses contours grâce au massage. Afin de mieux s'ancrer dans son corps, on peut proposer à son enfant le « massage météo ». L'enfant s'allonge sur le ventre, sur un tapis ou un matelas. Voici les étapes. Aujourd'hui, il fait grand soleil : avec le plat de la main, je dessine un grand soleil sur tout le dos. Des nuages arrivent : on les dessine poings serrés sur le dos. Ensuite, les gouttes de pluie : avec le bout des doigts, la pluie arrive de haut en bas du dos. Le vent souffle : on balaie le dos avec le plat de la main. Un arc-en-ciel apparaît, qu'on dessine avec le plat de la main, d'en bas à gauche jusqu'en haut à droite. La pluie a cessé, le soleil brille fort dans le ciel : on redessine un soleil dans le dos. On peut terminer le massage par un câlin, si l'enfant le souhaite, et un mot positif tel que : « Je suis fier de toi. »

Ce massage est notamment bénéfique pour les enfants qui ont une hypersensibilité sensorielle, d'autant qu'il peut être fait sur les vêtements. Les couvertures ou peluches lestées sont également réconfortantes, en exerçant une légère pression. N'oublions pas que notre corps, c'est notre lien premier avec le réel, c'est nous-même.

Elise Tablé

Raphaëlle, accordeuse et restauratrice de piano

Entre Bourgogne et Franche-Comté, Raphaëlle Desmyter donne justesse et renouveau aux pianos des habitants.

Jeune fille, Raphaëlle ne se voyait pas passer sa vie professionnelle derrière un bureau. « *Je voulais un métier concret : agricultrice comme mon oncle, ou accordeuse de pianos, instrument que je pratiquais depuis l'âge de 6 ans* », nous raconte-t-elle.

Ayant opté pour le métier d'accordeuse de piano, elle intègre l'Itemm (Institut technologique européen des métiers de la musique), situé au Mans. Elle y suit un CAP en deux ans, puis un brevet des métiers d'art en alternance. C'est aussi là qu'elle rencontre Matthias, son futur mari... et futur associé. Celui-ci se forme comme accordeur de piano, puis apprend le métier d'ébéniste afin de devenir également facteur de harpes. « *Il n'existe que trois restaurateurs de harpes en France, il y a du travail !* », explique Raphaëlle.

Aujourd'hui, les deux époux œuvrent dans l'entreprise qu'ils ont fondée en 2016, L'Unisson, chacun dans son domaine. Raphaëlle a un travail de restauration de pianos : « *Je change les cordes, les chevilles, parfois la structure en bois du piano, ou encore les feutres des marteaux et des claviers. Je remets aussi en place les différentes pièces, pour que le piano réponde au pianiste.* » Elle se penche sur des pianos des années 1890 aux années 1940, qui peuvent avoir besoin de restaurations. Pour les pianos un peu plus récents, elle ne change pas les cordes, mais elle refait les mécaniques. « *Cela s'abîme vite, surtout chez les pianistes professionnels.* »

Quant à sa mission d'accordeur de piano, elle est due aux changements de température, d'hygrométrie, d'allumage de chauffage : « *Le piano, qui est en bois, y est sensible.* » Raphaëlle donne ce petit conseil : « *En deçà de 40 % d'hygrométrie dans une pièce, le piano se rétracte, parfois irréversiblement. Pour éviter que votre instrument se désaccorde prématurément ou de façon anarchique, ne gardez pas une atmosphère intérieure trop sèche.* »

Raphaëlle est passionnée par son métier : « *Un piano, c'est très complexe. On n'a jamais fini d'apprendre. On va du piano droit bas de gamme au piano à queue que l'on met des heures à affiner. Tantôt on règle au dixième de millimètre près, tantôt on enfonce une cheville à la masse !* »



© L'Unisson

La conjoncture n'est pas facile pour la professionnelle : « *Les gens ont moins de moyens, la musique passe après le reste. La multiplication des taxes rend les choses également plus difficiles. Quand nous rencontrons des accordeurs de Suisse ou de Nouvelle-Zélande, nous nous apercevons qu'ils s'en sortent mieux au niveau financier.* »

Raphaëlle intervient dans un rayon de 130 kilomètres autour de chez elle, dans son village de la région de Dijon, en Côte-d'Or, et se déplace aussi en Haute-Saône et en Haute-Marne, parfois dans le Jura ou le Doubs. « *J'organise mes rendez-vous de façon à prendre du temps avec les gens, à avoir de belles discussions. Entrer dans leur maison, c'est accéder à leur intimité. Il s'agit parfois d'instruments de musique de famille. Certains se confient : "Ma fille a un cancer." Je vois aussi cela comme un apostolat, je leur dis que je peux prier pour eux.* »

En effet, Raphaëlle considère son activité comme un métier de service : « *Au service des musiciens et de la musique, mais aussi dans l'esprit de l'Évangile : on ne trompe pas les gens, on est honnêtes. Une icône de saint Joseph se trouve dans l'atelier.* » Le dimanche à la messe, Raphaëlle joue de l'orgue, Matthias dirige le chœur.

Mère de quatre enfants âgés de 5 à 11 ans, l'accordeuse de pianos s'est mise à son compte dans le but de leur consacrer suffisamment de temps. « *Je travaille pendant les horaires scolaires. Je suis disponible pour les faire déjeuner à la maison le midi, et aller les chercher à la sortie de l'école. J'ai choisi de ne pas faire de service concert, le soir ou le week-end. Nous ne développons pas l'entreprise autant que nous le pourrions... Mais nous ferons cela plus tard !* »

Avec Matthias, ils travaillent pour leur entreprise L'Unisson : « *Je m'occupe de l'organisation et de l'agenda, lui de la comptabilité... Il m'aide pour le transport des pianos. On se complète !* » Le nom de leur entreprise, L'Unisson, fait référence à un « unisson » : « *Un piano comporte deux ou trois cordes par notes, qui doivent être accordées de manière parfaitement identique, à l'unisson.. Nous travaillons ensemble, à l'unisson !* » Une belle métaphore du travail en couple, qui fait retentir la musique dans leur maison.

Solange Pinilla



« NOTRE OBJECTIF DOIT ÊTRE L'INFINI,
NON PAS LE FINI.
L'INFINI EST NOTRE PATRIE.
DEPUIS TOUJOURS
NOUS SOMMES ATTENDUS AU CIEL. »

CARLO ACUTIS

Carlo Acutis éducateur

Le 27 avril 2025, le bienheureux Carlo Acutis sera canonisé. Le « geek de Jésus » avait un vrai talent d'éducateur, pour amener les âmes à Dieu. Loin de la « starification » dont il est parfois l'objet, il se voulait le témoin d'un Amour qui nous dépasse.

Ce n'est pas un hasard si Carlo Acutis (1991-2006) sera canonisé lors du Jubilé des adolescents, qui aura lieu du 25 au 27 avril 2025 au Vatican. Bien sûr, il est mort à l'âge de 15 ans, d'une leucémie qui l'a rapidement emporté, et sa courte vie a été néanmoins très riche (cet [article](#) la raconte). Cependant, il a montré une intelligence de la foi et une capacité à la transmettre très tôt, puisque dès la 6^e, il donne des cours de catéchisme dans sa paroisse. Il leur a d'ailleurs confié un « kit sainteté » avec sept conseils concrets pour devenir saint (voir l'article page 16).



© Carloacutis.com

Cependant, la capacité de Carlo à emmener les autres vers Dieu commença plus tôt encore. Alors que ses parents, Antonia et Andrea, n'étaient pas croyants, c'est lui qui les évangélisa. « Avant Carlo, je n'étais allée que trois fois à la messe dans ma vie : le jour de mon baptême, le jour de ma première communion et le jour de mon mariage, raconte Antonia, citée dans une nouvelle biographie de référence, *Carlo Acutis, une âme de feu !* de Marie et Jean-Baptiste Maillard, aux éditions Artège. *Nous étions des analphabètes de Dieu, [Andrea et moi]. Et normalement, dans les familles de saints, il y a toujours le père ou la mère qui sont exemplaires, comme les parents de sainte Thérèse, par exemple. Dans le cas de Carlo, c'est lui qui nous a amenés à la foi !* »

La première à parler de Dieu à Carlo fut Beata, sa nounou polonaise. Il l'écouta avec intérêt et posa beau-

Un classique de littérature à (re)lire

Le Petit Prince d'Antoine de Saint-Exupéry

Le conte philosophique de Saint-Exupéry, paru en 1943, était l'un des livres préférés de Carlo Acutis. Il l'avait lu plusieurs fois. Le Petit Prince vit sur une planète et, en quête d'amis, explore les étoiles et ses habitants, avant d'arriver sur Terre. On perçoit quelques similitudes entre le Petit Prince et Carlo : ils cherchent à trouver l'essentiel, « invisible pour les yeux », et gardent un regard critique sur le pouvoir de l'argent, par exemple.



« *Le Petit Prince* recherche la relation, comme le Christ, qu'il trouve avec sa fleur, avec son ami l'aviateur, avec le renard, nous dit Jean-Baptiste Maillard, auteur, avec son épouse Marie, de la biographie *Carlo Acutis, une âme de feu !* Carlo aimait certainement la simplicité de ce personnage, car il était lui-

même simple ; il aimait je pense l'aspect poétique parce que Carlo avait - comme beaucoup de saints - une âme sensible, et son esprit brillant devait aimer le jeu de cette histoire, qui est comme un conte au travers duquel l'auteur nous énonce des leçons de vérité pour nos vies. »

Il va plus loin et affirme : « *Le Petit Prince* est une image du Christ car il vient du ciel et il y retourne, à travers ses rencontres, il énonce des vérités. À l'image du Christ, il a une pensée très juive : toujours des questions, jamais de réponses ! »

Un moulage du Petit Prince se trouve parmi d'autres moulages dans la décoration au-dessus de la chaise de Carlo à Assise. *J. P.*



Santon « Bienheureux Carlo Acutis » © Atelier Cassegrain

coup de questions. Elle lui apprit à prier et l'accompagna à la messe. Il montra rapidement le désir de communier. Il posait des questions sur la foi à sa mère, qui ne savait que lui répondre. Celle-ci demanda conseil à une amie, qui lui indiqua un prêtre. Elle se confessa et le prêtre lui suggéra d'étudier la théologie pour se former et approfondir sa foi.

Antonia ne fut pas la seule à se convertir à la suite de Carlo : le père, Andrea ; la grand-mère Luana, qui vivait avec eux ; l'aide de maison, Rajesh ; Elisa, une jeune fille au pair qui commença à s'occuper de lui quand il avait 6 ans. « Parfois, ses devoirs terminés, il proposait à Elisa de l'accompagner à la messe, racontent Marie et Jean-Baptiste Maillard. Ils y allaient ensemble, ce qui contribua à rapprocher Elisa du Christ. »

Comme évoqué plus haut, en 2002, à l'âge de 11 ans, Carlo demanda à ses parents la permission d'assurer le catéchisme pour plusieurs de ses camarades, un peu plus âgés que lui. La paroisse voulait justement préparer les jeunes

Témoignage : Carlo au secours d'un adolescent

« Il y a deux ans, nous avons traversé de grosses difficultés avec l'un de nos fils adolescents, au point qu'il s'est retrouvé devant le tribunal pour différents délits, raconte Bénédicte, lectrice de *Zélie*. Un prêtre m'a conseillé de dire pour lui une neuvaine à Carlo Acutis, ce que j'ai fait par obéissance, me disant que c'était un peu « la mode »... mais avec foi tout de même. Un peu plus tard, en ouvrant machinalement mon *Magnificat*, j'ai vu qu'il était fêté le 12 octobre ; or c'était le jour de la dernière audience au tribunal. J'ai ressenti un puissant encouragement. Depuis notre fils va bien, a retrouvé une vie stable et depuis ce Carême, le chemin de l'église... »

L'humour comme moyen pédagogique

Carlo, jeune homme doux et bienveillant, utilisait souvent l'humour pour transmettre ce qui lui semblait important. Par exemple, il voulait protéger la Création et allait d'ailleurs ramasser des déchets – avec une pince spéciale – lors de promenades en montagne. « Ses cousins se rappellent qu'il les grondait lorsqu'ils laissaient couler l'eau du robinet ou la lumière allumée après avoir quitté la pièce », racontent Jean-Baptiste et Marie Maillard dans *Carlo Acutis, une âme de feu !* Ajoutons d'ailleurs à titre d'hypothèse que, si on devait trouver un défaut à Carlo – ce qui n'est pas aisé ! –, ce serait peut-être son côté un peu moralisateur... En tout cas, il appelait la Terre, en plaisantant, la « *poubelle rotative* ».

De même, lorsque quelqu'un n'appréciait pas la beauté de la nature, comme un membre de sa famille qui se plaignait de la monotonie des promenades en montagne, il s'exclamait avec humour : « *C'est toujours pareil, c'est toujours pareil, qu'est-ce qui change ?* »

Plus généralement, Carlo ne manquait pas d'humour. Quand, au collège, il croisait son institutrice de primaire, il demandait joyeusement : « *Comment allez-vous ? Vos nouveaux élèves vous font-ils désespérer tout autant que nous ?* » Avec ses trois chiens et ses deux chats, il aimait tourner de petits films, où de méchants chats essayaient de s'emparer du pouvoir en éliminant de la planète tous les chiens qui, eux, étaient les gentils ! Scraps, une nouvelle chienne arrivée chez les Acutis en 2004, fut appelée par Carlo le terrible « *chien aux sept démons* ».

Par ailleurs, il s'amusait parfois à imiter l'accent russe, pour désamorcer une situation ou faire rire ses amis. Pour consoler des personnes, il les encourageait et les faisait rire. Une façon aussi de transmettre sa joie d'être chrétien et aimé de Dieu. *J. P.*

à la confirmation. Carlo prépara ses rencontres de catéchisme avec entrain, désirant donner envie aux jeunes de devenir des saints. Il disait : « *La sanctification n'est pas un processus d'addition, mais de soustraction : moins de moi pour faire plus de place à Dieu.* » Il approfondissait sa foi avec le Catéchisme de l'Église catholique et les écrits de saints, comme sainte Catherine de Gênes, ou encore les mémoires de sœur Lucie, qui vit les apparitions de Fatima.

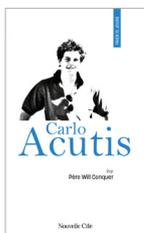
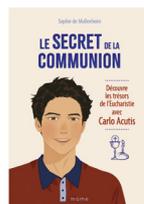
Il avait aussi à cœur de transmettre la vision d'une juste chasteté, à savoir le fait d'aimer dans la vérité et le respect. « *Quand Carlo parlait d'amour aux jeunes, il s'appuyait toujours sur l'enseignement de tant de saints qui avaient su aimer les autres, sans vouloir les posséder* », racontent les biographes précités. Pour lui, le corps était le « *temple du Saint-Esprit* ». Il était d'ailleurs très clair sur le respect du corps : « *C'est par la pornographie et les péchés d'impureté que le démon emporte avec lui de nombreuses âmes en enfer* ».

Un autre moyen majeur utilisé par Carlo pour évangéliser largement est la conception d'expositions. On connaît celle sur les miracles eucharistiques, qui a fait le tour du monde et dont on peut télécharger librement les panneaux, classés par pays, sur le site dédié. Le texte est clair et accessible à tous, les illustrations riches – les photos viennent parfois de Carlo lui-même, comme pour le miracle eucharistique de Santarem, au Portugal, où Carlo se rendit avec ses parents en 2006. Son but était de transmettre son amour de l'Eucharistie en soulignant la présence réelle de Jésus dans l'hostie, mise en évidence par ces miracles. L'exposition fut inaugurée le 4 octobre 2006, à l'Université pontificale à Rome. Carlo commençait à ressentir les effets du cancer du sang dont il allait mourir huit jours plus tard. Il était moins une !

Cependant, Carlo conçut aussi d'autres expositions, dont deux sont terminées, avec leurs nombreux panneaux : *Enfer Purgatoire Paradis* et *ANGES et DÉMONS*. On peut les télécharger aujourd'hui sur carloacutis.com Il commença à rédiger un nouveau projet, *Appels de Marie*, qui avait pour but de faire connaître les apparitions et les sanctuaires mariaux dans le monde. Il était touché par Marie, « *exemple de foi, porté par sa charité irréprochable* ». Cependant, son décès l'empêcha de continuer. Étant donnée l'importance du rayonnement de Carlo aujourd'hui (voir l'encadré ci-contre par exemple), le jeune Italien continue d'enseigner jeunes et moins jeunes, toujours sans détour, et avec amour.

Solange Pinilla

Des parutions abondantes



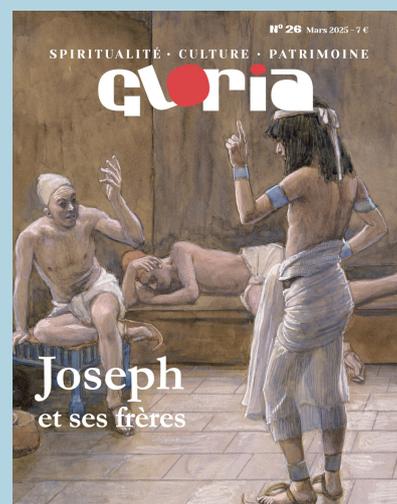
Le bientôt saint Carlo Acutis (d'ailleurs, on pourrait l'appeler saint Charles Acutis, comme on nomme son compatriote milanais, saint Charles Borromée !) inspire toutes les générations ; mais, étant mort jeune, il parle particulièrement aux enfants et adolescents. À ceux qui préparent ou viennent de faire leur Première communion, le petit livre *Le secret de la communion* de Sophie de Mullenheim raconte sa vie et propose des jeux pour intégrer son message. Bénédicte Delelis narre l'histoire de Carlo aux collégiens à la manière d'un roman dans *Carlo Acutis* (Emmanuel Jeunesse). Pour les lycéens et étudiants, *Bla bla Carlo* (éditions du Signe) de Jean-Jacques Riou imagine un voyage en voiture de Carlo avec un personnage fictif, Enzo, l'occasion de belles discussions. Complétant pour les adultes cette sélection non exhaustive, *Prier 15 jours avec Carlo Acutis* du Père Will Conquer invite à méditer quinze phrases du jeune Italien. S. P.



gloria

Un mensuel catholique pour approfondir sa foi et alimenter sa culture générale

Nouveau !
Le numéro d'avril est paru.



LE CADEAU IDÉAL POUR LES FÊTES DE LA FOI !

Numéros et abonnements sur magazine-gloria.fr

Les 7 secrets de sainteté de Carlo Acutis

Pour aider ses élèves de catéchisme à progresser spirituellement, Carlo a élaboré un « kit sainteté ». On pourrait résumer celui-ci par les termes suivants : une vie sacramentelle intense.

« **J**e veux vous donner quelques-uns de mes secrets très spéciaux qui vous aideront à atteindre rapidement le but de la sainteté, écrit Carlo. N'oubliez jamais que vous pouvez, vous aussi, devenir un saint ! Vous devez tout d'abord le désirer de tout votre cœur et, si vous ne le désirez pas encore, vous devez le demander avec insistance au Seigneur. » Marie et Jean-Baptiste Maillard ont récupéré cette fameuse méthode et la développent dans *Le kit sainteté de Carlo Acutis* (éditions Emmanuel). Chaque conseil a été écrit par Carlo lui-même en ces mots. Le commentaire est des auteurs du livre, qui œuvrent dans l'évangélisation en ligne.

1 Essayez d'aller à la messe tous les jours et de recevoir la sainte communion. Carlo a également dit : « Si tu vas à l'Eucharistie tous les jours, tu vas directement au Ciel ! » Il est vrai qu'elle est la source et le sommet de la vie chrétienne. Carlo se rendait à la messe tous les jours, généralement le soir à 18h, à la paroisse Santa Maria Segreta à Milan. Si cela nous semble compliqué ou que l'envie nous manque, nous pouvons commencer par demander le désir de goûter au trésor de la messe quotidienne (*lire aussi notre article [La messe en semaine, un rendez-vous d'Amour](#)*).

2 Si vous le pouvez, faites quelques moments d'adoration eucharistique. Carlo affirme : « Adorer Dieu, c'est revenir au pied de la croix comme Jean à Jérusalem, c'est trouver le Ciel déjà sur la Terre, c'est se mettre en présence du mystère de sa présence et s'associer à son offrande d'amour. » Il donne deux mots pour caractériser l'entretien avec Jésus : familiarité et confiance. Il propose des prières spontanées telles que : « Ô Jésus, fais-moi t'aimer un peu plus ». Au tabernacle, « Jésus nous attend », comme le disait le Curé d'Ars, un saint apprécié de Carlo.

3 N'oubliez pas de réciter le saint rosaire tous les jours. « La répétition fait descendre les mystères de l'esprit au cœur, déclare Carlo. En rythmant nos prières, elle nous aide à élever nos âmes vers le Ciel. » Petites astuces de Marie et Jean-Baptiste Maillard : commencer par une dizaine



Unsplash

“ Si tu vas à l'Eucharistie tous les jours, tu vas directement au Ciel ! ”

par jour, puis passer progressivement à un chapelet entier (cinq dizaines). Ou encore, le dire pour une intention précise.

4 Lisez chaque jour un passage de l'Écriture sainte pour vous-même. Chaque jour, Carlo prenait un petit passage de la Bible comme une boussole pour sa journée. Deux de ses passages préférés : la parabole du semeur, et le psaume 50 (« Lave-moi et je serai blanc, plus que la neige... »). Pourquoi ne pas recopier son passage préféré de la Bible et l'afficher chez soi ?

5 Si vous le pouvez, confessez-vous chaque semaine, même les péchés véniels. Si une fois par semaine nous semble beaucoup, la parole du saint Padre Pio pourrait nous éclairer : « Même une pièce propre et inoccupée accumule la poussière ; revenez après une semaine et vous verrez que la poussière doit être enlevée de nouveau. » Carlo, quant à lui, compare l'âme à une montgolfière : « Pour s'élever vers le Ciel, elle a besoin d'enlever même les plus petits poids que sont les péchés véniels »

6 Prenez souvent des résolutions et adressez des requêtes au Seigneur et à la Sainte Vierge Marie pour venir en aide aux autres. Autrement dit, pour pratiquer la charité, nous avons besoin de l'aide de Jésus et de la Vierge Marie. « Carlo était ami avec tous, les pauvres, les malades, les personnes différentes ou exclues », rappellent Jean-Baptiste et Marie Maillard. Il aidait la femme de ménage de ses parents, pour qu'elle puisse ne pas rentrer trop tard chez elle, où sa fille l'attendait.

7 Demandez l'aide de votre ange gardien, qui doit devenir votre meilleur ami. Inspiré par les saints, Carlo priait son ange gardien. On peut demander à ce fidèle compagnon de l'aide pour penser à prier, pour ne pas oublier quelque chose, pour son travail. Comme les autres, ce « secret de sainteté » n'est pas une pratique qui serait un but en soi, mais une façon de rendre son cœur plus disponible à l'action de Dieu en nous !

S. P.

Le décor de la chapelle des Milandes, méditation en images pour la Semaine sainte

Mystère central de la foi chrétienne, la Passion du Christ est le dénominateur commun de la foi de tous les fidèles. Peut-être avez-vous, à l'occasion du Carême, enrichi la décoration de votre « coin prière » avec de belles images pieuses de chemin de croix, comme si l'œil pouvait servir de support à la méditation de l'âme. Ce besoin est loin d'être nouveau ! En particulier, les chrétiens de la toute fin du Moyen Âge ont été friands de représentations poignantes, pathétiques, voire sanglantes, qui puissent leur faire prendre conscience de la réalité des souffrances du Christ endurées par amour, pour notre salut. Ce courant, appelé la *devotio moderna*, a donné lieu sur le plan littéraire à l'*Imitation de Jésus-Christ*, ouvrage au succès considérable.

Replongeons-nous en Périgord à la toute fin du XV^e siècle. François de Caumont, qui vient d'édifier pour son épouse, Claude de Cardaillac, le château des Milandes, y adjoint une collégiale, qu'il fait somptueusement orner. Le programme des peintures murales, couvrant alors la quasi-totalité de l'intérieur de la chapelle, est extrêmement riche, avec notamment une *Annonciation* et un gigantesque *Saint Christophe*. Et ce n'est pas tout : la chapelle latérale gauche est autant un joyau pictural qu'un livre d'images sur la Passion et la Résurrection du Christ ; aussi ne pouvais-je que vous la soumettre comme support de méditation pour la Semaine sainte.

Mais avant de plonger dans la contemplation de ces scènes, il convient en premier lieu de mesurer le miracle de leur préservation. Après la Révolution, l'édifice, vendu comme bien national avec le reste du domaine seigneurial, est en effet transformé en étable. Pour y faire entrer le bétail, une large ouverture est percée dans le mur nord de la chapelle latérale, entraînant la disparition complète du décor peint à cet endroit. La voûte de cette même chapelle a également souffert d'infiltrations d'eau dues à l'ancienne toiture de lauzes, ce qui a grandement endommagé les peintures qu'elle portait. Plus encore, jusqu'à leur spectaculaire redécouverte en 2019, l'ensemble des peintures murales était dissimulé sous un enduit de plâtre, lui-même appliqué après un piquetage irrégulier du décor. Paradoxalement, cette couche d'enduit, en le protégeant, a permis à ce chef-d'œuvre de traverser le temps en conservant toute sa fraîcheur.



© Victoire Ladreit de Lacharrière

Malgré les affres du temps et les aléas de l'histoire, le visiteur peut donc aujourd'hui contempler une bonne partie du décor originel de la chapelle nord, récemment restaurée.

Sur le mur le plus proche du chœur (en photo ci-dessus), on peut contempler une *Déploration*. Cette scène capture toute l'intensité du drame du Golgotha. Le corps du Sauveur, descendu de la croix et déjà raidi par la mort, repose dans les bras de sa Mère. Le choix d'un tel thème est sûrement à mettre en relation avec la dévotion à Notre Dame des sept douleurs, promue par la spiritualité de l'ordre des Annonciades tout récemment créé par sainte Jeanne de France. La Vierge Marie porte un ample voile-manteau bleu sombre qui vient totalement cacher sa chevelure ; les mains jointes devant sa poitrine expriment sa prière tout autant que son immense peine.

À gauche, saint Jean soutient la tête du Christ, tandis qu'à droite, sainte Marie-Madeleine panse la plaie de sa main à l'aide d'un calame enduit de baume. Deux anges encadrent la Vierge : l'un porte la lance, l'autre, sans doute, le bâton de l'éponge imbibée de vinaigre. Au-dessus d'elle, deux autres anges planent, soutenant la croix placée en arrière-plan. Celle-ci se détache sur un paysage verdoyant, parsemé d'arbres et de fraises des bois. À droite de cette scène s'élève la Ville sainte de Jérusalem, ceinte de murailles. Dans le ciel rougeoyant, une lune apparaît encore à droite, probablement accompagnée à gauche par un soleil aujourd'hui disparu.

Au niveau de la voûte, quelques vestiges du décor permettent d'identifier le thème des Anges portant les instruments de la Passion. Le plus visible est celui portant la Couronne d'épines. Ces figures célestes offraient une méditation silencieuse sur le sens du sacrifice rédempteur du Christ. Un tel thème doit son origine à un poème composé par le Bon roi René lui-même, et s'il nous paraît aujourd'hui original, il était très en vogue à l'époque.

Enfin, sur le côté gauche, est représentée la Résurrection du Christ au matin de Pâques (ci-contre). Auréolé de gloire, vêtu d'un ample manteau rouge et arborant l'étendard de sa victoire, le Christ triomphant émerge du tombeau. La partie inférieure de la composition a malheureusement disparu, mais il est encore possible de distinguer à gauche l'extrémité d'une hallebarde, qui vient confirmer la présence ancienne des gardes romains endormis de part et d'autre du sépulcre.

Quel pouvait être le sujet de la scène autrefois représentée entre la Déploration et la Résurrection, sur ce mur central percé d'une porte après la Révolution ? Peut-être une Crucifixion, en écho aux Anges de la voûte ? Plus vraisemblablement, on peut supposer qu'il s'agissait d'une Mise au tombeau, dans la lignée de celles que l'on peut admirer à Biron, Solesmes, Chaource ou Chaumont.

Non seulement un tel choix iconographique aurait correspondu avec le déroulement narratif naturel des scènes, mais il aurait pris tout son sens dans la chapelle des Milandes, en regard de la chapelle funéraire des seigneurs, qui constitue le bras sud du transept. En figurant Jésus pleinement homme, en train d'être déposé dans son sépulcre, cette probable Mise au tombeau aurait créé un parallélisme évident avec la chambre mortuaire des seigneurs de Caumont située juste en face, où tous les membres de la maisonnée venaient se recueillir sur la dépouille du maître des lieux.



© Victoire Ladreit de Lacharrière

L'ensemble du décor semblerait ainsi conçu pour exprimer une profonde vérité spirituelle : les seigneurs de Caumont, unis aux souffrances du Christ qui avait partagé leur condition mortelle, sont appelés à ressusciter avec Lui. Douleur, silence, triomphe : la chapelle des Milandes devait donc déployer en trois actes le cœur de la foi chrétienne. Une méditation qui, en ce Triduum, résonne pour chacun de nous, du deuil à l'espérance, de la Croix à la lumière pascale.

*Victoire Ladreit de Lacharrière,
diplômée en histoire de l'art et portraitiste*

CHOISISSEZ UNE VOCATION QUI CHANGE DES VIES

devenez **professeur d'école libre !**

Concours d'entrée

samedi 24 mai ou
mercredi 4 juin

de 9h à 16h

120 avenue du général Leclerc, 75014 Paris

FORMATION INITIALE
ENSEIGNANT DU PREMIER DEGRÉ

Inscription obligatoire



Anne-Laure de Vigneral, sous le signe de l'accueil



© Coll. particulière

Plusieurs chapitres ont déjà été écrits dans la vie bien remplie d'Anne-Laure de Vigneral. D'abord développeuse informatique, elle s'est mariée avec Christophe et a déménagé dix fois en sept ans, en raison du travail de celui-ci dans l'exportation. Puis le couple s'est installé dans la propriété familiale de Christophe, à Ville-Saint-Jacques, non loin de Fontainebleau. « *En attendant mon troisième enfant - nous en avons cinq aujourd'hui -, j'avais monté ma boîte de couture, "De mes dix doigts", renommée "Bobinette et souricette", où je vendais en ligne des motifs à broder, puis des kits de broderie et de couture pour les enfants, raconte Anne-Laure. J'ai revendu cette petite entreprise pour me consacrer à l'exploitation du domaine, avec deux grands gîtes incluant 34 couchages et une petite salle de réception.* »

Anne-Laure s'occupe de l'accueil et du développement commercial des gîtes, qui sont complets tous les week-ends, la proximité de Paris aidant ; une salariée s'occupe de la remise en état des chambres.

Depuis quelques années, un autre projet occupe beaucoup notre interviewée : le festival Christ en Scène. « *Au départ, nous voulions trouver quelque chose pour nourrir spirituellement nos enfants. Nous avons monté un groupe de louange sur la paroisse. Puis nous avons eu l'idée de lancer un week-end pour louer le Seigneur, dans notre propriété ! Nous avions le désir de placer notre mariage sous le signe de l'accueil, et aujourd'hui la chance d'avoir l'espace qui le permet.* »

Avec l'accord de l'évêque et le concours d'une trentaine de bénévoles, le festival Christ en Scène est né, avec une première édition en 2023. « *C'est un festival de musique chrétienne contemporaine, avec de la pop, du rock, de l'électro, du reggae... Cette année, il y aura Conozco, Hopen, Alive, ou encore Dan Luiten. L'objectif est notamment de montrer une dynamique que les personnes loin de l'Église n'imagineraient pas forcément.* » Pour les plus jeunes, il y aura aussi un espace dédié avec des ateliers et des témoignages ; mais également un village des artisans ou encore un lieu pour prier.

Alors qu'Anne-Laure et son mari se demandaient s'il était pertinent de lancer une troisième édition du festival, ils ont reçu le mail d'un jeune ingénieur son, bénévole la première année, qui a décidé d'entrer en catéchuménat à la suite de son expérience du festival. « *Cela nous a confortés pour lancer cette nouvelle édition !* » Elle aura lieu les 4 et 5 juillet 2025.

Élise Tablé

QUESTIONNAIRE DE PROUST REVISITÉ

Une odeur de votre enfance ? L'herbe tondu lorsque mon papa tondait la pelouse.

Le principal trait de votre caractère ? Mille idées à la seconde, très créative, toujours envie de lancer un nouveau projet... et parfois un peu difficile à suivre !

Un défaut que vous avez ? Vouloir être dans la maîtrise tout le temps et avoir du mal avec les changements - lorsqu'ils ne viennent pas de moi !

Un chant qui vous redonne de l'énergie ? Praise d'Elevation Worship. et beaucoup de chants de louange d'ailleurs, ça tourne en boucle à la maison et en voiture. Une ado de la maison trouve d'ailleurs qu'on pourrait diversifier un peu, car nous n'avons que des CD de musique chrétienne...

La pièce préférée de votre armoire ? Un sweat brodé « *J'peux pas, j'ai louange* » pour deux points : la louange porte mon quotidien. De plus, c'est le sweat du petit groupe de louange locale nommé « *J'peux pas, j'ai louange* », il a été

montée par mon mari et je suis admirative de ses projets, de ses engagements, et de ce temps qu'il donne aux autres.

Votre prière préférée ? Notre Père : la phrase « *Que Ta volonté soit faite* » a un sens très profond. Elle représente la confiance que j'ai dans le Christ, mais que j'ai parfois du mal à exprimer en voulant rester dans le contrôle. Cela représente le chemin qu'il trace pour moi, et que j'accepte de prendre, non sans mal parfois.

Propos recueillis par É. T.

UNE FEMME DANS L'HISTOIRE

Élisabeth II, la Reine

Le 6 septembre 2022, la reine Élisabeth II se présentait pour la dernière fois devant les médias de son royaume, et cette ultime apparition fut l'accomplissement d'un acte de gouvernement : l'accueil, au château de Balmoral, en Écosse, du nouveau Premier ministre, Liz Truss. Le 8 septembre, la reine rendait son âme à Dieu, au terme d'un règne débuté en 1952, à l'âge de 25 ans seulement.

Ces soixante-dix ans de règne, Élisabeth II les a tout entiers consacrés au service des peuples que la Providence lui avait confiés, ainsi qu'elle leur en avait fait le serment du vivant même de son père Georges VI, à l'occasion d'un de ses premiers messages officiels radiodiffusés. Elle a tenu parole jusqu'au dernier souffle, mais de l'aveu de son secrétariat particulier, loin d'un fardeau, la reine aima passionnément son métier.

Ce goût pour les affaires l'amena à s'informer de tout, sans sortir de son rôle de neutralité politique. Accompagnée d'un cabinet privé très efficace, la reine lisait chaque jour les compte-rendus des débats du Parlement, les documents adressés par les ministères, les notes de ses ambassadeurs, la presse britannique et internationale, tant et si bien que l'un de ses anciens Premiers ministres, John Major, la considérait comme l'une des femmes les mieux informées du monde.

Le premier chef de son gouvernement, Churchill, avec une expérience politique de plus d'un demi-siècle, contribua grandement à sa formation, mais rapidement, ses Premiers ministres successifs surent apprécier, dans leur entretien heb-

domadaire avec la reine, la justesse de ses conseils et de ses questions, la haute qualité de son écoute, et le bénéfice inestimable qu'il y avait pour eux à pouvoir discuter des affaires du Royaume-Uni avec un chef politique qui jamais ne serait leur concurrent, mais toujours leur partenaire, quelle que soit leur couleur partisane.

mais non destinée à gouverner. Son père n'était en effet que le deuxième dans l'ordre de succession. La mort du roi Georges V en 1936, puis l'abdication du roi Édouard VIII au terme de la même année, conduisit Georges VI, frère cadet du précédent, au trône de l'une des premières nations du monde, et Élisabeth au rang d'héritière. Té-



Nasa/Wikimedia commons

Si le pouvoir opérationnel de la reine est resté faible, son influence sur les affaires fut considérable, avec cette hauteur de vue et ce sens psychologique qui caractérisaient cette travailleuse acharnée, toujours à jour de ses dossiers.

Pourtant, rien ne prédisposait Élisabeth II à diriger le Royaume-Uni, ainsi que le Commonwealth, association héritière de l'Empire britannique. Née en 1926 à Londres, Élisabeth, avec sa sœur Margaret, vécut d'abord la vie aimable d'une princesse d'Angleterre, consciencieuse, serviable, pieuse, tôt éprise d'équitation,

moins directe du complet dévouement de Georges VI à ses sujets, Élisabeth marcha d'emblée dans ses pas, se prêtant aux obligations de sa nouvelle charge. Dans les heures terribles de la Seconde guerre mondiale, on l'entendit ainsi émettre un premier message d'espérance, en 1940, à l'adresse de tous les enfants du royaume. En 1944, Élisabeth s'engageait dans le service auxiliaire des armées et menait avec ses camarades la rude vie des camps en Angleterre. Elle était alors une des icônes de la résistance britannique contre l'Axe. La fin de la guerre et le retour à la vie normale furent aussi, pour Élisabeth, le temps du mariage.

Loin d'une union politique et arrangée, la rencontre avec le prince Philippe fut une authentique histoire d'amour. Philippe de Grèce, jeune officier de la Royal Navy, était alors un prince errant et ruiné, issu d'une branche cadette de la famille de Grèce, ayant vécu en Allemagne, en France et au Royaume-Uni, protégé de ses cousins Mountbatten. La première rencontre entre Élisabeth et Philippe remontait à la guerre, mais ce ne fut qu'en 1947 que Georges VI donna son accord à ce mariage.

De ce jour, Philippe devint le premier et indéfectible soutien de son épouse, renonçant à la carrière d'officier en 1952, date de l'accession au trône de sa femme. Consciente des exigences de sa charge, Élisabeth, épouse et mère par ailleurs traditionnelle quand elle se trouvait au foyer, ne partagea jamais avec son époux les secrets et les exigences de l'État. Philippe était son soutien et son appui, un atout pour la royauté, mais n'exerça pas de rôle de gouver-

nement. Cette nette distinction des sphères fut un des équilibres de la vie de la reine, et un des points forts du règne.

Les enfants d'Élisabeth II et de Philippe, Charles (1948), Anne (1950), Andrew (1960) et Edward (1964) eurent parfois à souffrir de l'engagement total de leur mère au service de l'État, et donc d'une certaine absence auprès d'eux, mais sa profonde rectitude en toutes choses fut, de leur aveu, pour eux aussi une boussole dans l'existence, notamment lorsque vinrent les tempêtes de la dernière partie du règne, marquée par les déboires matrimoniaux des jeunes princes et princesse de la maison d'Angleterre, médiatisés par la presse britannique.

Ses sujets lui reprochèrent parfois une certaine froideur, notamment à la mort, en 1997, de Lady Diana, ancienne épouse de l'actuel roi Charles III, mais après les années, tous les commentateurs lui furent

finallement reconnaissants de cette profonde dignité qui fut sa marque dans le bonheur comme le malheur, avec cependant, cette affection non feinte pour les personnes éprouvées - comme les blessés des attentats de Londres en 2012 -, qu'elle visita à l'hôpital, et cet humour discret dont elle faisait preuve dans ses déplacements officiels. Ces équilibres dans sa vie lui permirent d'accompagner le Royaume-Uni dans tous les changements des soixante-dix dernières années ; mutation de l'Empire en Commonwealth d'États indépendants, chamboulements de société de l'ère post 1968, défis écologiques, immigration, mise en place puis disparition progressive de l'État providence, guerre terroriste en Irlande du Nord, perte d'influence de l'Église anglicane, etc.

Au terme de son règne, tous, même les partisans d'une république, reconnaissaient en elle un grand chef d'État et une femme de haute valeur.

Gabriel Privat

FONDATION NATIONALE
POUR LE CLERGÉ

Fondation reconnue d'utilité publique

« JE ME SUIS TROUVÉ BIEN PARTOUT ! »

Père Louis Brindejoc,

Ker-Anna : résidence senior du diocèse de Rennes

Le Père Brindejoc est un prêtre heureux qui a eu une vie bien remplie ! Curé de paroisses en zones rurales ou urbaines, conseiller spirituel de couples au sein des Équipes Notre-Dame, accompagnateur au sein du Mouvement des Cadres Chrétiens, aumônier d'étudiants et enfin directeur diocésain adjoint de l'enseignement catholique. Il est également un sociologue averti. Il vit aujourd'hui à la Résidence Ker-Anna.

FAITES UN DON SUR :

WWW.FONDATIONDUCLERGE.COM

OU PAR CHÈQUE À :

FONDATION NATIONALE POUR LE CLERGÉ

3 RUE DUGUAY-TROUIN - 75280 PARIS CEDEX 06

La Fondation Nationale pour le Clergé accompagne la **santé et la protection sociale** de milliers de prêtres, religieuses et religieux tout au long de leur vie. Elle **finance** par exemple la **construction ou la rénovation d'infirmières ou d'EHPAD** et des **programmes de santé pour prêtres en activité**. Tous les projets sont à découvrir sur le site internet.

Mehdi Djaadi, l'infertilité entre rire et larmes

Connu pour son seul-en-scène « *Coming-out* » nommé aux Molières, le comédien Mehdi Djaadi revient avec un nouveau spectacle, « *Couleur framboise* », où il aborde notamment le sujet intime de l'infertilité, épreuve à laquelle son épouse et lui ont été confrontés. Entretien.

Zélie : Avez-vous toujours voulu devenir père ?

Mehdi Djaadi : Aussi loin que je me souviens, j'ai toujours eu le désir d'être père. J'ai été éduqué dans une famille où celle-ci est un socle. En plus de la paternité, il y avait aussi l'amour que je portais aux enfants. Comme un don, j'ai toujours eu une belle connexion avec eux, sûrement grâce à ma mère, qui était nourrice, et qui nous a transmis l'amour des petits. En me mariant, j'avais ce fort désir de devenir père.

Qu'est-ce qui vous a amené à créer ce seul-en-scène qui raconte une expérience d'infertilité ?

Dans mon précédent seul-en-scène, *Coming-out*, j'avais éprouvé un sentiment d'urgence à parler de sujets tabous, comme la liberté de conscience, les conversions,

Un spectacle libérateur

Faire rire pendant 1h20 sur le thème de l'infertilité : c'est le pari pour le moins audacieux de Mehdi Djaadi. Et il est réussi : le comédien, qui incarne de nombreux personnages – lui-même, ou en tout cas son double ; les soignants : son épouse ; sa mère ; des personnages un peu archétypaux de la société ; et même une marmotte ! – dit tout haut ce que beaucoup pensent tout bas, notamment ceux qui souffrent en silence de l'infertilité. Il parle des trois voix qui subsistent dans sa tête : le musulman, le chrétien – il s'est converti au catholicisme – et l'athée. Après plusieurs représentations en mars, le spectacle *Couleur framboise* reviendra de septembre à Paris et en région. *S.P.*

> kimaimemesuive.fr/mehdi-djaadi-couleur-framboise



Photo © Stéphane Kerrad

ou la place des religions dans la société et dans l'art. Dans ce deuxième spectacle, je voulais interroger des sujets de société. Dans une interview pour le média en ligne *Lou*, j'ai raconté mon histoire autour de l'infertilité masculine, et le fait que mon épouse et moi voulions trouver une autre fécondité, en devenant famille d'accueil. J'ai alors reçu des centaines de messages, qui me remerciaient d'oser aborder ce sujet. Avec ce nouveau seul-en-scène, j'ai souhaité partir de mon histoire personnelle et ainsi continuer à creuser des sujets de société, tels que la bioéthique, l'écologie ou le religieux.

Quelles émotions avez-vous traversées dans votre couple, pendant ces cinq années de désir d'enfant ?

Nous sommes passés par toutes les émotions : l'attente, l'espoir, le désespoir, l'espérance. Cela nous a beaucoup unis ; cette épreuve a consolidé notre couple. Nous avons aussi vécu la tristesse, l'incompréhension, les larmes. Ces années ont été chargées en émotions fortes. Chacun de nous a été bien accompagné spirituellement. Nous avons eu la chance de toujours essayer de mettre des mots sur ce que chacun de nous vivait. Cependant, il y a plein d'endroits où je n'ai pas pu rejoindre mon épouse ; et inversement. Quand nous avons senti que cela commençait à affecter notre couple et à abîmer notre relation à Dieu, nous avons décidé de partir marcher ensemble pendant deux mois vers Assise.

En quoi cette épreuve de l'infertilité a-t-elle influencé votre vision du masculin ?

Cette épreuve m'a dit quelque chose de la vulnérabilité. Elle m'a permis d'accepter celle-ci. La vulnérabilité permet une humilité, qui nous place à un bon endroit par rapport à soi, aux autres et au divin. Beaucoup de saints m'ont accompagné, notamment saint Joseph. Cette figure m'a marqué dans son acceptation d'une autre forme de



paternité et de virilité, de quelque chose qui le dépasse, à savoir une fécondité autre. La patience et le silence de saint Joseph m'ont beaucoup accompagné.

Vous avez utilisé en couple la naprotechnologie – aide médicale à la procréation naturelle –, et vous en parlez, par exemple à travers une sorte de comptine humoristique : « Pic +7, on stoppe les gommelettes, on file sous la couette. » Comment avez-vous vécu cette méthode de restauration de la fertilité ?

Nous étions contents qu'il y ait ce genre de possibilité d'être accompagnés. Dans notre cas, nous avons trouvé que la naprotechnologie a été un beau chemin. Les accompagnatrices étaient très délicates et bienveillantes. Cela nous a permis de mieux connaître notre corps, et notamment celui de mon épouse. Ce que j'ai trouvé moins agréable, c'est tout ce travail d'observation des glaires, des prises de sang... J'ai trouvé cela très invasif. Ce n'est pas une solution miracle, mais chaque couple peut en tirer de beaux fruits.

Dans *Couleur framboise*, vous évoquez souvent la question de l'écologie, en lien avec la parentalité. Que voulez-vous montrer à travers ce regard critique sur une certaine écologie ?

En effet, l'écologie tient une très grande place dans le spectacle. J'interroge notamment le rapport parfois un peu bourgeois et déconnecté du réel de l'écologie. On dit qu'il faut « préserver le vivant, préserver les hérissons », mais on oublie l'homme et la femme. Or, il y a des chiffres alarmants sur l'infertilité, et nos modes de vie ont un impact sur celle-ci.

Pour ma part, j'ai été pétri par l'encyclique *Laudato si'*. On cantonne parfois l'écologie à des questions de tri, mais il y a quelque chose dans l'écologie qui est évangélique, qui mène à la sobriété.

Votre femme et vous avez vécu plusieurs fausses couches, et vous avez donné un prénom à chacun de ces enfants. Or, à un moment, vous jouez une spectatrice qui dit, un peu lasse : « À la troisième fausse couche, je m'en vais ! » Peut-on rire de tout, même d'événements aussi douloureux que celui-ci ?

Le seul-en-scène *Couleur framboise* prouve que rire de cela est possible, puisque ce que dit cette spectatrice fait rire la salle. Dans mes spectacles, je ne veux pas me moquer. Cependant, l'humour est un moyen pour faire passer des messages. En parlant avec humour de fausse couche – ou grossesse interrompue, comme on dit aujourd'hui –, je voulais ne pas ajouter du *drama* au *drama*, mais plutôt manier l'autodérision. Depuis, j'ai reçu beaucoup de témoignages de femmes qui se sont retrouvées dans le spectacle. C'est aussi sa fonction cathartique : le théâtre met des mots, extériorise. Cela participe à sa beauté. Cela permet de sortir d'une sorte de torpeur autour de ces sujets. Et puis c'est un spectacle grand public qui s'adresse à tous, concernés ou non par les sujets traités.

Vous racontez deux mois de marche à deux, de Vézelay à Assise (photo ci-dessus). Qu'est-ce que cela a apporté à votre couple ?

D'abord, la possibilité de passer deux mois avec la personne qu'on aime. S'octroyer ce temps est précieux, tout comme se retrouver l'un avec l'autre dans la sobriété. On est loin de la vie parisienne où l'on est parfumé ; là on voit l'autre dans l'effort, la sueur, la difficulté. Cependant, on est aussi dans la beauté, l'émerveillement, la sensation de faire partie de la nature. Cela a changé notre rapport au monde. Avec la figure de saint François, nous avons suivi les routes – rarement goudronnées – qui mènent à Assise.

Dernière question : pour votre spectacle, comment arrivez-vous à apprendre par cœur 1h20 de texte ?

Quand je vois des amis qui travaillent dans l'informatique ou le conseil, je suis à chaque fois étonné de ce qu'ils parviennent à faire, et je me dis qu'à leur place, je n'y arriverais jamais ! C'est un peu pareil pour le métier de comédien. C'est beaucoup de travail, des heures de répétition. Je travaille souvent dans l'urgence, j'ai besoin d'être sur le plateau. J'ai coécrit le texte de ce spectacle, donc cela est plus simple à mémoriser que lorsque je ne suis pas l'auteur. Quand j'y pense, les trente personnages différents de ce spectacle ont chacun une façon de parler et de bouger différente : c'est incroyable d'avoir cette possibilité de créer et d'incarner tous ces personnages !

Propos recueillis par Solange Pinilla

Une réaction à ce numéro ?

Répondez au sondage, en cliquant [ici](#) >

<https://forms.gle/QQDzNjtWcFW59eWD8>

EN MAI DANS ZÉLIE
Réfléchir par soi-même



QUESTIONNAIRE
DE PROUST
MARRAINE-FILLEUL(E)
À IMPRIMER



Zélie
100% féminisme • 100% écologie

(à faire également avec
votre neveu, nièce, enfant,
petit-enfant... de 3 à 16 ans)

Mon premier doudou

Si j'avais une baguette magique, je...

Mon jeu de société préféré

Un sujet qui me passionne

Le métier que j'aimerais faire

Un sport que j'apprécie

La première chose faite au réveil

Mon gâteau préféré

Un(e) saint(e) que j'admire

Une musique qui m'apaise

Une qualité que j'ai

Un livre que je relis

J'aime discuter avec...

Un cadeau dont je rêve

Mon film favori

Un lieu où partir en vacances

Ce qui me rend triste

Une prière que j'aime

Esprit de PATRONAGE INCUBATEUR

**OUVRIR
UN PATRONAGE,
POUR LES FAMILLES
DE MA PAROISSE,
C'EST POSSIBLE !**

Le patronage est un soutien précieux aux familles. C'est un lieu de croissance intégrale qui ouvre ses portes lorsque celles de l'école ferment.



Nous vous informons
et vous accompagnons
gratuitement

www.espritdepatronage.org

