

Zelie

100% féminin • 100% chrétien



PARCOURS :
UN CARÈME SPORTIF

MODE : INCROYABLES
ET MERVEILLEUSES

VOYAGE
EN ITALIE

Marine Beauté
patrimoine et psycho

SŒURS
ET FRÈRES

pour la vie

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, ce soir-là, dans une dépendance de l'abbaye du Mont-Cassin en Italie, Benoît et Scholastique dînaient ensemble. Tous les deux religieux, le frère et la sœur savouraient leur unique rencontre annuelle. Scholastique proposa à son frère de rester dormir. « *Pas question, je ne veux pas passer la nuit en dehors du monastère* », refusa Benoît. Sa sœur se mit à pleurer silencieusement, et couvrit son visage de ses mains. Quand elle les retira, le tonnerre retentit, le ciel s'obscurcit, les éclairs traversèrent le ciel, la pluie et le vent firent rage. « *Qu'avez-vous fait, ma sœur ?* », s'exclama Benoît. « *J'ai prié Dieu qui, lui, m'a exaucée* », répondit Scholastique tranquillement. Ils purent alors discuter toute la nuit. C'était la dernière fois qu'ils se voyaient, ainsi que le raconte saint Grégoire le Grand. On dirait bien ici que ce que sœur veut, Dieu le veut ! Il est vrai que la relation entre deux membres d'une fratrie n'est semblable à aucune autre. Dans bien des cas, nous passons davantage de temps occupés avec nos frères et sœurs qu'avec nos parents. Et lorsque notre père et notre mère meurent, la relation de fratrie, elle, survit... Bien sûr, encore faut-il avoir des frères et sœurs, car en France, 45% des familles ont un seul enfant de moins de 18 ans - et 39% deux enfants, 12% trois enfants, 4% quatre enfants ou plus (Insee 2020). Il arrive aussi qu'un grand écart d'âge entre l'aîné et le dernier ou le fait de ne pas vivre sous le même toit - départ en pension, ou séparation des parents par exemple - fasse qu'on vit pas dans le même bain de mots, d'odeurs, de couleurs, de musique, de références culturelles, ce capital sensoriel, affectif et mental qui construit les souvenirs d'enfance... Bonne lecture de ce numéro !

Solange Pinilla, rédactrice en chef

SOMMAIRE

- 4 Que serais-je sans toi ?
- 6 Bienheureuse Eugénie Smet, la providence des âmes du Purgatoire
- 7 Incroyables et Merveilleuses : la revanche de la mode
- 9 Les bonnes nouvelles de janvier
- 10 Muffins aux amandes, pommes et bananes
- 12 Sœurs et frères pour la vie
- 13 Marthe et Marie, jumelles uniques
- 14 Côme et Astrid, une entreprise familiale
- 15 La méthode Imago pour les fratries
- 16 Caïn et Abel sur la voûte de Saint-Savin
- 18 Culture : nos pourquoi
- 19 Marine Beauté, allier psychologie et gestion de patrimoine
- 20 Couple : « Mon conjoint n'est pas croyant »
- 22 Voyage en Italie
- 24 Parcours : un Carême sportif

COURRIER DES LECTRICES

À propos de l'article « *L'indienne : une mode qui ne se démode pas* » (*Zélie n°91, p. 7 et 8*)

« Petite anecdote, effectivement, ma deuxième petite-fille s'est mariée le 27 décembre en Bretagne, je ne savais pas quoi choisir comme robe. Finalement, j'ai mis la robe que j'avais faite pour le mariage

de mon fils aîné, son papa, qui s'était marié il y a 26 ans. Style tissu indienne dans tous les tons avec une dominante bordeaux, mais plutôt en synthétique. Pas à la mode, pas démodée, unique et très classe. C'est un petit clin d'œil à votre article de janvier sur l'indienne. Tellement magnifiques ces tissus indiens ! » *Claudine*

« Bravo pour l'article sur les indiennes qui furent effectivement l'un des accélérateurs de la révolution industrielle, détail le plus souvent inconnu. » *Valérie*



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 p. 1 : © Divine Box (voir article p. 14)
Les images sans crédit photo indiqué sont sans attribution requise.

Que serais-je sans toi ?

Les relations dans une fratrie peuvent aller du pire au meilleur, de Caïn et Abel aux disciples Jacques et Jean, en passant par différents degrés de rivalité et de jalousie. Cependant, la fraternité est un tout d'abord un appel à nous considérer comme frères du Christ – et donc enfants du même Père – et, dans une certaine mesure, responsables les uns des autres. Qu'en dit la Bible ?

La Bible commence par la création de l'univers, puis de l'homme et de la femme. « *Et Dieu vit que cela était très bon* ». Mais le serpent intervient, et c'est la chute, l'expulsion du jardin d'Eden. Dès le quatrième chapitre du premier livre de la Bible, Adam et Ève ont deux fils, Caïn et Abel, l'un est cultivateur, l'autre éleveur. Mais cette toute première fratrie est déjà fratricide : par jalousie, Caïn tue Abel.



Jésus chez Marthe et Marie par Castaing (1924).

La Genèse nous offre de nombreux récits de relations plus ou moins chaotiques entre frères et sœurs, telles celles des jumeaux Jacob et Esaü (chapitres 25 à 33), des sœurs Rachel et Léa (chapitres 29 à 31) ou des douze fils de Jacob (chapitres 37 à 50). Dans le Nouveau Testament, nous découvrons les tiraillements entre Marthe et Marie, sœurs de Lazare et amies de Jésus, la jalousie du frère aîné du fils prodigue, mais également deux fratries plus paisibles parmi les apôtres, Jacques et Jean que Jésus n'en surnomme pas moins les fils du tonnerre, et Pierre et André.

Qu'on le veuille ou non, la famille est la cellule fondamentale de la société. Or, « *on ne choisit pas sa famille* », comme nous le dit un proverbe bien connu. Il faut bien l'admettre, nos frères, nos sœurs nous sont donnés, et même imposés. Cependant, derrière le devoir d'accueil de l'autre se cache la question de Caïn : « *Suis-je le gardien de mon frère ?* » (Gn 4, 9).

Dans la Bible, en hébreu comme en araméen, et comme toujours aujourd'hui dans de nombreuses cultures, le mot « frère » n'a pas la signification biologique que nous lui donnons en Occident. Le frère peut être le cousin, le neveu ou tout descendant d'un ancêtre commun. Nous le voyons clairement lorsque Jésus dit à ses disciples : « *Celui qui fait la volonté de mon Père qui est aux cieux, celui-là est pour moi un frère, une sœur, une mère* » (Mt 12, 50). Nous pouvons alors aborder rapidement la polémique qui voudrait que Jésus ait des frères et des sœurs de sang. Trois silences bibliques peuvent mettre fin à cette idée reçue.

Lorsque l'ange demande à Joseph de fuir en Égypte, il lui dit « *Prends l'enfant et sa mère* », il ne dit pas « *Prends les enfants* ». Jésus est donc à ce moment-là le seul enfant dont Marie et de Joseph sont responsables. Lorsque Jésus, à douze ans, reste au temple de Jérusalem et que Joseph et Marie le cherchent, aucune mention n'est faite d'une éventuelle fratrie. Mais surtout, lorsqu'il se trouve sur la croix, Jésus confie Marie à Jean. Dans cette Galilée du premier siècle, il est impensable que Jésus ait confié sa mère à l'un de ses disciples si elle avait eu d'autres enfants. Marie serait bien évidemment restée près des siens. Mais à cette heure tragique, elle n'a plus personne. C'est donc le disciple bien-aimé qui la prendra chez elle.

Revenons cependant à nos fratries bibliques. La naissance du premier enfant participe à la Création par la formation de la famille : « *L'homme s'unit à Ève, sa femme : elle devint enceinte, et elle mit au monde Caïn. Elle dit alors :*

"J'ai acquis un homme avec l'aide du Seigneur !" » (Gn 4,1). Dieu est, en effet, partie prenante dans chaque « pro-création ». La naissance d'un deuxième enfant engendre la fraternité : « Dans la suite, elle mit au monde Abel, frère de Caïn » (Gn 4, 2), brisant ainsi le lien exclusif qui existe entre l'aîné et ses parents. Il n'est pas rare que le premier enfant ressente cela comme une intrusion, voire une trahison.

« **Abel devint berger, et Caïn cultivait la terre. Au temps fixé, Caïn présenta des produits de la terre en offrande au Seigneur. De son côté, Abel présenta les premiers-nés de son troupeau, en offrant les morceaux les meilleurs. Le Seigneur tourna son regard vers Abel et son offrande, mais vers Caïn et son offrande, il ne le tourna pas. Caïn en fut très irrité et montra un visage abattu.** » (Gn 4, 2-5).

La jalousie se développe et se manifeste de bien des manières. L'abattement, la tristesse de Caïn aurait pu suffire à l'exprimer. Le choix du Seigneur est logique : tandis que Caïn présente des produits, Abel choisit les premiers-nés et les morceaux les meilleurs. Cependant aucune explication rationnelle ne peut apaiser un tel ressentiment. De fait, ce que Caïn ne comprend pas, c'est le message que le Seigneur lui adresse personnellement : « *Le Seigneur dit à Caïn : "Pourquoi es-tu irrité, pourquoi ce visage abattu ? Si tu agis bien, ne relèveras-tu pas ton visage ? Mais si tu n'agis pas bien..., le péché est accroupi à ta porte. Il est à l'affût, mais tu dois le dominer"* » (Gn 4, 6-7). C'est effectivement au sein de la famille et dès la plus tendre enfance que l'on apprend la maîtrise de soi et le respect de l'autre.

Malheureusement, l'enfant peut y apprendre également la maîtrise de l'autre, l'emprise sur l'autre. Dans l'Ancien Testament, le viol de Tamar par son demi-frère Amnon l'illustre. Elle sera vengée deux ans plus tard par son frère Absalom (2 Sm 13). Amour et haine se côtoient. En effet, la fraternité biologique ne signifie pas l'annihilation de la personnalité, des sentiments, des affects. Bien au contraire, dans l'idéal, la fratrie devrait être le lieu de la construction harmonieuse de soi, tant physique que psychologique et spirituelle.

En effet, tout comme le terme de « père » appliqué aux pères biologiques nous vient, par analogie, de la

Deux frères disciples de Jésus

« **André, le frère de Simon-Pierre**, était l'un des deux disciples qui avaient entendu la parole de Jean et qui avaient suivi Jésus. Il trouve d'abord Simon, son propre frère, et lui dit : "Nous avons trouvé le Messie" – ce qui veut dire : Christ. André amena son frère à Jésus. Jésus posa son regard sur lui et dit : "Tu es Simon, fils de Jean ; tu t'appelleras Képhas" – ce qui veut dire : Pierre. » (Jn 1, 40-42)



L'appel de Pierre et André par Duccio di Buoninsegna (1308).

paternité divine, selon les paroles mêmes de Jésus : « *Ne donnez à personne sur terre le nom de père, car vous n'avez qu'un seul Père, celui qui est aux cieux* » (Mt 23, 9), le terme de « frère » prend tout son sens dans la fraternité avec le Christ, « *premier né d'une multitude de frères* » auquel nous sommes configurés : « *Ceux que, d'avance, il connaissait, il les a aussi destinés d'avance à être configurés à l'image de son Fils, pour que ce Fils soit le premier-né d'une multitude de frères* » (Rm 8, 29).

La fraternité représente dès lors la forme idéale de la relation à l'autre et aux autres, et implique une responsabilité réciproque que nous voyons mise en œuvre lorsqu'André vient annoncer à son frère, Simon, qu'il a trouvé le Messie (voir l'encadré).

C'est également ce lien entre frères qui conduit Jean et Jacques à demander à Jésus de manière inattendue et quelque peu impertinente : « *Donne-nous de siéger, l'un à ta droite et l'autre à ta gauche, dans ta gloire* » (Mc 10, 37).

Oui, « Dieu nous demande d'être les "gardiens" de nos frères (cf. Gn 4, 9), d'instaurer des relations caractérisées par un empressement réciproque, par une attention au bien de l'autre et à tout son bien. Le grand commandement de l'amour du prochain exige et sollicite d'être conscients d'avoir une responsabilité envers celui qui, comme moi, est une créature et un enfant de Dieu : le fait d'être frères en humanité et, dans bien des cas, aussi dans la foi, doit nous amener à voir dans l'autre un véritable alter ego, aimé infiniment par le Seigneur. Si nous cultivons ce regard de fraternité, la solidarité, la justice ainsi que la miséricorde et la compassion jailliront naturellement de notre cœur. » ⁽¹⁾

Gaëlle de Frias, théologienne

⁽¹⁾ [Message de sa Sainteté Benoît XVI pour le Carême 2012.](#)

Bienheureuse Eugénie Smet, la providence des âmes du purgatoire

Eugénie Marie-Joseph Smet est née le 25 mars 1825 à Loos-lez-Lille, un faubourg de Lille, dans une famille très pieuse. Son père est commerçant. Elle est la troisième de six enfants. De 1836 à 1843, elle est élevée à l'Institut du Sacré-Cœur de Lille. Elle est fascinée par le purgatoire. Elle prend la décision suivante : « *Je donnerai à Dieu ces âmes qu'il aime et je demanderai à tout le monde de lui en donner par des prières et de petits sacrifices* ».

C'est ainsi qu'elle trouve sa vocation. Il faut aider toutes ces âmes malheureuses qui ne sont pas encore admises dans la Béatitude. Comment les secourir ?

Le jour de la Toussaint 1853, Eugénie trouve la solution : établir une association de prières et de bonnes œuvres pour les âmes des défunts. Il n'y a aucune communauté qui soit entièrement consacrée à l'Église souffrante par la pratique des œuvres de charité.

Or, fonder une congrégation religieuse est difficile. Eugénie ne possède rien, c'est le dénuement complet. Elle confie ses doutes au saint curé d'Ars. Jean-Marie Vianney lui répond : « *Ces croix sont des fleurs qui bientôt donneront leurs fruits. Si Dieu est pour vous, qui sera contre vous ?* » Dans un autre courrier, il lui écrit : « *Une maison qui s'élève sur la croix ne craindra plus ni l'orage ni la pluie : c'est le sceau divin* ». Le saint curé conforte ainsi Eugénie dans sa mission.

Elle devient Mère Marie de la Providence. Elle fonde le 19 janvier 1856, à Paris, les Religieuses Auxiliatrices des âmes du purgatoire et reçoit l'autorisation de Rome. En se faisant les servantes des pauvres, des malades, des prisonniers, des personnes âgées, les Auxiliatrices réalisent l'idéal d'Eugénie : prier, souffrir et

agir pour les âmes du purgatoire. Les soins gratuits des pauvres à domicile constituent l'activité principale de l'institut naissant et les laïcs y sont, dès le départ, associés.

Rongée par un mal qui ne lui laisse pas de répit, Eugénie meurt à quarante-cinq ans, à Paris, le 7 février 1871. Elle est inhumée au cimetière Montparnasse. Le 26 mai 1957, elle est béatifiée par le pape Pie XII qui déclare : « *Que la charité envers les âmes souffrantes s'unissent intimement chez Eugénie Smet à l'apostolat le plus concret, le plus actif, le plus universel, voilà sans aucun doute un trait saillant de sa physionomie spirituelle et le cachet particulier que Dieu voulut lui donner* ».



© Auxiliatrices Tchad

L'Église a toujours honoré la mémoire des défunts et offert pour eux des prières, des bonnes œuvres et surtout le saint sacrifice de la messe. La messe des morts du 2 novembre a été instituée dans ce but par l'abbé de Cluny saint Odilon, il y a bien longtemps, en 998.

En France plusieurs communautés d'Auxiliatrices se dévouent à Paris, Versailles, Chartres, Lyon, Marseille, Cannes, Pau, Lourdes.

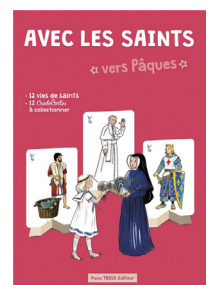
Mauricette Vial-Andru

Mauricette Vial-Andru est l'auteur de *Bienheureuse Eugénie Smet, l'amie des âmes du purgatoire* dans la collection *Légende dorée des enfants* (éditions Saint Jude).

Un Carême accompagné

Cette année, le Carême débute assez tôt, le mercredi 14 février. Afin de marcher jusqu'à Pâques, chères lectrices, nous avons conçu pour vous le parcours « *Un Carême sportif. S'entraîner aux 7 vertus* », que vous pouvez trouver en pages 24 et 25 de ce numéro, imprimer et afficher.

Pour vos enfants, petits-enfants, filleuls ou neveux de 5 à 10 ans, nous avons repéré le livret *Avec les saints vers Pâques* (Téqui) d'Emmanuel Beaudesson. Chaque semaine de Carême, l'enfant chemine avec deux saints et découpe des « CredoCartes » illustrées par Anne-Charlotte Larroque. *S. P.*



SECRETS DE L'HISTOIRE DE LA MODE (3/3)

Incroyables et Merveilleuses : la revanche de la mode

La Révolution française, de prime abord, ne semble pas être une période de légèreté et d'amusement. Et pourtant, une fois la Terreur terminée, une cohorte de jeunes Parisiens fortunés décide de prendre leur revanche sur ces années sombres, et de la manifester dans toute leur existence : vêtements, couvre-chefs, loisirs, expressions... C'est ainsi que naissent les Incroyables et Merveilleuses qui divertirent Paris par leur excentricité.

Commençons par ces messieurs, du haut vers le bas pour plus de clarté. Car il faut dire qu'à partir de 1795, les choses deviennent confuses. Souvent, un immense chapeau les coiffe, extravagant par sa largeur ou par sa hauteur. Après tout, il faut être vu. Le feutre cache une coiffure originale : de longues « oreilles de chien » bouclées pendent sur les côtés, tandis que le reste est relevé sur la nuque en une imitation morbide de la coupe que l'on faisait aux condamnés à la guillotine... Charmant, n'est-ce pas ? Un gros monocle dissimule le regard, et plus bas, la cravate blanche est très large, cachant entièrement le cou et le menton.

L'arrière du col est noir, en opposition au rouge des républicains, avec qui les bagarres sont nombreuses. D'ailleurs, l'Incroyable ne sort jamais sans un gourdin de taille démesurée qu'il nomme son « pouvoir exécutif ». Il faut leur reconnaître un certain sens de l'humour... L'habit, quant à lui, verse dans la même démesure, avec des redingotes à pans très larges. Les bas sont mis de travers, et, comble de l'élégance, les chaussures qu'ils aiment à arborer sont longues et pointues comme les poulaines médiévales. On comprend pourquoi cette jeunesse originale fera la joie des caricaturistes !

Leur pendant féminin, les Merveilleuses, sont tout aussi excentriques. Fini les tenues encombrantes de l'Ancien régime, elles remettent l'Antiquité au goût du



Photos Wikimedia commons

Caricature d'un Incroyable et d'une Merveilleuse par H. Baron et L. Massard, *Les Français sous la Révolution*, 1843.

jour, arborant de légères tuniques en mousseline blanche. Pour que la pudeur soit sauve, ces robes sont dissimulées par d'immenses châles ou des spencers, ces vestes courtes qui s'arrêtent au-dessous des côtes. Là encore, les mauvaises langues s'en donneront à cœur joie, pleurant sur la pudeur et la modestie de l'ancien temps que ces femmes auraient jeté aux orties. Les chaussures elles aussi sont antiques : on lace des cothurnes (sandales romaines) autour de ses mollets, ce qui permet de faire admirer ses chevilles si on a la chance de les avoir délicates... Elles s'ornent de cercles d'or, tandis que certaines poussent la coquetterie jusqu'à enfiler des bagues sur leurs orteils.

Côté chevelure, on retrouve la même mode que chez leurs homologues masculins, avec des coupes très courtes sur l'arrière pour dégager la nuque, comme les condamnés à mort, et des bouclettes sur le devant, ce qui deviendra plus tard la fameuse coiffure à la Titus, emblématique du Directoire. Néanmoins ces dames regrettent quelque peu leurs longs cheveux, et ont trouvé la parade en se faisant confectionner des perruques longues et bouclées... faites à partir de cheveux de condamnés. Un poil morbide, mais après tout, cela reste dans le thème.

Enfin, les Merveilleuses sont à l'origine de nos premiers sacs à main ! Eh oui, les tenues mythologiques « à la



À gauche : *Les Modernes Incroyables*, caricature de 1810
 À droite : *Madame Tallien*, la reine des Merveilleuses, peinte par F. Gérard

Diane » ou « à la Galatée » sont si légères et si près du corps qu'il est impossible d'y coudre des poches. Ainsi, le réticule voit le jour, ce petit sac en tissu que l'on porte au poignet, et qui sera vite transformé en « ridicule » par les mauvaises langues.

Incroyables et Merveilleuses se reconnaissent également à leur façon de parler : non contents de s'exclamer à tout bout de champ – ce qui leur vaudra ces surnoms –, ils ont également décidé de ne plus prononcer la

lettre « R », qui avait pour seul tort de commencer le mot « révolution ». On les retrouve aussi lors de soirées assez spéciales, les bals des condamnés. Pour y entrer, attendez-vous à devoir prouver qu'au moins un membre de votre famille est mort guillotiné. Et une fois à l'intérieur, ne vous étonnez pas du salut sec que vous adressent les hommes – il s'agit d'imiter le couperet de la guillotine en inclinant brusquement la tête – et la fine écharpe rouge qui entoure le cou des femmes.

Mais ces jeunes gens ont d'autres préoccupations que la mode, et leur apogée marque aussi une sorte de renouveau esthétique et littéraire, porté par des figures telles que Thérèse Tallien, la « reine des Merveilleuses » célèbre pour son salon, Joséphine de Beauharnais qui épousera Napoléon ou encore la fameuse Madame de Staël, romancière et philosophe que l'on ne présente plus.

Les Incroyables et les Merveilleuses disparaîtront vite, supplantés par l'engouement autour de de l'Antiquité qui sera la signature du Directoire, mais ils restent une bizarrerie amusante de l'histoire de la mode. Cependant, n'oublions pas qu'elle était l'apanage d'une petite minorité de Parisiens aisés. Le reste du peuple devait sans doute trouver tout aussi étranges que nous les bals des condamnés et ce refus obstiné de prononcer une lettre de l'alphabet !

Elervie Quelven

À la maison, pendant vos trajets, ÉCOUTEZ « ZÉLIE - LE PODCAST »

Des rencontres avec des femmes inspirées et inspirantes

> Disponible sur magazine-zelie.com/le-podcast
 et sur les plateformes d'écoute

Nouveau !
Christelle
Lion

.....

« Femme
de militaire,
ma vie peu
banale »



Bérangère
Midon

.....

Maylis
Berthier

.....



Manon
Tanghe

.....

Sophie
Bobbé

.....



Céline
Tastevin

.....



Les bonnes nouvelles de janvier

SANTÉ En ce mois de février 2024, le collectif Médecins solidaires (*en photo, quelques membres*) doit ouvrir un nouveau centre médical dans le Cher, à Charenton-sur-Cher. Pour lutter contre les déserts médicaux, les fondateurs de ce collectif ont eu l'idée, plutôt que de demander beaucoup à peu de médecins, de demander peu à beaucoup de médecins. Ceux-ci peuvent venir travailler une semaine dans deux centres médicaux ouverts dans la Creuse, à Ajain et Bellagarde-en-Marche, permettant la continuité du service médical. Selon Martial Jardel, cofondateur de Médecins solidaires, les projections montrent que l'on ne retrouvera le niveau actuel du nombre de médecins que dans une dizaine d'années, par les effets de l'augmentation du *numerus clausus*.

ÉCOLOGIE Aider les personnes dont l'emploi du temps est déjà très chargé à mieux respecter la nature et les êtres humains : c'est le but de deux initiatives. « Reusses » est une entreprise fondée par trois sœurs, qui propose que des vendeuses viennent chercher à domicile vos vêtements non utilisés, et les revendent en ligne, favorisant ainsi la seconde main. Le propriétaire initial reçoit entre 40 et 80% des bénéfices des ventes. Autre idée ingénieuse, celle de « L'Atelier des langes » : l'association aide les parents et les structures d'accueil à adopter les couches lavables, en les proposant à la location, en apportant leurs conseils et, pour la région nantaise où elle est basée, en assurant elle-même le lavage et l'entretien.

ÉGLISE Recenser et faire découvrir des lieux innovants et inspirants dans l'Église en Occident francophone est la mission que s'est donnée EcclesiaLab, un « laboratoire de l'innovation ecclésiale » lancé par l'université de Louvain, en Belgique. Il a conçu une [cartographie en ligne](#) avec des dizaines de lieux qui souhaitent s'inspirer de l'Évangile, comme, par exemple, le café chrétien Le Cappuccino à Clermont-Ferrand, le Jardin du béguinage qui est un habitat groupé participatif à Etterbeck en Belgique, ou encore le tout nouvel Espace Maurice Zundel à Lausanne en Suisse, un lieu d'écoute confié aux jésuites.



© Collectif Médecins solidaires

SOCIÉTÉ Astrid Le Menestrel, qui a vécu des violences intrafamiliales il y a une douzaine d'années, s'est promis d'aider les personnes traversant ce type d'épreuves. Elle lance le projet de « L'Étoile du berger », une association catholique d'aide aux personnes victimes de violences intrafamiliales. Dans la campagne de financement participatif sur Credofunding, l'association veut collecter 50 000 euros pour réaménager un couvent de centre-ville et ainsi offrir aux victimes un lieu protégé pour souffler, s'informer et trouver des solutions pour se reconstruire. Elle souhaite également lancer une plateforme digitale d'entraide innovante pour organiser une solidarité entre familles d'un même secteur géographique.

COUPLE Dans la vie bien remplie des parents, consacrer du temps à leur couple est souvent un défi. La conseillère conjugale et familiale Karine Triot de l'association [Plus belle ma vie](#) propose une soirée nommée « La Saint-Valentin des Parents » que l'on peut suivre depuis chez soi en visioconférence - les invités étant non visibles -, le jeudi 14 mars de 20h30 à 22h30 pour plus de visibilité. Enseignements, outils, questions et défis autour d'un apéritif ou d'un dîner à la maison visent à permettre de se reconnecter à deux et de recharger les batteries.

Elise Tablé

BON PLAN

Vous cherchez un lieu au calme pour passer quelques jours à la campagne, en famille ou entre amis ? Le gîte*** « La Marguerite », en Ardenne belge, vous attend ! Il peut accueillir jusqu'à 14 pers. et propose 6 chambres avec salle de bains/douche, et jardin clos. Vacances familiales, sportives et/ou culturelles. **10% de réduction** pour toute réservation **en 2024** en indiquant le code « Zélie » lors de votre réservation par mail ou téléphone. www.prestigites.be/fr/gite-la-marguerite



Photo © Dorothée Perkins

Muffins aux amandes, pommes et bananes

Recueillir les recettes de moniales ou de moines est une expérience particulière. Dorothée Perkins, photographe, et Perrine Bulgheroni, cofondatrice de la ferme biologique du Bec Hellouin, l'ont expérimentée au monastère orthodoxe de Solan, dans le Gard. Le livre *La foi, la fourche et la fourchette* est donc un livre de recettes différent, dont les menus sobres et inventifs sont pour la plupart inspirés du potager, du verger et du poulailler de la communauté. *S. P.*

« Préparation

Préchauffer le four à 180 °C (th. 6). Écraser les bananes avec le sucre à l'aide d'une fourchette et former

Pour environ 10 muffins

Préparation : 15 min

Cuisson : 20 min

Repos : 10 min

Matériel : 10 moules à muffins (ou 1 plaque de 10 empreintes), fouet

- 240 g de bananes (2 bananes)
- 100 g de sucre
- 25 g d'huile végétale + pour les moules
- 200 g de farine blanche
- 3 g de sel
- 5 g de bicarbonate de soude
- 5 g de poudre à lever
- 5 g de vanille liquide
- 75 g de boisson végétale
- 110 g de compote de pommes
- 170 g d'amandes effilées (150 g + 20 g pour la décoration)

une pâte. Y ajouter au fouet l'huile, puis la farine préalablement mélangée avec le sel, le bicarbonate de soude et la poudre à lever, en veillant à ne pas faire de grumeaux. Intégrer ensuite la vanille, la boisson végétale, puis la compote et, en dernier lieu, 150 g d'amandes effilées. Répartir la pâte dans des moules à muffins graissés. Décorer avec le reste des amandes effilées. Enfourner et cuire 20 min. Laisser refroidir au moins 10 min avant de déguster.

Suggestions

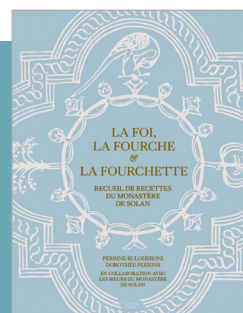
Remplacez les amandes de cette recette par tout autre ingrédient de votre choix : des fruits frais (myrtilles, pommes, framboises...) ou secs (abricots, bananes, pruneaux...) ou encore du chocolat, des morceaux de pâtes de fruits, des épices, etc. »


Extrait du livre

[La foi, la fourche et la fourchette](#)

de Perrine Bulgheroni et Dorothée Perkins
En collaboration avec les sœurs du monastère de Solan

Hachette cuisine





LES FRÈRES ET SŒURS,
C'EST UN PATRIMOINE COMMUN.
NOUS AVONS ENSEMBLE
QUELQUE CHOSE, L'ENFANCE,
QUE NOUS N'AURONS PLUS JAMAIS
AVEC PERSONNE.

GÉRARD LECLERC

Sœurs et frères pour la vie

L’artager à plusieurs un père et une mère : tel est le défi de la fratrie. Et lorsqu’on se penche sur le thème de la relation entre un frère et une sœur – ou un frère et un frère, ou bien une sœur et une sœur –, on perçoit très vite le rôle central des parents.

Dans l’ouvrage *Entre sœurs* (Albin Michel), la psychologue Maryse Vaillant affirme ainsi que « dans la relation sœur-sœur, un troisième pôle articule, dissocie ou lie la relation des sœurs entre elles. Il s’agit souvent de la mère et de son rapport à son histoire et à sa féminité ». Comme la relation fraternelle ou sororale est un concentré de sentiments, parfois très violents – vous souvenez-vous de certaines disputes d’enfants, si vous étiez plusieurs à la maison ? –, elle peut être le lieu du meilleur comme du pire. Maryse Vaillant analyse par exemple le cas d’une relation d’emprise d’une jeune fille sur sa sœur, qui est un écho de celle qui existe entre leurs parents ; ceux-ci ne réagissent pas car ils vivent le même type de relation. Concernant les querelles au moment d’un héritage, elles symbolisent souvent le désir de s’inscrire dans la lignée, ou bien de se battre pour se sentir aimé ou récompensé.



Les frères et sœurs ont parfois un lien si étroit qu’ils lancent des projets ensemble. C’est le cas de Clo & Tim, jeune duo de chanteurs normands depuis 2020.

© Cloetrim

Ce qui se joue aussi au sein de la fratrie, c’est la délicate question de la place de chacun et la façon dont chaque enfant perçoit la sienne. « Chaque enfant a un nom et une place que rien ni personne ne peut lui prendre », souligne la psychologue. *Tout collage, confusion ou substitution est signe et facteur de troubles psychiques sévères.* D’où l’importance, pour les parents, de montrer à chaque enfant combien il est unique et aimé – de préférence avec son langage d’amour premier –, la meilleure façon de diminuer les jalousies (lire aussi l’article de [Zélie n°38](#), pages 11 et 12, « De meilleures relations entre frères et sœurs »).

Une relation entre membres d’une fratrie évolue beaucoup au fil de la vie : par exemple, alter ego, ange gardien, idole, miroir, meilleur ennemi, meilleure amie... Il montre la plasticité et la richesse et des relations familiales, et des liens humains en général.

Solange Pinilla

Grand frère endeuillé

Comment survivre dans une famille où il y a deux enfants, alors qu’on aurait dû être quatre à la maison et que le silence plane à ce sujet ?

Dès la préface du témoignage *Blessures* de François-Xavier Perthuis (L’Harmattan), l’enjeu est posé par le pédopsychiatre Bernard Golse : « La perte d’un frère ou d’une sœur représente pour tout enfant un deuil dit narcissique dans la mesure où un frère et une sœur – quelle que soit l’ambivalence dont ils puissent être investis – sont des objets pas comme les

autres, c’est-à-dire des objets qui sont vécus comme des petites parties de soi ».

Dans ce livre très émouvant, François-Xavier Perthuis raconte sa vie sans sa petite sœur Christine, morte quand il avait deux ans, et sans son petit frère Philippe, décédé à l’âge de deux jours à la maternité. L’auteur a grandi avec son plus jeune frère.

Ce qui a rendu le deuil particulièrement difficile, c’est que son père n’a jamais parlé de ces deux enfants décédés, et que sa mère disait uniquement « Christine et Philippe veillez sur nous » à la prière du soir, tant que celle-ci eut lieu. Quant à la visite

sur la tombe de Christine, elle fut traumatisante pour le jeune garçon. Toute sa vie, l’auteur a ressenti un grand vide.

Le livre se termine par ces mots si touchants pour un homme aux cheveux aujourd’hui gris : « Chère Christine, cher Philippe, il n’y a rien qui presse, certes, mais j’ai vraiment hâte de vous serrer dans mes bras, parole de grand frère ». *S. P.*



Marthe et Marie, jumelles uniques

Vraies jumelles depuis 39 ans, Marie Giraud et Marthe Boudoux d'Hautefeuille n'ont pas toujours été si proches. Cependant, les deux sœurs, chacune mariée et mère de cinq enfants, communiquent au moins une fois par jour et ont une connivence forte.

S'histoire commence à la Chapelle de la rue du Bac, à Paris, il y a 40 ans. C'est là que les parents de Marthe et Marie, ayant deux garçons, demandent à la Vierge Marie une dernière grossesse. « Ils pensaient ne pas pouvoir avoir beaucoup d'enfants et ils se sont dit qu'une grossesse pour deux enfants, ce serait mieux ; et si possible, des filles ! », raconte Marthe. Joie : une naissance gémellaire s'annonce.

Quand les deux petites filles naissent - « alors que le médecin avait dit que la grossesse n'irait pas jusqu'au bout », précise Marthe -, leurs parents les appellent par les prénoms des deux sœurs de Béthanie, Marthe et Marie. « Ce n'est pas un hasard », précise Marie. Les prénoms de nos deux frères et de notre petite sœur sont également évangéliques. Si nous avions été des garçons, nos parents nous auraient prénommés Pierre et Paul ! »

Elle ajoute : « Ma sœur Marthe, c'est une vraie Marthe, toujours dans l'action. Et moi, je suis une vraie Marie : avec un temps de retard. » « Et elle est compatissante », ajoute sa sœur avec affection.

Malgré ces prénoms associés, les deux fillettes sont élevées avec un souci de différenciation. « Nos parents ont voulu élever deux sœurs plutôt que deux jumelles, raconte Marie. Ils ne nous appelaient pas "les jumelles". Ils nous mettaient le même type de vêtement, mais de deux couleurs différentes : Marthe dans les bleus et verts et moi dans les rouges et roses. »

Dans l'enfance, l'entente est loin d'être parfaite entre elles, si bien que leurs parents doivent acheter un deuxième parc, pour qu'elles arrêtent de se disputer.

« À l'adolescence, chacune avait ses amies et ne voulait pas les partager, se souvient Marthe. Après la 3^e, nous avons suivi des études différentes. Puis nous nous sommes rapprochées après le bac et avons vécu en colocation. Nous étions fusionnelles : quand l'une parlait, l'autre finissait la phrase. Puis



Marie (à gauche) et Marthe (à droite) ont une relation très proche : « On est comme de meilleures amies », affirment-elles.

Photo © Coll. particulière

Marie s'est mariée... » Celle-ci poursuit : « Heureusement, car sinon nous serions restées dans notre bulle. Quand Marthe s'est mariée à son tour, elle a rejoint ma réalité ».

Les deux femmes expliquent comment cette relation entre jumelles a participé à leur construction de jeunes filles : « Marthe m'a épaulée, car je suis hypersensible et assez craintive, raconte Marie. Elle a été un soutien pour moi, et je le lui rends maintenant. Avant, Marie était dans l'ombre de Marthe ; aujourd'hui, Marthe s'appuie un peu plus sur Marie. En fait, en tant que jumelles, chacune apportait à l'autre ce qui lui manquait, d'autant que nous avons vécu les mêmes problématiques en même temps. Par exemple, nous avons prononcé notre promesse scoute la même nuit ».

Aujourd'hui, le duo se téléphone chaque semaine, une à deux heures, et s'écrit par message au moins une fois par jour. « Cependant, mon mari ne m'a jamais dit que j'étais trop proche de ma sœur, cela n'empiète pas sur nos relations familiales respectives », déclare Marie. Sa sœur complète : « On est comme de meilleures amies : on s'appelle, on vide notre sac, on partage nos petites misères et nos joies. Mon mari me dit que ma sœur et moi avons une relation spéciale, mais cela ne le dérange pas ». Marie raconte : « Parfois, je sens comme une alarme : "Il faut peut-être que j'envoie un message à Marthe..." Et justement, c'est le bon moment ! »

Chacune ayant fondé sa propre famille, le quotidien des sœurs diffère davantage aujourd'hui. « Mon mari est militaire, explique Marie, donc je déménage beaucoup, alors que Marthe est plus sédentaire. Avec son mari, ils font des travaux, et ont une implication locale et amicale durable, que je ne peux pas mener pareillement. » Les deux familles se retrouvent parfois pour des week-ends. Il arrive alors que leurs enfants respectifs croient voir leur mère, alors que c'est leur tante : « Parfois, les petits demandent les bras, puis s'aperçoivent de leur erreur : "Ah non, ce n'est pas elle !" »

Quand Marie se rend à la Chapelle de la médaille miraculeuse où tout a commencé, elle a l'impression « d'arriver à la maison ». Marthe y pèlerine aussi : « Je viens remercier la Vierge Marie d'avoir exaucé mes parents... Car la vie est belle ! »

S. P.

Côme et Astrid, une entreprise familiale

En 2017, Astrid et Côme Besse ont fondé la Divine Box, qui propose des produits monastiques sur abonnement. La sœur et le frère partagent une grande complicité, nourrie par cette expérience entrepreneuriale.

Lorsque nous poussons la porte des locaux de la Divine Box, Côme, 29 ans, et Astrid, 34 ans, nous accueillent avec le sourire. Avec eux, une salariée et une stagiaire travaillent dans une ambiance de start-up. Autour d'un thé et de quelques produits monastiques, ils nous racontent leur relation bien particulière.

« Nous avons toujours eu des atomes crochus et bien rigolé ensemble », explique Côme, le quatrième et dernier de la famille, Astrid étant la deuxième. Celle-ci explique : « Côme est cartésien et a un esprit matheux, tandis que je suis plus créative, je vais "dans tous les sens". Mais nous sommes tous les deux assez peu timides, nous aimons bien voir nos amis et nous mettre au service des autres ».

Il y a quelques années, Astrid et Côme discutaient ensemble de leurs stages ou emplois respectifs, en ayant les mêmes constats et frustrations. « Nous nous étions toujours dit, sur le ton de la blague : "On montera une boîte ensemble" », raconte Astrid. Son frère poursuit : « À un moment, tu venais d'arrêter ton travail, et moi je faisais un Master d'entrepreneuriat où on nous encourageait à monter une boîte. En goûtant le pâté du Père Marc de l'abbaye de Bricquebec, nous nous sommes dit que si on ajoutait du fromage et de la bière, deux produits associés aux monastères, on pourrait essayer de faire une box d'apéro monastique ! » Après une campagne de financement participatif sur Credofunding couronnée de succès, le premier colis de la « Divine Box » a été envoyé en avril 2017.

« Au début, je voulais aider Côme, car cela m'amusait de travailler avec lui, se rappelle Astrid. Au bout de 6 mois, j'ai décidé de m'engager durablement dans cette aventure ! » Si au début, la sœur et le frère réalisaient les mêmes tâches, il se sont réparti les rôles : Astrid s'occupe de la relation aux fournisseurs, notamment les abbayes, les fournisseurs de cartons et la logistique ; elle réalise le livret explicatif qui accompagne chaque box mensuelle et thématique. Elle est également chargée de l'administratif, des ressources humaines et de la comptabilité. Quant à Côme, il travaille sur la communication et le marketing, la newsletter - où l'on retrouve d'ailleurs la bonne humeur qui caractérise le duo -, les réseaux sociaux, le service client et le site web.



© Divine Box

Travailler entre frère et sœur comporte des avantages. « Nous pouvons tout nous dire, sans forcément devoir chercher à y mettre les formes, confie Astrid. On va droit au but. De plus, on se connaît très bien. Tout cela est un gain de temps et d'énergie. En cas de souci, on sait qu'on peut se dire les choses. Pour nous, la relation entre frère et sœur est plus importante que l'entreprise ; en cas de problème majeur pour celle-ci, on sait que la relation sera préservée. »

Elle ajoute : « Nous avons une grande confiance l'un envers l'autre. On sait qu'on peut s'appuyer sur l'autre quoi qu'il arrive. » Elle affirme : « J'aime beaucoup Côme. Il a beaucoup de patience et d'amour envers moi - notamment lorsque j'arrive un peu en retard ! »

Domitille, leur salariée, explique avec le sourire que le frère et la sœur ont un langage particulier, bien à eux. « Nous essayons d'expliquer aux autres ces private jokes, déclare Côme, comme le fait de s'amuser à parler en anglais, comme le faisait notre père ! »

Parmi les défis posés par le travail en famille, se trouve la porosité entre vie professionnelle et vie personnelle. Astrid raconte : « Au début, on parlait tout le temps uniquement de la Divine Box ; depuis un an ou deux, quand nous sommes en dehors ou en famille élargie, nous l'évoquons moins ». Les vacances avec leurs parents et leurs deux frères leur redonnent « un capital légèreté et rigolade ». La sœur et le frère ont parfois des désaccords - et cela a pu permettre de faire finalement les bons choix. Cependant, même si leurs échanges peuvent parfois paraître « musclés », ils affirment que pour eux, ce genre de discussion n'a pas de dimension émotionnelle : « C'est juste de l'information ».

Travailler avec des monastères n'est pas anodin. Côme souligne que leurs visites dans les abbayes permettent de discuter avec les moniales et de nourrir leur foi. « Quand ma fille a été hospitalisée pendant six mois, les moniales ont prié pour elle », raconte celui qui est marié et père. Si Côme et Astrid ont reçu la foi en famille, ils n'ont pas eu le même parcours spirituel : « J'ai vécu un désert, confie Astrid, et c'est le fait de travailler avec la Divine Box qui a permis un renouveau dans ma foi. » Elle se tourne vers son frère : « C'est grâce à toi, Côme ».

S. P.

Fratrie : la méthode Imago pour prendre soin de la relation

Connue pour aider les couples, l'approche Imago invite aussi les frères et sœurs à accueillir la manière dont chacun a vécu son enfance, y compris avec les blessures, et à construire quelque chose de nouveau. Michèle Spina, thérapeute et animatrice de stages Imago, répond à nos questions.

Zélie : Pouvez-vous nous expliquer ce qu'est Imago ?

Michèle Spina : La méthode Imago est née dans les années 1980 avec Harville Hendrix, un conseiller conjugal américain et directeur d'un laboratoire de psychologie. À la suite de son divorce, ce pasteur a fait une dépression. Il s'est demandé : « *À quoi cela sert-il de se marier, si c'est pour souffrir autant ?* » Avec Helen LaKelly Hunt, ils ont eu alors l'intuition que le couple est ce qui va « finir l'enfance », c'est-à-dire que l'on va tomber amoureux uniquement de personnes qui vont nous reconnecter avec des émotions du passé – liées à un sentiment d'abandon ou de rejet par exemple –, qui n'ont pas pu être libérées. Hormis la phase de romance où les membres du couple ressentent proximité et communication grâce aux puissantes hormones du sentiment amoureux, le cerveau entre dans une stratégie de survie, où il détecte ce qui peut faire ressortir ces émotions de l'inconscient.

L'approche Imago propose donc, par des dialogues structurés lors de stages d'un week-end, d'accueillir ce qui se passe à l'intérieur de soi et à d'inviter l'autre à venir explorer ces émotions. La découverte de ce qui se joue derrière ces disputes dissout les conflits. On n'est plus dans une lutte de pouvoir, il n'y a plus de « *Tu m'énerves* » et de victimisation ; en quelque sorte, on a tous les deux raison. Dans le respect du monde intérieur de chacun, on a la possibilité de co-crée ensemble une relation qui nous convienne à tous les deux.

Comment cette méthode s'applique-t-elle aux fratries ?

Quand un enfant naît, il arrive à un moment de l'histoire du couple. Par exemple, l'aîné subit les théories – ou les non théories – éducatives des parents. Pour ma fille aînée, j'étais plutôt dans « *Qui aime bien châtie bien* ». Ma deuxième, quant à elle, est arrivée après des événements douloureux. Chaque enfant sent une ambiance, une problématique familiale, et il se donne une mission ou un rôle inconscient. Celui-ci est pour lui un poids lourd, qui va



Pexels

interférer dans les relations de fratrie. Par exemple, si on demande à l'aîné de garder ses frères et sœurs, cela peut instaurer un système de hiérarchie.

Avec la méthode Imago, deux membres d'une fratrie vont inviter l'autre dans son monde intérieur et être accueilli dans sa vérité, avec bienveillance : « *Ah ! Tu l'as vécu comme cela ?* » ; « *D'accord, cela a été difficile pour toi* » ; et ensuite : « *Qu'est-ce qu'on a envie de construire ensemble ?* » Chaque binôme est accompagné – il y a un thérapeute Imago pour deux fratries distinctes –, afin qu'on ne soit pas dans l'argumentation, mais dans le vécu. Lorsque des émotions arrivent, l'accompagnateur peut aider à ralentir et respirer ensemble, afin que l'émotion s'exprime en sécurité.

Nous proposons aussi Imago pour « générations en dialogue », avec un stage en duo parent-enfant. Le parent est invité à accueillir l'enfant intérieur de sa fille ou de son fils ; celui-ci va être vu et validé par le parent, sans culpabilité pour ce dernier. J'ai eu la chance d'avoir vécu cela avec chacune de mes trois filles ; nous avons des conversations profondes.

Quels sont les retours de personnes ayant vécu des stages Imago pour les fratries ?

Sabine et Roland Bösel, créateurs de ces stages, nous disent que ceux qui s'entendaient bien s'entendent encore mieux, car ils ont partagé ensemble leurs émotions et leur vulnérabilité. Et pour ceux qui ne s'entendaient pas très bien, cela resserre le lien. Deux sœurs qui ne se voyaient plus, s'appellent désormais régulièrement, et peuvent se dire qu'elles s'aiment. La rencontre en vérité fait émerger l'ensemble du puzzle composé par le vécu de chacun.

Quelles questions sont suggérées lors de ces stages pour les frères et sœurs ?

On commence par du positif : par exemple, on dit les qualités qu'on apprécie chez l'autre, de manière explicite : « *Quand je te vois faire cela ou dire cela...* ». Ensuite, on parle du positionnement des parents : « *Quand je t'ai vu agir de telle façon avec nos parents, je me suis interdit de dire telle ou telle chose...* » ; je pense à une famille où il y avait de la violence, et où quand l'aîné est parti, il ne pouvait plus jouer un rôle de protecteur.

Au cours du processus, quand les personnes plongent dedans, la connexion et l'amour inconditionnel s'invitent.

Propos recueillis par S. P.

ŒUVRES D'ART

Caïn et Abel sur la voûte de Saint-Savin

Or, dès la première scène (*ci-dessous*), la triste fin de l'histoire se fait pressentir : certes Caïn offre à Dieu une gerbe de blé, mais il est dépourvu de nimbe, et, du fait du placement de la scène, tourne géographiquement le dos au chœur. Peut-être le peintre a-t-il voulu exprimer le fait que la jalousie était

La pépite d'histoire de l'art de ce mois-ci nous conduit à remonter jusqu'aux origines de l'humanité, ou presque : jusqu'à ce chapitre 4 du livre de la Genèse, qui raconte l'histoire des descendants directs et immédiats d'Adam et Ève, celle de leurs deux fils, Caïn et Abel (Gn 4, 2-8). Relisons ce passage.

« Abel était berger, et Caïn cultivait la terre. Au temps fixé, Caïn présenta des produits de la terre en offrande au Seigneur. De son côté, Abel présenta les premiers-nés de son troupeau, en offrant les morceaux les meilleurs.

Le Seigneur tourna son regard vers Abel et son offrande, mais vers Caïn et son offrande, il ne le tourna pas. Caïn en fut très irrité et montra un visage abattu. Le Seigneur dit à Caïn : "Pourquoi es-tu irrité, pourquoi ce visage abattu ? Si tu agis bien, ne relèveras-tu pas ton visage ? Mais si tu n'agis pas bien..., le péché est accroupi à ta porte. Il est à l'affût, mais tu dois le dominer".

Caïn dit à son frère Abel : "Sortons dans les champs". Et, quand ils furent dans la campagne, Caïn se jeta sur son frère Abel et le tua. »

Ce premier meurtre, d'autant plus horrible et frappant qu'il s'agit d'un fratricide causé par la jalousie, est donc un sujet narratif apte à captiver l'imagination des artistes. Pourtant, il ne s'agit que d'un épisode secondaire de la Genèse, et lorsque les enlumineurs médiévaux, par exemple, ont eu à sélectionner drastiquement les scènes bibliques



Saint-Savin, *L'offrande de Caïn et Abel*. Wikimedia commons

représentées, ils ont bien souvent omis cet épisode de Caïn et Abel, passant directement de l'histoire d'Adam et d'Ève à celle du Déluge. Il faut donc étudier des cycles imagés particulièrement développés pour trouver une représentation du premier meurtre de l'humanité, sujet somme toute assez rare. Tel est le cas du cycle peint de la « Chapelle Sixtine de l'art roman » : la voûte de l'abbatiale de Saint-Savin, en Poitou, décorée aux XII^e et XIII^e siècles par un artiste resté anonyme.

L'épisode, que l'on trouve sur un des registres de la partie médiane de la nef, est séquencé en trois scènes : l'offrande, le meurtre, et la punition de Caïn par Dieu.

déjà enfouie en son cœur... Dieu, en tout cas, ne se tourne que vers Abel et son agneau pour les bénir, dans un très élégant mouvement de rotation, presque dansant, qui traduit la virtuosité de l'artiste.

Pour traduire l'extrême violence du meurtre (*en photo page suivante*), le peintre use ensuite de toutes les potentialités que lui offre l'art roman : déséquilibre, envolée lyrique et stylisée du drapé de la cape de Caïn. Tandis qu'Abel tombe au sol, terrassé par la massue de son frère, l'arrière-plan se pare de rouge sang. Dieu, qui n'a pas manqué d'assister à la scène, se retourne légèrement pour dialoguer avec le meurtrier dans la scène suivante.

« Le Seigneur dit à Caïn : "Où est ton frère Abel ?". Caïn répondit : "Je ne sais pas. Est-ce que je suis, moi, le gardien de mon frère ?". Le Seigneur reprit : "Qu'as-tu fait ? La voix du sang de ton frère crie de la terre vers moi ! Maintenant donc, sois maudit et chassé loin de cette terre qui a ouvert la bouche pour boire le sang de ton frère, versé par ta main." » (Gn 4, 2-8)

Sur la fresque de Saint-Savin, les jambes de Caïn semblent à leur tour effectuer une rotation, comme pour, en effet, prendre la fuite. Pourtant, l'artiste roman arrête là son récit imagé de l'histoire des deux frères. Pour se figurer la suite, la terrible errance de Caïn, le plus parlant est sûrement de se tourner vers les célèbres vers de Victor Hugo dans *La Légende des siècles*. Bien des années après le peintre de Saint-Savin, l'écrivain prolonge le récit en dépeignant combien Caïn, où qu'il puisse aller se cacher, ne peut se soustraire à sa mauvaise conscience.



Saint-Savin, Caïn tue Abel et Dieu maudit Caïn Wikimedia commons

« On fit donc une fosse, et Caïn dit : "C'est bien !" Puis il descendit seul sous cette voûte sombre ; Quand il se fut assis sur sa chaise dans l'ombre Et qu'on eut sur son front fermé le souterrain, L'œil était dans la tombe et regardait Caïn. »

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

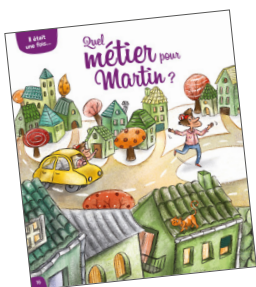
Dès 5 ans

ABONNEMENT PATAPON

28 pages tous les mois pour grandir en famille avec Jésus

Un cadeau pour toute l'année !

Prier, apprendre, s'amuser



S'abonner ou recevoir un numéro gratuit : www.editionstequi.com

Culture : nos pourquoi

SPEC-
TACLE



L'ENVOL - Un seul-en-scène de Raphaëlle Hubin
Tous les mardis jusqu'au 5 mars au Théâtre du Temps (Paris)

À travers un seul-en-scène ponctué de chants et de danse, Raphaëlle Hubin nous livre une autobiographie touchante qui rejoint chaque spectateur au cœur en se demandant où est « sa mission de vie ». Grandissant dans une famille où le parcours semble tracé d'avance, elle explique les tours et les détours de son propre chemin. Que faire quand on nous dit qu'il faut viser l'Éna, mais que notre seul souci est d'« *habiter poétiquement le monde* » ? C'est aussi un spectacle résolument chrétien qui n'hésite pas à parler de conversion et d'évangélisation, non sans humour. Si on regrette le choix de musiques un peu trop convenues ou quelques longueurs dans certaines séquences dansées, l'appel à la vraie liberté est lancé avec authenticité et émotion.

Lita Kerlaouen

TÉMOI-
GNAGE

SA VIE POUR LA MIENNE
Julie Grand, avec la contribution de Marc Eynaud - Artège

Alors que le procès des attentats de Trèbes et Carcassonne se déroule jusqu'au 23 février, Julie Grand, l'otage sauvée par le colonel de gendarmerie Arnaud Beltrame offre son témoignage. Ce livre bouleversant narre le parcours de celle qui avait presque 40 ans le 23 mars 2018, jour où, hôteesse d'accueil au Super U de Trèbes, un terroriste islamiste la retient en otage. Cinq gendarmes mettent en joue le terroriste, avant qu'Arnaud Beltrame survienne en disant : « Vos gueules, reculez ! Je prends ». Et : « Relâche la petite dame, elle n'y est pour rien. Je représente l'État, prends-moi à sa place ». Il espère sans doute désarmer l'assassin, mais on connaît la suite : il meurt dans la nuit de la suite de ses blessures. Ce livre raconte la descente aux enfers de Julie - stress post-traumatique, dépression, lourdeurs administratives, violences conjugales, pauvreté -, mais aussi sa remontée, notamment grâce à la foi catholique qu'elle a découverte avec un chanoine de l'abbaye de Lagrasse, ami d'Arnaud Beltrame. « *Ma révolte contre les événements est ancrée, mes nombreux "pourquoi" restent désespérément sans réponse, écrit Julie. Seul le geste d'Arnaud Beltrame est limpide.* » Poignant.

Solange Pinilla



LE CLUB DES MIRACLES - Un film de Thaddeus O'Sullivan - En salles

1967. Dans une petite ville ouvrière d'Irlande, trois femmes, Lily, Eileen et Dolly, tentent de gagner un voyage à Lourdes organisé par la paroisse. Chacune espère un miracle différent : l'une que son jeune fils se mette à parler, ou encore l'autre qu'elle guérisse d'une grosseur à la poitrine. Mais une quatrième femme, Chrissie, arrive, faisant brusquement raviver de douloureuses blessures vieilles de 30 ans. Les miracles qui vont survenir ne sont pas exactement ceux auxquels elles s'attendaient... Ce film irlandais est une comédie tantôt émouvante, tantôt riche en gags. Incarné par des actrices de talent, parmi lesquelles Maggie Smith (89 ans), cette long-métrage présente un scénario improbable et légèrement simpliste, et l'enjeu est plus psychologique que spirituel. Cependant, cela reste un *feel-good movie*, un film qui fait du bien.

À partir de 15 ans.

Elise Tablé

CINÉ-
MA

Marine Beauté, allier gestion de patrimoine et psychologie

« **P**endant notre première année de mariage, raconte Marine Beauté, mon mari et moi ne savions pas comment parler de nos projets de vie, de la gestion de notre argent et de nos rêves. J'ai pris conscience que nous étions bien préparés au mariage, mais qu'ensuite, rien n'existait pour nous faire réfléchir à nos projets de vie ensemble. »

Après la naissance de leur fils, Marine, qui travaillait jusqu'ici en tant que psychologue, décide de se reconvertir en gestion de patrimoine et obtient un diplôme d'État. Elle a alors l'idée d'allier la psychologie et la gestion de patrimoine en lançant un carnet pour les couples, « [Les Composants](#) ». Ce support permet de s'interroger sur ses souhaits, ses valeurs, son projet de vie ; il invite à réfléchir sur 17 objectifs de vie, tels qu'un bien immobilier, du temps avec des proches, l'épargne ou la protection de sa famille.

Par exemple, il arrive qu'on omette d'anticiper le financement des études des enfants : « On sait peu que dans le privé, le coût de toute la scolarité d'un enfant jusqu'à son bac est de près de 40 000 euros en moyenne », explique Marine. Pour les études post-bac, le carnet propose de s'interroger sur des financements : épargne, petits boulots ou prêts par exemple. Il invite également à réfléchir à son mode de



© Marine Beauté

consommation, à éviter les achats compulsifs et ainsi épargner pour des projets qui ont du sens – comme acheter des produits de qualité, acquérir un bien immobilier, aider, ou encore prendre soin des autres –, et enfin à gérer ses comptes au quotidien.

Avec ce carnet, qui a le même coût qu'une séance de psychologue, Marine propose ensuite un bilan gratuit avec elle et des préconisations. « Les personnes qui ont testé ce carnet me disent qu'ils sont davantage ancrés dans leurs objectifs », raconte-t-elle. Marine souhaite aussi aider les couples dans ce sujet délicat de l'argent, qui l'une des principales causes de divorce en France. Un projet utile assurément.

Elise Tablé

QUESTIONNAIRE DE PROUST REVISITÉ

Une saveur de votre enfance ?

Le riz au lait de ma grand-mère.

Votre principale qualité ?

L'écoute profonde des autres.

Un film que vous aimez ?

J'ai vu récemment *Une seule Chair*, un documentaire qui est merveilleux.

Un lieu que vous aimez en Bretagne, où vous vivez ?

La pointe Saint-Mathieu. Un lieu hors du temps.

Une sainte qui vous inspire ?

Marie. Une femme, épouse, mère et sainte tellement aimante.

Une astuce d'organisation ?

Commencer la journée par prier puis se demander quelle tâche est indispensable à faire dans cette journée. Le reste sera sur la *to-do list*

mais cette tâche, tu ne peux pas y déroger avant d'aller dormir.

Votre vêtement préféré ?

Le pull en cachemire l'hiver, le maillot de bain l'été.

Un conseil pour ne pas acheter compulsivement ?

S'impliquer dans la gestion de patrimoine du foyer et réfléchir à ses projets de vie.

Votre prière favorite ?

La neuvaine à saint Joseph, si intense et bénéfique.

Couple : « Mon conjoint n'est pas croyant »

Que le conjoint ait perdu la foi, qu'il ne l'ait jamais reçue, ou que l'on ait soi-même rencontré le Christ après son mariage, il arrive que dans un couple, l'un croit en Dieu et l'autre non. Comment entretenir sa propre foi, tout en préservant la relation de couple ?

« **N**ous nous sommes mariés en 2006, nous nous étions préparés avec un ami prêtre et en faisant une retraite de préparation au mariage, raconte Hélène. Notre foi commune était au cœur de nos préoccupations à ce moment-là ; nous parlions beaucoup de la façon dont nous voulions la vivre dans notre vie de couple et de future famille, nous avons ancré notre sacrement avec le Christ. » Malheureusement, le mari d'Hélène traverse des épisodes de dépression et les difficultés s'accumulent. « Au fur et à mesure, sa foi s'est étiolée, poursuit Hélène. Il s'est mis à ne plus nous accompagner à la messe systématiquement, puis plus du tout - hormis Noël et Pâques. » Pendant les prières du soir, son mari reste muet.

Pratiquer sa foi seule dans le couple n'est pas sans difficultés. Certaines, découragées d'être seules à aller à la messe, ne s'y rendent plus.

« En plus de l'organisation du temps, il y a aussi un regard sur la vie et le monde qui peut être différent, explique Karine Triot, conseillère conjugale et familiale à Angers. Croire que la vie est éternelle peut permettre de surmonter plus facilement les épreuves. En tant que croyant, on croit également à la dignité intrinsèque de l'être humain créé à l'image de Dieu, et, par exemple, devant des résultats de tests inquiétants pour le bébé pendant la grossesse, on peut ne pas réagir de la même manière. »

L'éducation religieuse des enfants peut également être une source de tension. « Nos aînées, adolescentes, s'engagent de plus en plus dans leur foi - sacrement de confirmation, engagements Mej et scouts -, et c'est difficile de ne plus sentir de soutien de la part de mon mari, poursuit Hélène. Lors des conversations familiales, il montre même parfois une opposition face à cela. » Pour les enfants, la quête du sens de



cotrombro CC

leur vie peut être rendue plus difficile par la divergence de foi de leurs parents.

La manière dont est vécue cette différence spirituelle dépend aussi de l'attitude de chacun, et notamment du degré de bienveillance du conjoint agnostique ou athée. « Un jour, un enfant a demandé à ses parents : "Qui est l'homme entre vous deux, sur cette photo de votre mariage ? Le chef des chrétiens ?" "Non, c'est le chef des crétins", a répondu en riant le père, non croyant », raconte Karine Triot. Il est important de dire sa gêne face aux moqueries.

Bien sûr, il existe aussi des conjoints respectueux de la religion, et même engagés aux côtés de leur épouse, comme c'est le cas d'Aurélie, mariée depuis 26 ans avec Thomas, qui a perdu la foi quand il était enfant à la suite du divorce de ses parents. « J'ai la chance que, pendant 8 ans, nous avons servi ensemble dans une équipe de préparation au mariage, donc de vivre ces temps d'Église avec lui ».

Autre difficulté possible : « Le plus dur, c'est le regard des autres, l'incompréhension, le manque de délicatesse parfois parce qu'on ne rentre pas dans le moule d'une famille "classique" », soupire Amélie, dont le mari est athée.

Dans cette situation qui n'est pas sans défis, surtout quand la foi a la première place dans la vie, il existe des pistes pour que la foi d'un seul conjoint et la relation de couple coexistent le plus harmonieusement possible. À commencer par le dialogue régulier : « Le conjoint croyant peut expliquer à l'autre en quoi, par exemple, aller à la messe a du sens pour lui, conseille Karine Triot. On peut également exprimer ce que l'on voudrait que le conjoint non croyant laisse faire, et ce qu'on aimerait qu'il accompagne. En particulier, il est important de se mettre d'accord sur ce que l'on va dire aux enfants sur tel ou tel sujet, la manière dont l'autre va soutenir ou non ».

Pour que le conjoint croyant puisse nourrir sa foi, des lieux de soutien sont précieux. « Une femme dont le mari ne croyait pas allait chaque été faire une retraite d'une semaine et revenait heureuse, nourrie, rayonnante... au point de finalement donner envie à son mari de l'accompagner ! » évoque Karine Triot.

C'est aussi le témoignage d'Aurélie : « Dans notre vie de couple, Thomas m'incitait à vivre ma pratique religieuse avec d'autres, raconte-t-elle. Depuis 9 ans, je vais avec les enfants

Une chemin spirituel atypique

Élisabeth et Félix Leseur ont vécu à la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e siècle. Élisabeth, amoureuse de son mari et croyante, a parfois dû supporter les remarques moqueuses de son mari à propos de la religion. À la mort de celle-ci, Félix découvre le journal intime de sa femme. Bouleversé, il se convertit, devient dominicain et commence même à constituer un dossier pour le procès de béatification de son épouse ! (lire aussi l'article « [Élisabeth et Félix Leseur, l'amour comprend tout](#) »). Ce cas, qui reste rare, montre néanmoins la force du témoignage.

vivre une session d'été de 5 jours de retraite à Paray-le-Monial. Je l'ai vécu pour moi, les deux premières années, voulant respecter Thomas mais j'ai réalisé que cela creusait un fossé entre nous, tellement ce que j'y ai vécu est fort et ressourçant. Nous avons besoin de vivre en lien l'un et l'autre, aussi l'année suivante j'ai accepté d'y retourner et nous avons choisi de communiquer davantage : je lui donnais le programme, faisais part des choix de conférences. Certaines conférences sont tout à fait accessibles pour Thomas et je les partage avec un enregistrement avec lui à mon retour. Thomas est venu vivre un après-midi jusqu'à la veillée avec nous, quelle grande joie et moment de paix ! »

Karine Triot propose d'aller ensemble à des propositions sur des thèmes de couple, de famille ou de société, ou à un beau spectacle à dimension chrétienne. Cela peut être un moyen de se retrouver dans des moments communs, à partir desquels on peut dialoguer.

Dans cette situation, quelle place laisser au témoignage ? « Il faudrait assumer sa foi, qu'elle soit visible mais pas trop : par exemple, un coin prière dans un lieu où on le voit un minimum », suggère la conseillère conjugale et familiale. D'ailleurs, le fait d'avoir un conjoint non croyant est une opportunité pour questionner et approfondir sa propre foi et répondre aux interrogations de l'autre.

Comprendre là où celui-ci en est, le laisser avancer à son rythme en lui donnant des clefs est aussi un témoignage de charité, une manière d'avancer ensemble dans la recherche du sens de la vie (voir aussi l'encadré).

Hélène, citée au début de cet article, garde l'espoir que son mari va rencontrer à nouveau le Christ. « D'ailleurs, il continue de se laisser toucher par la prière de notre petit dernier de 2 ans et demi qui, tous les soirs, fait sa prière avant de s'endormir, avec mon mari ou moi. Mon mari aurait pu refuser, choisir un autre rituel pour le coucher, mais il accepte aujourd'hui de choisir un chant avec lui et de l'aider à dire un merci pour sa journée. » L'espérance et l'amour ne sont-ils pas intimement liés ?

Solange Pinilla

Pour ne jamais cesser de vous rencontrer...

Save Your Love Date vous propose de vivre, en couple, une aventure vivifiante :
12 rendez-vous en tête-à-tête
autour des fondamentaux de la vie de couple.

Déjà + de 25 000 couples conquis
par ce concept unique.

Découvrir les carnets

Retrouvez-nous sur



RICHESSES
DE NOS VOISINS (3/4)
**Voyage
en Italie**

« **L'** Italie, je lui demande de pénétrer mon âme pour en capter la douceur, et cette fierté guerrière qui lui a donné ses plus beaux villages, ses tours de guet, ses saints et ses rebelles, le piquant de ses flèches et de ses campaniles, ses artistes et ses lumières. » C'est ainsi que débute *Bella Italia*, un livre de l'écrivain Christiane Rancé – dont nous reparlerons dans cet article –, assurément amoureuse de la Péninsule.

Il est vrai que l'Italie fait rêver. Unifié dans les années 1860, ce pays fut le berceau de l'Empire romain qui a façonné la culture occidentale. Et c'est en quelque sorte l'Église catholique qui a pris le relais de cette influence



© Adobe Stock

charme par la beauté de ses côtes escarpées. Son nom vient de la ville d'Amalfi (photo). Zita s'y est rendue

À VOIR
**La côte
amalfitaine**

M o i n s connue que Rome ou Venise, la côte amalfitaine est située au sud de Naples et

SAVOIR-FAIRE LOCAL
Le travail du cuir

Peut-être vos bottes viennent-elles de Minelli et, qui, sait votre sac à main de Gucci : dans les deux cas, ce sont des objets en cuir probablement fabriqués en Italie. Comme pour la mode, la Péninsule est connue pour son travail du cuir, considéré comme le meilleur au monde, que ce soit pour la cordonnerie – mot qui vient d'ailleurs de la ville de Cordoue –, ou pour la maroquinerie – terme rappelant le Maroc – désignant la confection de sacs à main, portefeuilles ou encore de ceintures en cuir. L'Italie est le deuxième exportateur mondial de maroquinerie.



La Création d'Adam de Michel-Ange sur la voûte centrale de la chapelle Sixtine, dans les musées du Vatican, Photo Unsplash

universelle, puisqu'elle a son siège à Rome (lire aussi l'article « Un week-end à Rome » dans *Zélie n°54*, page 20). Aujourd'hui, l'Italie est une République de 58 millions d'habitants.

Goûtez le temps de cet article la *dolce vita* au pays de Dante Alighieri, Catherine de Sienne et Antonio Vivaldi, avec des pâtes en *primo piatto* (premier plat), bien sûr. *S. P.*

lors de son voyage de noces – répondant sans le savoir au *Dictionnaire des idées reçues* de Flaubert : « *Italie. Doit se voir immédiatement après le mariage* ». Elle en garde un souvenir émerveillé.

« *Le littoral est fait de maisons colorées et d'escaliers interminables, raconte-t-elle. L'air sent les agrumes et les cyprès ont l'air de grands pinceaux peignant le ciel. On peut y visiter des villas splendides, comme à Ravello, village perché entre la mer et la montagne, ou s'émerveiller du style arabo-normand du cloître d'Amalfi. Le chemin des randonneurs y est appelé "le sentier des Dieux", car on s'y croit tout simplement au Paradis.* » Un bémol peut-être ? « *La conduite des Italiens sur les petites routes escarpées.* »

Dès le XII^e siècle, les tanneries se multiplient en Italie, notamment en Toscane, avec un travail du cuir un peu plus grossier qu'aujourd'hui. Après le Moyen-Âge, ce matériau commence à être associé, entre autres, aux objets de luxe.

Le cuir de meilleure qualité est le cuir pleine fleur, fait à partir de la partie la plus résistante de la peau de l'animal. Pour reconnaître le vrai cuir, celui-ci doit comporter des imperfections, sentir bon et encore pouvoir absorber quelques gouttes d'eau.



© Massimiliano Bomba/Bottega Veneta

LIEU DE PÈLERINAGE

En route vers Assise

Tous les chemins mènent à Rome, mais plusieurs conduisent à Assise. Le « chemin d'Assise » relie Vézelay à la ville de saint François – de *San Francesco*, comme on dit ici –, tandis que la *Via Franciscana* relie Rome à Assise.

C'est ce périple qu'a réalisé l'auteur Christiane Rancé, qu'elle raconte dans l'un des chapitres de *Bella Italia* (Tallandier). Elle part de Greccio, la première étape. « *Au pied du sanctuaire creusé dans*

le flanc de la falaise, je prends brutalement conscience des difficultés du chemin et de la réalité de cette Ombrie tout en piémont et en village médiévaux juchés sur des â-pics, une sorte de Toscane prude et plus rustre. » C'est à Greccio qu'il y a 800 ans, François a inventé la première crèche. Christiane marche pendant 24 kilomètres jusqu'à Rieti, le lendemain vers Poggio Bustone, puis encore vers Piediluco. Elle décrit le chemin vers Ceselli : « *Me voilà lâchée dans l'ondoiement argenté d'oliviers à perte de vue. Même le vent change de parfum. Thym et miel et, sur l'horizon, les clochers romans des villages fortifiés. Cette terre a absorbé quelque chose du paradis pour le rendre dans toutes ses essences, par toutes ses créatures. Je comprends pourquoi l'Ombrie a donné tant de mystiques* ». Elle pense à sainte Angèle de Foligno, Jacopone da Todi – l'auteur du *Stabat Mater* –, sainte Claire, saint Benoît et bien sûr saint François.

Étape après étape, le pèlerinage de Christiane s'achève non sans errances et douleurs à Assise, en passant par le monastère delle Carceri, où François a parlé aux oiseaux. Simplicité et dépouillement s'imposent devant la basilique Saint François (*ci-contre*).

Dans ce sanctuaire gardé fidèlement par les franciscains, et classé au patrimoine mondial de l'Unesco, on peut voir la tunique de toile du *Poverello*. Un manuscrit du *Cantiques de créatures* datant du XIII^e siècle est également conservé à Assise.



Mattia Poli/Unsplash

INITIATIVE SOCIALE

L'ONG anti-mafia Libera

On le sait, l'Italie est **grangrenée** par la mafia. Cet type d'organisation criminelle, qui s'infiltré dans la société et les institutions, trouve son origine en Sicile au XIX^e siècle. Elle fait son lit dans la pauvreté, avec pour but de contrôler les territoires et les revenus, dans un esprit de violence, de corruption et d'*omertà* – une sorte de loi du silence. En Italie, il existe différentes organisations mafieuses, pour la plupart dans le sud de la Botte italienne : *Cosa nostra* en Sicile, *Ndrangheta* en Calabre, *Camorra* dans la région de Naples ou encore *Sacra corona unita* dans la région des Pouilles.

En 1965, un jeune homme de vingt ans, Luigi Ciotti (*en photo*), lance à Turin le groupe Abele – du nom du berger persécuté par son frère Caïn –, des coopératives de travail pour réinsérer socialement des personnes en grand précarité et touchées par la drogue. En 1972, il devient prêtre. Constatant que la mafia recrute chez les personnes toxicomanes, il lance la revue *Narcomafie*, afin d'informer et d'analyser le phénomène mafieux.

Puis, en 1995, Luigi Ciotti lance l'association Libera, aujourd'hui ONG regroupant une quinzaine d'associations, avec pour objectif de sensibiliser la jeunesse à l'importance d'un État de droit et aux méfaits de la mafia. L'une des principales actions de Libera est de gérer les biens saisis aux mafias par la justice et de proposer aux jeunes esseulés, possibles proies des *mafiosi*, de travailler les terres confisquées à celles-ci.

Par ailleurs, un magistrat anti-mafia exécuté par *Cosa nostra* en 1990, Rosario Angelo Livatino, a été béatifié en mai 2021. *S. P.*



Wikimedia commons

Une réaction à ce numéro ?

Répondez au sondage, en cliquant ici >

<https://forms.gle/vbsEbR19TAKxCXm68>

EN MARS DANS ZÉLIE
LE COMBAT SPIRITUEL

Un Carême sportif

S'ENTRAÎNER AUX 7 VERTUS

Un chemin de Carême proposé par le magazine Zélie,
mensuel numérique féminin et chrétien. S'abonner gratuitement > magazine-zelie.com

Du Mercredi des
Cendres au premier
dimanche de Carême

Vertu : La force



Mercredi 14 février

En ce jour de jeûne,
j'offre ce manque
pour une personne
de mon choix.

Jeudi 15 février

Je réfléchis
à renoncer pendant
ce Carême, à quelque
chose qui m'éloigne
de ma vie intérieure.

Vendredi 16 février
Je demande de résister
aux tentations.
Samedi 17 février
Je répète : "Ma force
et mon chant,
c'est le Seigneur".

Lundi 19 février

J'écris un message
à quelqu'un à qui je
ne prête pas toujours
assez attention.

Mardi 20 février

Je demande à Dieu
la vertu de prudence
et de discernement.

Mercredi 21 février

Je lis l'Évangile
du jour et je me
demande comment il
peut inspirer ma vie.

Du premier
dimanche
au deuxième
dimanche de Carême

Vertu : La prudence



Jeudi 22 février

Je m'interroge sur
la manière de mener
mon travail ou mes
activités de manière
plus éthique.

Vendredi 23 février

Je médite :
"La personne avisée
surveille ses pas"
(Proverbes 14, 15).

Samedi 24 février

Je programme
ma confession
de ce Carême,
réconciliation
avec mon Père.

Du deuxième
au troisième
dimanche de Carême

Vertu : La justice



Lundi 26 février

J'ose dire non pour
mieux me respecter
et respecter l'autre.

Mardi 27 février

Je dis très lentement
un "Notre Père".

Mercredi 28 février

Je dis bonjour à
quelqu'un en souriant
et en le regardant
dans les yeux.

Jeudi 29 février

Je loue Dieu,
lui rendant la gloire
qui Lui est due.

Vendredi 1^{er} mars

Je fais un don
à une association,
selon mes moyens.

Samedi 2 mars

Si j'ai été victime
d'injustice, je prie
pour l'auteur - sans
l'excuser bien sûr.

Du troisième
au quatrième
dimanche de Carême

Vertu : La
tempérance



Lundi 4 mars

Je passe une journée
sans musique,
car Dieu parle surtout
dans le silence.

Mardi 5 mars

Je m'interroge
sur mon regard :
est-il chaste, sans
captation de l'autre ?

Mercredi 6 mars

Je programme une
messe en semaine
pour honorer Dieu,
le Bien suprême.



Jeudi 7 mars

Je me prive d'une nourriture et j'offre cet effort en demandant la soif de Dieu.

Vendredi 8 mars

Le soir, je range mon téléphone au fond d'un tiroir pour être plus disponible intérieurement.

Samedi 9 mars

Je répète : "Je t'aime, Seigneur, tu es ma force". (Psaume 18, 2)

Lundi 11 mars

Je nomme 3 personnes et je remercie Dieu d'être présent en elles.

Mardi 12 mars

Chez moi, je me prosterne (si possible) 5 minutes pour adorer Dieu.

Mercredi 13 mars

Je lis un extrait au hasard du Catéchisme de l'Eglise catholique (en ligne ou papier).

Du quatrième dimanche au cinquième dimanche de Carême

Vertu : La foi



Jeudi 14 mars

Je répète : "Seigneur, augmente en moi la foi !" (Luc 17, 5)

Vendredi 15 mars

Je prie avec deux psaumes.

Samedi 16 mars

Je me demande comment sanctifier particulièrement ce dimanche (tenue, plat, repos...)

Du cinquième dimanche de Carême au dimanche des Rameaux et de la Passion

Lundi 18 mars

J'implore Dieu de me donner le désir du Ciel.

Mardi 19 mars

Je pense à trois lieux où le Royaume de Dieu est déjà là...

Mercredi 20 mars

Je dis deux dizaines de chapelet, échelle vers le paradis.

Vertu : L'espérance



Jeudi 21 mars

Je parle du Ciel avec un proche.

Vendredi 22 mars

Je médite : "Jésus ! tu le sais, ton doux Visage est pour moi le Ciel ici-bas" (sainte Thérèse).

Samedi 23 mars

Je prie pour les âmes du Purgatoire.

Semaine Sainte

Vertu : La charité



Lundi 25 mars

Je demande à la Vierge Marie d'aimer Dieu par-dessus tout.

Mardi 26 mars

Aujourd'hui, je ne critiquerai personne (ou sinon, je vais lui parler directement).

Mercredi 27 mars

Je me demande deux fois dans la journée : "Que ferait Jésus à ma place ?"

Jeudi 28 mars
Jeudi Saint

Je fais quelque chose de désintéressé pour une amie.

Vendredi 29 mars
Vendredi Saint

J'offre au Seigneur, en union avec sa Passion, une tâche pénible.

Samedi 30 mars
Samedi Saint

Je demande les fruits de la charité : joie, paix et miséricorde.

**VOUS AIMEZ
TRANSMETTRE...**

**VOUS VOULEZ
DEVENIR
PROFESSEUR DU
PRIMAIRE?**

**DÉCOUVREZ
NOS
PORTES
OUVERTES**

**A PARIS
VENDREDI
15 MARS**

**EN VISIO
MERCREDI
20 MARS**

**RENDEZ-VOUS SUR
NOTRE SITE**

FONDATIONPOURLECOLE.ORG



**FONDATION
POUR
L'ÉCOLE**