

zelie

100 % féminin • 100 % chrétien

VIVRE LA FRATERNITÉ
DANS L'ÉGLISE

INSPIRATIONS
ENVIE D'HIBERNER

LA SAINTE DU MOIS
AGNÈS D'ASSISE

Bérénice,
princesse de Judée

Magiques
MAINS

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 ZELIE2026

édito



Chères lectrices, avez-vous remarqué que notre rapport au monde est de plus en plus médiatisé, c'est-à-dire indirect ? Qu'il s'agisse d'acheter un vêtement d'occasion, de réserver un gîte pour les vacances ou de poser une question à notre meilleure amie, le geste est souvent le même : tapoter sur un téléphone ou un ordinateur. Avant, on palpitait le tissu - c'est encore possible, bien sûr -, on signait un chèque à la main ou écrivait une lettre sur du papier. Cela dit, une lettre ou un chèque sont encore des objets médiateurs, qui ne sont pas la voix vibrant dans l'air, ni les billets effleurés par les doigts. Cependant, on voit une uniformisation du geste par le numérique, et, bien que cela nous fasse souvent gagner du temps, la captation de notre attention nous en fait perdre aussi. Cette uniformisation n'est pas sans rappeler celle des affiches faites avec l'intelligence artificielle générative, qui fleurissent un peu partout depuis cet été. En plus de leur côté lisse et peu original, ces visuels se ressemblent tous, dans la mesure où ils sont une sorte de résumé d'autres affiches. Ils ne s'inspirent pas de la réalité tangible, mais de représentations de celle-ci. L'IA générative est une « médiatisation » supplémentaire, quelque peu désincarnée. Cette tendance générale à la mise à distance anesthésie notre sensorialité. Alors, ne paraît-il pas nécessaire de revenir à plus d'authenticité et d'incarnation ? Dans ce numéro, nous parlerons des mains, cette partie de nous en prise directe avec le monde. Contrairement à la vue, qui conserve une distance, la main touche sans recul possible, et perçoit avec finesse grâce à ses nombreux récepteurs sensoriels. Certes, la main peut faire du bien, mais aussi du mal. Elle est néanmoins une part incontournable de notre incarnation, habile à fabriquer, à communiquer, à aimer. Louons Dieu pour nos mains et levons-les vers Lui !

Solange Pinilla, rédactrice en chef

SOMMAIRE

4 Comment vivre la fraternité, notamment dans l'Eglise ?

6 Sainte Agnès d'Assise, la petite sœur de sainte Claire

7 Inspirations : envie d'hiberner

8 Les bonnes nouvelles d'octobre

12 L'intelligence de la peau

14 Alice de Kergorlay : « La main est un levier de confiance en soi »

16 Laëtitia Trouvé, chef d'orchestre : « Les mains communiquent »

18 Œuvres d'art : Amédée Loyseau, mains dans la glaise

20 Culture : une vie plus grande

21 Béatrice de La Meslière, adoucir l'intérieur

22 Bérénice, princesse de Judée

24 « Vivre et Aimer », une relecture ignatienne pour les couples

25 Zélie et vous

COURRIER DES LECTRICES

« Ayant récemment perdu un neveu de 14 ans, je suis actuellement très sensible au thème du deuil (*voir le numéro d'octobre 2026, Zélie n°119*, « Vivre avec nos pertes »). J'ai lu deux livres de Anne-Dauphine Julliand *Consolation* et *Ajouter de la vie aux jours*, que vous auriez aussi pu signaler. À la rubrique « Devant le miroir », j'aurais aimé trouver une réflexion sur les habits de deuil, sur ce qui se fait ici et ailleurs. Merci

pour votre magazine que j'ai - enfin - pu lire tranquillement en revenant d'un déplacement professionnel ! J'ai noté les deux phrases « Rien n'est éternel, sauf l'amour » et celle sur la mer qui se retire pour laisser briller sur la grève mille éclats de nacre. C'est poétique. Merci pour le questionnaire sur les pertes et cadeaux qui m'a fait réfléchir sur ma situation. Cela fait du bien de se poser ces questions, cela permet d'avancer. »
Béatrice



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 : Pexels

Les images sans crédit photo indiqué sont sans attribution requise.

Comment vivre la fraternité, notamment dans l'Église ?

Vivre en frères est un vrai défi, en tant qu'être humains, mais aussi en tant que catholiques de sensibilités et de cultures différentes. Une table ronde du Congrès Mission à Mulhouse a récemment débattu de cette question.

« **Qu'**as-tu fait de ton frère ? » Cette parole de la Genèse met en évidence l'importance de l'attention à tout être humain et de la responsabilité. Une interrogation qui a animé les interlocuteurs d'une table ronde lors du Congrès Mission à Mulhouse, le samedi 17 octobre 2026 au matin en l'église Saint-Étienne. Notons qu'après l'édition 2025 à Bercy à Paris, le Congrès Mission, qui valorise des initiatives missionnaires, avait lieu dans trois villes de région : Lyon, Clermont-Ferrand et Mulhouse. A posteriori, ce thème de la fraternité a résonné ce jour-là avec une actualité de manifestations mais aussi de pillages et destructions dans plusieurs villes.

« **Le premier exemple de fraternité dans la Bible est un combat, qui finit par un meurtre** », rappelle le philosophe Martin Steffens, auteur et professeur de philosophie au lycée Fustel de Coulanges à Strasbourg. Il souligne que le premier lieu de la fraternité est la famille, où l'on côtoie des personnes avec lesquelles on n'est pas toujours d'accord : un grand-père d'une sensibilité politique différente, par exemple.

Au sein même de l'Église, des divisions existent – et cela a toujours été le cas. « *Nos divisions sont un contre-témoignage* », estime Dominique Fuchs, coopératrice de la pastorale pour le diocèse de Strasbourg dans la région de Mulhouse. Une expression latine énonce, *Vita communis, maxima crux* (« La vie commune est la plus grande croix »), comme le souligne le chanoine Christian Gouyaud, docteur en théologie et professeur au grand séminaire de Strasbourg.

Cette vie chrétienne commune peut être bousculée par des cultures différentes, une diversité qui s'exprime



Un village du diocèse de Strasbourg (Aspach-le-Haut) / Unsplash

notamment dans la foule rassemblée chaque semaine place Saint-Pierre au Vatican. Martin Steffens cite une famille qui, à l'appel d'un prêtre, a accueilli des migrants d'origine africaine pendant un mois ; une expérience enrichissante, mais aussi déplaçante, car les invités « chassaient les démons de la table » avant que le repas ne soit servi.

Lors de la table ronde, il a été souligné que dans l'Église, certaines sensibilités semblent ne pas mettre la fraternité comme une priorité. Martin Steffens déclare que dans la posture identitaire, il s'agit davantage d'être « christianiste » que « chrétien », pour reprendre des termes du philosophe Rémi Brague. « *La France est une caisse de résonance pour le message du Christ, mais notre foi est plus grande que toutes ces choses temporelles* », analyse-t-il. « *Mais je connais aussi des jeunes de gauche qui rejettent l'autre. J'ai vu dans un média chrétien de gauche une publicité pour une application qui permet de savoir si les propos de quelqu'un sont racistes ou encore d'extrême-droite.* » Il ajoute : « *Dans ces deux postures, on passe à côté de l'expérience de la charité.* »

Le chanoine Gouyaud nuance par la suite : « *"Identitaire" : à mon avis, il vaut mieux éviter ces épithètes péjoratives et réductrices et accompagner les personnes.* »

Dès lors, comment vivre la fraternité dans l'Église, à l'image de la devise de Léon XIV – « *Un dans l'Unique* » –, et au-delà des catholiques ?

Dominique Fuchs appelle à une « *conversion du regard* » : « *Accueillir l'autre sans filtre et sans a priori est très difficile, car chacun a son éducation et son histoire.* » Néanmoins, on peut essayer de regarder l'autre comme un frère en humanité. L'autre peut nous apporter quelque chose, et c'est réciproque. « *Un jour, nous avons mis autour de la table les accompagnateurs pastoraux de jeunes de la région de Mulhouse, se souvient Dominique Fuchs. Certains voulaient que l'on mette davantage l'accent sur la formation, d'autres sur*

les vertus, d'autres encore sur l'action solidaire... En fait, on peut prendre quelque chose d'intéressant dans ce que chacun dit ! »

Martin Steffens propose : « Nous pouvons aussi avoir de la gratitude pour une personne ordonnée à sa tâche, et qui regarde le Christ. Je pense à une famille qui cherchait une école pour l'un de ses enfants, au profil difficile, déjà rejeté par quatre écoles. Le directeur d'une école de la Fraternité Saint-Pie-X a dit : "Votre enfant est un cas désespéré, donc c'est pour nous." Faisons aussi bien que lui ! » Martin Steffens ajoute, plus généralement : « L'Église n'est pas un parti. Elle accueille des bribes de vérité, de bien, de beauté, un peu partout. »

En réalité, la diversité fait partie de la foi. « Nous croyons en des mystères, donc aucune expression de la foi est exhaustive, déclare le chanoine Christian Gouyaud. Il y a quatre évangiles, aucun n'est exhaustif. D'où l'importance d'écouter ce que l'autre a à me dire. » Le pape François compare la diversité de l'Église à un polyèdre, en trois dimensions et à multiples faces. On a pu voir cette diversité dans l'unité notamment lors de la veillée de 80 000 jeunes avec le pape au Stade de France.

Pour Christian Gouyaud, il est également intéressant d'aller à la source du problème : « Joseph Ratzinger, futur Benoît XVI, affirmait que les divisions surgissent du fait que certaines valeurs ne sont pas suffisamment vécues et aimées. Par exemple, à une certaine époque, l'amour de l'Écriture sainte et la gratuité du salut n'étaient pas assez aimés, ce qui a provoqué

“ Tout ce qui est vrai, par quiconque le dit, vient de l'Esprit Saint.

Saint Ambroise ”

la Réforme protestante. La solution est d'aimer à nouveau ces valeurs délaissées. On résorbe ainsi le schisme à l'intérieur de l'Église. » Une observation intéressante dans cette région de Mulhouse historiquement marquée par le protestantisme.

Il cite également saint Augustin : « Dans les choses nécessaires [les articles de foi] -, la vérité. Dans les choses douteuses, la liberté. En toute chose, la charité. »

Autre piste pour davantage de fraternité : prendre soin du lien. « On peut commencer dans quelque chose qui nous est commun : la convivialité, suggère Dominique Fuchs. Nous avons constaté que les rencontres entre curés à propos de la préparation des sacrements n'étaient pas si simples. Nous avons invité tous les agents pastoraux à un repas festif au mois de juin. Avec celui qu'on avait du mal à supporter, on se retrouvait à chanter et à danser ! Au-delà des débats qui crispent, on découvre que telle personne peut être agréable. »

Se rassembler autour d'une table, avec Jésus, préfigure peut-être cette fraternité qui se vivra à son apogée lors du banquet des noces de l'Agneau.

Solange Pinilla

Caladia présente les LES POUPÉES MARIE

Des poupées inspirées de la
Vierge Marie, imaginées pour
éveiller les cœurs et faire grandir
les petites âmes dans la douceur.

Découvrez les poupées Marie sur
www.caladia-collections.fr

Sainte Agnès d'Assise, la petite sœur de sainte Claire

Par une belle nuit de mars 1212, Claire, jeune fille noble d'Assise, quitte sa demeure et s'en vient allègrement aux pieds du Petit Pauvre vers le mystère de la sainte Pauvreté. Au petit matin, la famille s'aperçoit de sa disparition. Ah ! Misère ! C'est ce François ! Vengeance ! On court au monastère. Trop tard, Claire montre ses cheveux coupés, elle est d'Église.

Mais voilà que quelques jours plus tard, la seconde fille de la maison, Catherine, promise à un jeune de grande famille, rompt avec le monde, s'enfuit et vient se réfugier auprès de sa sœur aînée. La colère de la famille explose. Quoi ! Vivre comme une pauvre ! L'oncle Montaldo, accompagné d'une troupe armée, se rend au couvent. Il pénètre en force, saisit sa nièce par les cheveux et la traîne au dehors après l'avoir rouée de coups de poing et de coups de pied. Aux cris de sa sœur, Claire se met en prière. Le corps d'Agnès devient alors si lourd que les douze soldats sont incapables de le soulever. Ivre de rage, Montaldo lève son poignard. Une douleur atroce l'arrête. Il doit s'incliner. Catherine prononce ses vœux aux pieds de François qui coupe sa magnifique chevelure et lui donne le prénom d'Agnès, du nom de la martyre chrétienne, fiancée de l'Agneau, modèle des épousailles mystiques.

Avec l'autorisation de l'évêque Guido, François installe les deux sœurs dans la campagne d'Assise, à côté de la chapelle Saint-Damien qu'il a restaurée au moment de sa conversion. Quelques femmes de la région se joignent aux deux sœurs parmi lesquelles Ortolana, la mère, et sa troisième fille Béatrice. Ainsi est fondé l'Ordre des Pauvres Dames de Saint-Damien ou Clarisses.

En 1219, Agnès est choisie comme abbesse d'une abbaye de moniales bénédictines qui veulent être ratta-

chées à la règle des Pauvres Dames. L'abbaye, Santa-Maria de Monticelli, se trouve près de Florence. Un peu plus tard, Agnès établira cette règle dans des monastères de Mantoue et de Venise. Elle échange avec sa sœur de nombreuses lettres qui, malheureusement, n'ont pas été conservées sauf une. Dans cette missive, on peut lire son souci du respect de la règle de pauvreté.

En 1253, Agnès revient à Assise. Claire est gravement malade. Agnès l'assiste jusqu'au dernier moment et meurt à son tour trois mois plus tard. Son corps est transféré en 1260 à la basilique Sainte-Claire d'Assise.



Wikimedia commons

Agnès, en résistant à sa famille, a bien marqué son choix de tout supporter pour l'amour de Dieu, décision qu'elle avait prise lorsqu'elle allait écouter les prêches de saint François. Elle a bravé ainsi les préjugés familiaux et l'ordre social, car il était inacceptable dans ces grandes familles aristocratiques de vivre pauvrement. Chez les Clarisses, la pratique de la pauvreté a une valeur ascétique d'humilité, une valeur morale de générosité, une valeur mystique d'anéantissement.

Sainte Agnès d'Assise a été canonisée par le pape Benoît XIV. Chez les franciscaines, sa fête est le 19 novembre.

Mauricette Vial-Andru

Visite du pape : l'album souvenir

Si vous souhaitez revivre quelque chose de l'intensité et la profondeur spirituelle de la visite du pape en France du 25 au 28 septembre 2026, l'album *Léon XIV en France* pourra vous y aider. Ce hors-série du mensuel *Magnificat*, publié en collaboration avec *Aleteia* et *Famille chrétienne*, retrace sur 162 pages, avec de nombreuses et magnifiques photos sur papier glacé, les quatre jours qui ont marqué la France et bouleversé les catholiques. Paris, Saint-Denis, Lourdes et Metz défilent en images, récits et courts témoignages. Au-delà des paroles, ce qui frappe, c'est le regard attentionné de Léon XIV, et la joie des visages qui vient de l'Esprit-Saint. *É.T.*



INSPIRATIONS Envie d'hiberner

Avec la baisse des températures, on a bien envie de se glisser sous un édredon et dormir quelque temps. À défaut d'hiberner comme une marmotte, nous pouvons prendre soin de notre sommeil, si important pour notre santé physique et mentale – même si nous ne pouvons le maîtriser entièrement. Pour nous encourager, voici quelques inspirations (non sponsorisées) pour dormir le plus sereinement et confortablement possible, sous le regard de la Vierge Marie. Bonne nuit ! *É. T.*



1



2



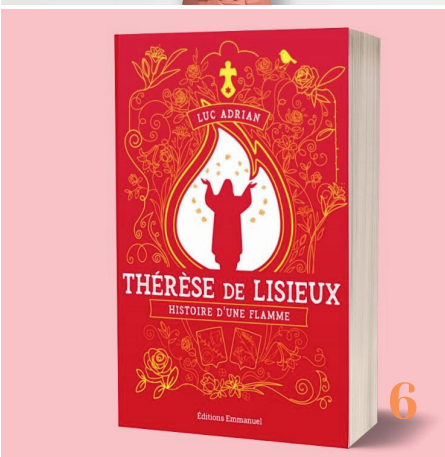
3



4



5



6



7



8



9

1. Taie d'oreiller en soie – réduit les frictions sur la peau et les cheveux (*Emily's Pillow*). 2. Tisane bio Nuit tranquille (*Près des Reines*). 3. Petite statuette de la Vierge (*Sapristi Store*). 4. Édredon « Saint-Moritz » (*Linvosges*). 5. Chaussettes d'intérieur cachemire (*Bleuforêt*). 6. *Thérèse de Lisieux, histoire d'une flamme* de Luc Adrian – 472 pages : une bonne lecture avant d'éteindre (*Éditions Emmanuel*). 7. Pack audio sommeil – méditations catholiques, et exercices pour mieux s'endormir (*Meditatio*). 8. Pyjama manches longues « Bougainvillier orange » (*We Are Jolies*). 9. Oreiller ergonomique pour enfant – il permet de la tête soutenue et la bouche fermée ; existe aussi pour adulte (*La Petite Nuit*).

Les bonnes nouvelles d'octobre

SOCIÉTÉ Après les pillages et destructions causés à Paris par les débordements insurrectionnels du 17 octobre, la presse a également pu observer des retours d'objets volés aux commerçants, parfois par des parents de jeunes pillards, ou par des particuliers inconnus. Dans le quartier de la place de la République, de petits groupes de riverains se sont organisés pour contribuer au nettoyage des rues, en soutien aux agents de la Ville de Paris, tandis qu'ailleurs dans la capitale, des commerçants se sont apporté un soutien mutuel après les destructions. Le sentiment partagé autour de ces élans spontanés est celui d'une fraternité réellement vécue entre les personnes, après le choc des émeutes.

FOI L'agence Fides a publié ses statistiques sur la vie de l'Église catholique dans le monde, le 16 octobre. Outre l'augmentation du nombre de fidèles baptisés, qui est constante chaque année à l'échelle planétaire, avec des variations à la hausse ou à la baisse selon le détail des pays, on remarquera surtout une hausse du nombre de prêtres, pour la première fois en cinq ans. Ils sont désormais 407 421 prêtres dans le monde, soit 425 de plus qu'au précédent recensement. Cette hausse est portée par l'Afrique, l'Asie et de nouveau par l'Amérique après des années de déclin sur ce continent. Il s'agit notamment d'une hausse du nombre de prêtres diocésains. On notera, hélas, néanmoins, un recul du nombre total de séminaristes dans le recensement de cette année par rapport à l'année dernière.



© English Heritage

MÉMOIRE Comme chaque année aux alentours du 14 octobre, cette fois-ci les 10 et 11, l'association publique English Heritage, qui détient, entretient et valorise au nom du gouvernement de nombreux sites historiques en Angleterre, a organisé une reconstitution de la bataille d'Hastings (photo).

Le 14 octobre 1066, celle-ci opposa dans le Sussex les troupes du duc de Normandie, Guillaume le Conquérant, et celles du roi Harold. La victoire normande décida du sort de l'Angleterre et des îles britanniques. Cette année, 1 000 figurants venus de France et d'Angleterre se sont affrontés devant des milliers de visiteurs. La reconstitution de 2026 célèbrerait les 960 ans de la bataille, et faisait écho au récent prêt de la tapisserie de Bayeux par le gouvernement français à celui du roi Charles III.

INDUSTRIE Ce 14 octobre, le tribunal de commerce d'Orléans a rendu sa décision permettant la reprise de la société Duralux, qui était en redressement judiciaire, par l'entrepreneur Cédric Meston, qui s'est spécialisé dans la reprise et la relance d'entreprises en difficulté au travers de sa holding Tomé.

Dans son offre de reprise, Cédric Meston conservera 70 % des salariés en CDI sur le site de production de La Chapelle-Saint-Mesmin, dans le Loiret. Le plan de

ET SI CETTE ANNÉE, ON OFFRAIT PLUS QU'UN CADEAU ?

OFFRIRUNPARRAINAGE.COM

UN CADEAU SOLIDAIRE, DURABLE ET QUI CHANGE DEUX VIES !

Son histoire mérite d'être racontée.

Ce proche a marqué tellement de vies.

Pour Noël, offrez-lui d'écrire sa biographie.

Claire K BIOGRAPHE

www.partagezvotrehistoire.fr

financement, d'une hauteur de 16 millions d'euros, s'appuie sur 6 millions d'euros de fonds publics des collectivités locales et de l'État, ainsi que des apports de plusieurs financiers privés importants. Pour relancer Duralex, le repreneur souhaite s'appuyer sur le caractère historique de la marque de verres incassables, tout en s'adaptant aux nouveaux modes de consommation, et en décarbonant la production afin de générer des économies d'énergie sur le long terme. Cela passera notamment par le remplacement du four à gaz de production par un nouveau type de four électrique.

COMMUNICATION La municipalité de la commune de Vallorcine, en Haute-Savoie, a révisé sa réglementation d'attribution des subventions aux associations, en y incluant l'interdiction, pour celles-ci, de recourir à des outils d'intelligence artificielle pour promouvoir un événement et durant le déroulement de celui-ci. Cette mesure est prise au nom de la défense de l'emploi local. Son non-respect entraînerait la perte de la subvention attribuée.

Dans le même esprit, la municipalité de Sète, dans l'Hérault, a décidé de ne plus imprimer d'affiches produites à partir d'un logiciel d'intelligence artificielle, ni pour ses propres services, ni pour les associations au bénéfice desquelles elle imprime des affiches pour leurs événements. Il s'agit, là aussi, de défendre le travail et le savoir-faire local, en l'occurrence, celui des graphistes.

VATICAN Le 21 octobre, le médecin officiel du pape a rendu son verdict. L'opération du poumon que le souverain pontife a subie le 13 octobre afin de retirer des cellules cancéreuses a été réalisée suffisamment tôt. Il ne sera pas nécessaire de procéder à une chimiothérapie ou une radiothérapie, d'après les résultats des analyses médicales réalisées après l'opération. Léon XIV a ainsi pu reprendre toutes ses activités publiques et pourra bien voyager en Amérique latine du 6 au 17 novembre.

SÉCURITÉ L'entreprise Lueur, fondée en 2021, a récemment mis au point et lancé la commercialisation d'une sonde au format d'un stylo capable de détecter au moins trente drogues différentes dans un verre. Cet outil peut ainsi permettre de prévenir les tentatives de soumission chimique notamment réalisées en boîte de nuit ou en soirée. Le stylo, nommé B-Safe, une fois activé, est plongé dans le verre, et permet de détecter en trente secondes si la boisson est contaminée ou saine. Non destinée à la vente libre, cette solution est proposée aux établissements festifs afin de sécuriser leur clientèle. Porté par plusieurs instituts de recherche scientifique, B-Safe est présenté comme un des nouveaux outils les plus fiables dans ce domaine.

Gabriel Privat

CARLO ACUTIS

UN SAINT POUR NOTRE TEMPS

VOIR LA BANDE-ANNONCE

AU CINÉMA LE
**04
NOV.**

OFFICINA DELLA COMUNICAZIONE, NEXO DIGITAL ET OUR FILMS PRÉSENTENT CARLO ACUTIS, UN SAINT POUR NOTRE TEMPS. UNE PRODUCTION OFFICINA DELLA COMUNICAZIONE, NEXO DIGITAL ET OUR FILMS - SOUS LE PATRONAGE DE L'ASSOCIATION DES AMIS DE CARLO ACUTIS. SCÉNARIO PAR ELISABETTA SOLA & NICOLA SALVI. PRODUCTEURS EXÉCUTIFS NICOLA SALVI, ELISABETTA SOLA, LUCA PANGALDI. MONTAGE EMANUELE SVEZIA. DIRECTEUR DE LA PHOTOGRAPHIE RICCARDO MARIANESCHI. MUSIQUE ORIGINALE DE REMO ANZOVINO. PRODUIT PAR NICOLA SALVI, ELISABETTA SOLA POUR OFFICINA DELLA COMUNICAZIONE, FRANCO DI SARRO POUR NEXO DIGITAL, MARIO GIANANI, LORENZO MIELI, GABRIELE IMBIRZI POUR OUR FILMS. RÉALISÉ PAR LUCA SALMASO.



« QUE VIENNE SUR NOUS LA DOUCEUR
DU SEIGNEUR NOTRE DIEU !
CONSOLIDE POUR NOUS
L'OUVRAGE DE NOS MAINS. »

PSAUME 89

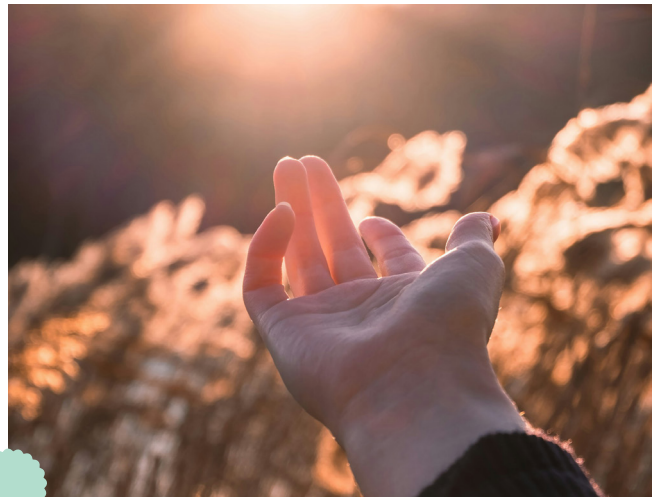


Magiques mains

Mains enfantines qui au fil des années s'allongent et grandissent, mains gantées de laine, mains aux ongles vernis, mains crémées avec soin, mains qui se parent de bagues, mains abîmées par les travaux, mains noueuses, mains qui épluchent ou éminent, mains qui virevoltent sur un piano, mains qui posent un pansement, mains jointes pour prier, mains qui s'offrent ou mains qui reçoivent, mains affaiblies par un handicap, mains qui s'immobilisent définitivement... Mains qui un jour, avec le corps dont elles font partie, ressusciteront !

Dieu n'a-t-il pas, dans le deuxième chapitre de la Genèse, modelé l'homme, la femme et même tous les bêtes des champs et tous les oiseaux du ciel ? Jésus n'a-t-il pas imposé les mains, béni, appliqué de la boue sur les yeux de l'aveugle-né, prit du pain et du vin ?

Par leur singularité, leur incroyable pluralité de gestes, leur merveilleuse précision, leur capacité à modeler le monde, leur capacité d'expression, les mains sont uniques. On dit qu'avec le visage, les mains sont la partie du corps la plus difficile à dessiner, en raison de leur complexité. Elles ne comptent pas moins de 27 os, 21 muscles, de nombreux ligaments, et une forte réactivité.



Unsplash

Lors de la crise du Covid-19, entre 2020 et 2022, on a préconisé de ne plus serrer les mains ni se toucher, par crainte de la contamination. Indépendamment du caractère médical de la mesure, n'était-ce pas un appauvrissement de ne plus entrer en relation de cette manière ? N'est-ce pas encore un signe de notre vieille culture dualiste gréco-latine, où le corps s'opposerait à l'esprit et serait inférieur à celui-ci ? Il serait également peu cohérent de croire qu'il existe des métiers « non manuels » : même pour taper à l'ordinateur, il faut des doigts.

Pour autant, ne faisons pas des mains l'alpha et l'oméga : les mains peuvent frapper, faire du mal. Les métiers manuels, eux, ne doivent pas être idéalisés ; ils sont souvent source de grande fatigue, de conditions parfois difficiles : être debout tout le temps, travailler dehors... Enfin, qui n'a pas été énervé par l'impossibilité manuelle de résoudre un problème technique, comme réparer la lampe du séjour ? Les mains sont humaines, si humaines.

Solange Pinilla

Un classique de littérature à (re)lire

Les mains du miracle
de Joseph Kessel

« Cette main est parfaite pour le massage et beaucoup moins indiquée pour la chirurgie », affirme le major Ekman en montrant la paume charnue et forte, et les doigts larges et courts de Félix Kersten. Agronome engagé dans l'armée finlandaise, ce dernier rencontre à Berlin, en 1922, un lama-médecin tibétain qui lui apprend le massage thérapeutique fondé sur la médecine chinoise. Spécialiste reconnu, Kersten est amené

à soigner Heinrich Himmler, le chef de la Gestapo, qui souffre de crampes à l'estomac. Chez Kersten, « chacun des doigts portait (...) un renflement plus



développé, plus riche et pulpeux qu'on ne voit à l'ordinaire. C'était une sorte de petite antenne, douée d'une acuité, d'une sensibilité extrêmes. » Him-

mmler, chaque fois qu'il est délivré de ses douleurs grâce aux massages de Kersten, lui est infiniment reconnaissant et confie de nombreuses informations sur les projets nazis.

Le récit de Joseph Kessel, fidèle à l'histoire, raconte comment Kersten devient espion pour le compte de la Finlande, et use de son influence pour libérer de nombreux prisonniers des camps nazis et sauver des milliers de vies.

La manipulation physique est associée à la manipulation mentale... pour combattre le mal. Les mains suscitent un double « miracle » : des douleurs soulagées et surtout des existences épargnées. J. P.

L'intelligence de la peau

La main est un organe par lequel nous touchons des choses très différentes : une tasse en porcelaine, une serviette de bain, le pelage d'un chat, une autre main humaine. La main peut être froide, moite, transmettre des virus ou communiquer de l'affection. Cela est rendu possible par les capacités étonnantes de la peau, un organe qui recèle bien des secrets.

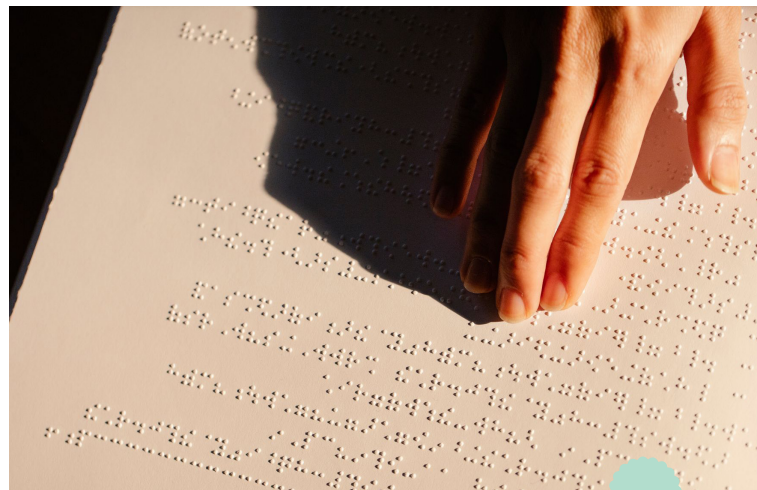
« **N**otre peau est notre premier vêtement, notre enveloppe la plus intime », affirme le docteur Clara Naudi dans le magnifique livre *Mon corps au pays des merveilles. Beauté et intelligence de l'anatomie humaine* (éditions Phidias), dont nous nous inspirons pour cet article.

La peau – nous parlerons de la peau de l'ensemble du corps humain, pas seulement celle de la main – est l'organe le plus lourd de notre organisme : il pèse 4 kilos et totalise une surface de 2 m². La peau est la plus fine au niveau des paupières (1 millimètre) et la plus épaisse à la plante des pieds (4 mm maximum).

Et les chiffres étonnants ne s'arrêtent pas là. Si l'on prend 1 cm² de peau, on compte un demi-million de cellules – qui meurent et se renouvellent sans cesse –, entremêlées à environ 70 cm de vaisseaux sanguins, 55 cm de fibres nerveuses, 100 glandes à sueur, 15 glandes sébacées (qui produisent le sébum, substance grasseuse) et 250 récepteurs sensoriels.

Mais alors, quelle est l'architecture de la peau ? Elle se compose de trois couches superposées : l'épiderme, le derme, et l'hypoderme.

L'épiderme est composé à 80 % de cellules qui « produisent la kératine, cette substance cornée qui donne la solidité et l'étanchéité de notre peau », comme le rappelle le docteur Clara Naudi. L'épiderme compte aussi les cellules qui sécrètent la mélanine, un pigment dont l'abondance plus ou moins grande détermine la couleur plus ou moins foncée de la peau. Autre type de cellules de l'épiderme : celles de Langerhans, qui, telles des pieuvres, captent les



Pexels

“ La peau est une frontière vivante. ”

virus, bactéries, antigènes et autres indésirables et activent le système immunitaire. L'épiderme est aussi recouvert d'un film hydrolipidique, composé de sueur et de sébum, où l'on trouve de nombreuses espèces microbiennes ; ces bactéries sont responsables de l'odeur de la transpiration.

En-dessous, le derme est une épaisse couche où se mélangent les fibres de collagène – qui donnent sa solidité à la peau – et les fibres élastiques, qui permettent son élasticité. Dans le derme, on trouve des vaisseaux sanguins, des vaisseaux lymphatiques, des fibres nerveuses et des récepteurs sensoriels, des follicules pileux (où naissent les poils), des glandes à sueur et des glandes sébacées, sans oublier des cellules immunitaires.

Notons que les glandes à sueur permettent de refroidir notre corps quand nous avons chaud (si nous ne les avons pas, nous halèterions comme des chiens !). Elles éliminent aussi les déchets de l'organisme. En réalité, nous produisons un demi-litre de sueur chaque jour ! Si le temps est chaud et humide, cette sueur va s'évaporer difficilement, ce qui rend la chaleur moite plus éprouvante.

Quant aux glandes sébacées – qui sont absentes des paumes des mains et des plantes des pieds –, elles permettent d'assouplir la peau, de lubrifier les poils et de nous protéger des microbes. Les poils, eux, sont entourés de terminaisons nerveuses libres dans la peau, qui permettent d'informer le cerveau de la vitesse de l'air parcourant la peau.

Sur la paume des mains, avez-vous remarqué que la surface de la peau semble ondulée, ce que l'on constate particulièrement dans les empreintes digitales ? En fait, le derme s'articule avec l'épiderme par une surface ondulée, appelée les papilles du derme ; sur la paume des mains et la plante des pieds, ces papilles forment des monticules plus marqués.

Enfin, l'hypoderme est la couche de graisse de réserve. Il relie la peau aux muscles notamment. Il amortit les chocs, et préserve du froid. Cette couche de graisse qui contient des réserves d'énergie est située surtout au niveau des cuisses et des seins pour les femmes, et au niveau du ventre pour les hommes. Dans ce tissu graisseux, les hormones féminines sont transformées en hormones masculines. *« C'est pour cela, dit-on, que les femmes "enveloppées" supportent mieux la ménopause, déclare Clara Nau-di. Quand leurs ovaires ont achevé leur mission, leurs rondeurs prennent le relais dans la production d'œstrogènes... »*

On le comprend, la peau remplit de nombreux rôles. D'abord, elle protège notre organisme : *« Elle "prend sur elle", ce qui, sans elle, serait traumatisme, blessure, déchirure... des muscles, vaisseaux et organes vitaux qu'elle recouvre. »*

Ensuite, elle aide à la régulation de notre température. Si nous avons froid ou chaud aux mains, les vaisseaux sanguins réduisent ou augmentent leur diamètre en fonction de la température.

Et puis, bien sûr, la peau est un organe sensoriel. *« Au niveau du derme se tassent de multiples récepteurs sensoriels qui transmettent les plus infimes variations de pression, d'effleurement, d'étirement, de chaleur, de tiédeur, de froid, de sec, de mouillé, d'humide, de caresse dans le sens du poil ou bien à rebrousse-poil... », détaille Mon corps au pays des merveilles. Ces récepteurs transforment l'énergie mécanique en énergie électrique, envoyant un influx nerveux au cerveau. Selon les régions de la peau, la sensibilité est plus*

ou moins grande : si on compte près de 250 récepteurs sensoriels par cm² de peau en moyenne, il y en a 2 500 par cm² à la pulpe des doigts !

Les récepteurs sensoriels ont des formes variés. Tels des fils électriques dénudés, des terminaisons nerveuses libres affleurent l'épiderme. Autre récepteur sensoriel : le disque de Merkel capte les informations mécaniques concernant l'intensité et la durée de la pression sur la peau. *« Ces cellules sont bourrées de neuromédiateurs, neuropeptides, enképhalines... et participent aux effets apaisants, euphorisants et régénérants du toucher et des messages. »* Ces cellules, associées à d'autres récepteurs appelés corpuscules de Meissner sensibles à de faibles pressions, permettent aux personnes aveugles de lire l'écriture braille (*en photo page précédente*). D'autres récepteurs sont sensibles à la douleur, d'autres au chaud et au froid, ou encore aux étirements.

La peau est un émonctoire qui élimine les substances toxiques de notre alimentation, par l'éruption de boutons notamment. Elle cicatrise, depuis les éraflures jusqu'aux plaies chirurgicales.

La peau est une frontière vivante, une limite active entre le milieu extérieur sans cesse changeant, et notre milieu intérieur qui recherche la stabilité – on parle d'homéostasie. Plus encore, la peau permet d'entrer en relation et de libérer les hormones de l'attachement et de l'amour.

J. P.

À lire aussi > Article « *Toucher à fleur de cœur* », par Claire de Saint Lager dans *Zélie* n° 33, page 17.



Unsplash

TÉMOIGNAGE

Marie : « Parfois, on sent une chaleur, une tendresse dans la main »

« J'ai toujours été fascinée par les mains, surtout les mains abîmées, âgées... Elles sont le signe d'années vécues, de tant de choses faites.

Il y a quelques années, bénévole dans une maison de retraite à Jérusalem, je ne parlais pas la même langue que les résidents. J'ai été très déstabilisée au début, mais j'ai appris à communiquer avec eux sur un autre mode, et notamment par le toucher. Serrer une main, sentir la pression en retour... Parfois, c'est presque un appel au secours, la personne serre fort, parfois, on sent une chaleur, une tendresse dans la façon de prendre la main.

Aujourd'hui quand je croise une personne âgée, à Lourdes par exemple, je vais très facilement leur serrer la main, et ça facilite le contact : par là, très vite, un lien se crée. » Marie

Texte recueilli par J. P.

Alice de Kergorlay : « La main est un levier de confiance en soi »



© Coll. particulière

Sensible à la dimension concrète des apprentissages, Alice de Kergorlay (photo) souhaite ouvrir à Angers en 2027 un collège qui laisse deux après-midis par semaine à la pratique manuelle : menuiserie, cuisine, horlogerie... Une façon d'appliquer avec ses mains les cours plus théoriques.

Un jour, Alice de Kergorlay, enseignante, demande à un élève de collège peu investi de fabriquer et monter une maquette. Celui-ci se met à poser des questions et montre de la motivation. « En fait, les maths m'intéressent, affirme-t-il. Je comprends pourquoi j'apprends. »

Cet épisode est l'un des déclics qui amènent l'enseignante à mesurer l'importance de la pratique manuelle pour apprendre et pour développer son intelligence. Alice de Kergorlay a toujours été passionnée par la pédagogie. Elle a fait un Master en médiation pédagogique et développement des capacités d'apprentissage. Ensuite, elle a travaillé chez les Compagnons du Devoir. « C'est un organisme de formation pour apprendre des métiers manuels, explique-t-elle. Une fois les bases acquises, les compagnons font un tour de France des métiers : par exemple, un apprenti couvreur apprend à utiliser l'ardoise en Anjou, la tuile dans le Sud... »

Après avoir terminé leur journée de travail, les compagnons suivent des cours du soir. Alice y enseignait notamment la culture générale et les mathématiques. « J'appliquais les maths à leur réalité professionnelle d'ouvrier, de tailleur de pierre ou de couvreur, car il aurait été difficile de tenir les maths pour elles-mêmes. »

Alice a ensuite travaillé dans la formation des adultes en réinsertion professionnelle, puis en collège en classe Ulys - pour les enfants avec un handicap - et ensuite pour Formiris, qui accompagne les professeurs de l'enseignement privé. Elle a fait également de l'instruction en famille avec ses enfants.

Forte de toutes ces expériences, elle a monté, avec d'autres personnes, un projet de collège indépendant nommé La Boussole, qui doit ouvrir en 2027 en Anjou. L'association a déjà deux ans d'existence. L'idée ? « Pour développer une pédagogie vivante et concrète, il y aurait, comme dans les classes à horaires aménagés, des horaires particuliers avec deux après-midis par semaine consacrés à la pratique manuelle. Par exemple, la menuiserie aidera à comprendre la géométrie, les angles, les proportions. C'est en quelque sorte une heure de maths en pratique. La cuisine, elle, permettra d'utiliser les conversions. » Ces ateliers seront proposés en partenariat avec l'association « À deux mains » (voir encadré).

Dès cette année, La Boussole propose des ateliers manuels, culturels et scientifiques pour des jeunes de l'âge du collège. Alice y anime les ateliers culturels et scientifiques : l'histoire et la géographie avec la découverte du patrimoine angevin, et les sciences avec l'étude de la nature et des expériences concrètes, dans une salle et le jardin d'un tiers-lieu partenaire. Le mercredi après-midi, en partenariat avec À deux mains, un atelier de menuiserie

L'artisanat au collège

Afin de remettre la pratique manuelle au collège, deux associations différentes ont été créées dernièrement. Depuis 2021, « De l'or dans les

mains » propose aux élèves de 5^e de l'enseignement public des programmes manuels animés par des artisans. En 2024, l'association « À deux mains » naît pour proposer aux collégiens de la 6^e à la 3^e des ateliers manuels intégrés à l'emploi du temps. J. P.



© À deux mains

est proposé, à raison de 20 séances dans l'année. Dans ce type d'atelier, co-animé par un professionnel et un éducateur technique, les collégiens travaillent sur une pédagogie de projet, comme la fabrication d'une lampe, à l'aide d'un plan de suivi et en lien avec le programme de maths. Ils étudient également les métiers du domaine investi : ici, les métiers du bois.

« Les élèves comprennent pourquoi ils apprennent, car cela est ancré dans le réel, affirme Alice. Ils développent aussi un savoir-faire manuel. Avec leurs mains, peu sollicitées le reste du temps, ils peuvent faire des réalisations utiles et concrètes. Cette pratique est une colonne vertébrale pour traverser le collège, où les élèves manquent parfois de motivation. Cela peut aussi faire naître des passions ! »

En effet, le collège marque le début de la question de l'orientation. « Grâce à ces ateliers, les jeunes s'ouvrent à la possibilité de métiers manuels. Ils visitent des entreprises – menuiserie, horlogerie, cuisine. Tout cela est plus efficace qu'un stage d'observation de quelques jours en 3^e ! » Alice y voit un enjeu très actuel : « On l'a vu avec la reconstruction de Notre-Dame de Paris : on ne peut se passer des métiers manuels ! Dans un monde marqué par le numérique, le manuel ramène au réel. »

En réalité, la pratique manuelle n'est pas supérieure à l'abstraction, elle la complète. « Un jour, un de mes élèves, tailleur de pierre aux Compagnons du devoir, et démotivé par ses cours du soir, m'a apporté un sujet sur lequel il bloquait pendant sa journée de travail. Il a vu que les maths pouvaient l'aider ! »

Les deux approches, théorique et pratique, sont donc nécessaires : « Un rat de bibliothèque qui connaît beaucoup de choses, mais ne sait pas se servir d'un tournevis, c'est dommage ! », regrette Alice. « Je ne séparerais pas différents types d'intelligence, je dirais qu'il existe plusieurs pôles d'intelligence que l'on déploie. La main déploie l'intelligence globale. Chacun peut le faire, pourvu qu'il l'apprenne ! »

L'enseignante voit aussi dans l'activité manuelle un « levier de confiance en soi et d'estime de soi ». « J'ai fait beaucoup de couture à titre personnel, se souvient-elle. Dans des moments de faible confiance en moi, coudre un sac, un pantalon ou une veste me "réassurait" ! »

La pratique manuelle donne aussi la volonté et le goût de l'effort à mobiliser, comme le rappelle Alice. « On ne peut échapper à l'ordonnement d'un itinéraire de fabrication. Et puis, trier et remettre en ordre permet aussi de réordonner les idées et projets dans ma tête ! »

Elle est tout particulièrement émerveillée par la menuiserie : « D'une graine devenue arbre, on arrive à faire un meuble ou un objet beau, fin et utile ! »

En attendant l'ouverture du collège La Boussole en septembre 2027, Alice invite à soutenir le projet financièrement via le site collegelaboussole.org, ou à proposer un partenariat si l'on pratique un métier artisanal. Une façon d'aider les jeunes à grandir en utilisant et leur tête et leurs mains.

S. P.



Vivez en famille un Avent merveilleux !

Découvrez les aventures de Paco
et ses amis en Laponie

24 contes audio

pour transmettre de belles valeurs
à vos enfants

Inscrivez-vous gratuitement



Scannez ce QR code
ou rendez-vous sur

noel.apprentis-auteuil.org



Laëtitia Trouvé, chef d'orchestre : « Les mains communiquent »

Dans la direction d'orchestre, la main droite est souvent celle de la raison et de la mesure, et la main gauche celle du cœur et de l'émotion. Laëtitia Trouvé (en photo) a notamment dirigé un chœur de 1 400 personnes, un ensemble de cuivres et un orgue, lors de la messe avec le pape à la Concorde le 26 septembre 2026. Elle répond à nos questions.

Zélie : Qu'est-ce qui vous a amenée à devenir chef d'orchestre ?

Laëtitia Trouvé : Très tôt, j'ai été attirée par la direction d'orchestre. Cela a démarré vers la fin du collège, avec des amis musiciens de mon établissement en horaires aménagés musique. J'ai commencé le violon à l'âge de 7 ans, et j'ai suivi mes études musicales dans les conservatoires d'Orléans, de Rennes, de Nantes, de Boulogne-Billancourt, et au conservatoire national supérieur de musique (CNSM) de Paris. J'ai étudié la direction d'orchestre à Nantes, mais aussi au Conservatoire royal de musique de Liège, en Belgique.

Aujourd'hui, je suis amenée à diriger répétitions et concerts dans différentes régions de France. Il y a une quinzaine d'années, j'ai créé mon propre orchestre, Les Clés d'Euphonia, qui rassemble de très bons amateurs et des professionnels, et que je dirige plusieurs fois dans l'année.

Qui vous a proposé de diriger l'orchestre et le chœur de la messe avec Léon XIV, le 26 septembre à Paris ?

C'est une demande du Père Guillaume Normand (*vice-recteur de la cathédrale Notre-Dame de Paris, ndlr*). J'avais déjà dirigé le chœur pour la célébration lors de la venue du pape Benoît XVI à Paris en 2008. Le Père Normand est revenu vers moi, pour me demander si cela me tentait de le faire à nouveau.

J'avais oublié la tension et l'investissement que cela demande, mais je suis très heureuse d'avoir dit oui ! Au départ, je ne connaissais pas les choristes et les musiciens, sauf certains du chœur diocésain de Paris que j'ai dirigé



Photo © Aurélia Blanc

par le passé. Il y avait 1 400 personnes à faire chanter et jouer, ce qui était évidemment impressionnant mais cela a fonctionné ! Nous avons fait une grande journée de répétitions la veille de 9 h 30 à 21 heures. Le jour J, lors de la répétition du samedi matin, il bruina. Un petit rayon de soleil est apparu sur le chœur sur les premières mesures des litanies. Pendant la célébration l'après-midi, le ciel était nuageux, jusqu'au moment où le soleil est revenu... exactement au même endroit des litanies. Un petit clin-Dieu ! Cela a été un honneur de mettre mon savoir-faire au service de la liturgie et de ce moment.

Dans la direction d'orchestre, quel est le rôle des mains ?

Cela dépend peut-être des chefs, mais en général, la main droite bat la mesure, le tempo et « tient » l'orchestre. En quelque sorte, elle incarne la raison. La main gauche, elle, est la main du cœur. Elle montre l'expression et le caractère, mais elle peut être aussi précise que la main droite.

Faire deux mouvements différents avec les mains, n'est-ce pas difficile ?

C'est comme pour tout instrument : les deux mains ne font pas la même chose. En fait, quand je dirige, mon cerveau se demande : « Qu'est-ce que je veux entendre ? », et je ne pense plus à mes mains, qui s'animent spontanément pour le traduire. D'une fois sur l'autre, je ne fais pas les mêmes gestes. La direction est une conversation avec l'orchestre, car celui-ci réagit aux gestes. Par exemple, je peux indiquer qu'il faut lier davantage les notes, ou bien vouloir faire ressortir un instrument en particulier.

Quel est le rôle des bras lorsque vous dirigez ?

En effet, je ne bouge rarement que les mains, mes bras sont aussi en mouvement. Avec les 1 400 choristes dont je vous parlais, je me suis principalement servie de mes bras, car il fallait que le choriste le plus lointain voie mes gestes. Contrairement à l'orchestre, je n'utilise pas de baguette quand je dirige un chœur, ce qui permet davantage de modeler le son.

N'existe-t-il pas différents styles de direction ?

Chaque chef d'orchestre a sa personnalité, son physique – grand, petit... – et une gestique bien à lui.

Pour ma part, j'aime être précise. Je trouve que moins il y a de mouvement, plus c'est limpide et fluide. Plus le geste est précis, plus il est juste et impactant.

Selon vous, de quoi la main est-elle le prolongement ?

Les mains vont indiquer ce qu'on a dans la tête, et dans le cœur. Elles transmettent à la fois l'émotion qui se dégage de la partition, et la mienne. Les mains font en quelque sorte la synthèse entre l'émotion du compositeur et celle du chef. Si je suis touchée par une œuvre, j'ai envie que le public le soit aussi. C'est cette intention qui conduit mon interprétation. Je me sers donc de ce que je ressens, sans me lasser envahir par l'émotion, pour le transmettre au public.

Qu'est-ce qui vous étonne dans la main ?

Quand tout fonctionne bien, la capacité de la main à communiquer m'émerveille. On le voit dans la langue des signes : on peut dire beaucoup de choses avec les mains ! Et avec le regard aussi.

Dans votre pratique du violon, quel est le rôle du toucher ?

La gestique de Louis de Funès

Une scène incontournable avec un chef d'orchestre dans l'histoire du cinéma est celle de *La Grande Vadrouille*, où l'acteur Louis de Funès joue le rôle du chef d'orchestre de l'Opéra Garnier. « Il a une telle énergie, que l'orchestre suit, commente Laëtitia Trouvé. Il est lui-même, il est vrai, donc cela fonctionne. Il ne s'en sort pas si mal ! »

Il est premier. Je me souviens que mon professeur de violon m'avait demandé, dans un exercice, de simuler sur mon archet (main droite) les doigtés que je faisais en même temps avec la main gauche. Je me suis sentie unifiée. Les sensations se partagent, entre main droite et main gauche.

Avec un instrument de musique, on a aussi un rapport particulier à la matière, n'est-ce pas ?

Les mains « voient » à leur façon. Elles sont capables de reconnaître un tissu, une matière. En plus de mon métier de chef, je suis accordeur de pianos. Certains réglages se font seulement avec les doigts, pas à la vue. Quand on travaille avec ses mains, le toucher devient encore plus sensible et précis.

Propos recueillis par S. P.



ET SI CETTE ANNÉE, ON OFFRAIT PLUS QU'UN CADEAU ?

OFFRIRUNPARRAINAGE.COM



UN CADEAU SOLIDAIRE, DURABLE ET QUI CHANGE DEUX VIES !

ŒUVRES D'ART Amédée Loyseau, mains dans la glaise

En ce brumeux mois de novembre, l'écho des trompes de chasse résonne dans les provinces françaises. Les chiens aboient, les sabots des chevaux claquent sur le sol gelé : les équipages de chasse à courre fêtent en effet le 3 novembre leur saint patron, saint Hubert.

Revenons à présent quelque cent-vingt ans en arrière. Dans les forêts préservées de Seine-et-Marne, un homme d'âge mûr écoute attentivement les mêmes échos ; ses mains gantées de cuir serrent fermement les rênes du cheval sur lequel il est monté. Son regard perçant se perd dans l'ombre de son petit chapeau de feutre, au-dessus d'épais favoris bruns ; il ne perd pas un mouvement de la meute de chiens français tricolores qui, devant lui, s'élance déjà sur la trace d'un sanglier.

Si cet élégant chasseur cherche tant à s'imprégner de leur allure, à décomposer les moindres mouvements de leurs queues en virgule, pattes musculeuses et langues pendantes, c'est qu'il les reproduira quelques heures plus tard en sculpture dans son atelier. Amédée Loyseau (1846-1926) cache en effet sous ses airs sévères une âme d'artiste. Alors qu'il poursuivait une brillante carrière dans la magistrature, la loi de séparation de l'Église et de l'État en 1905 le pousse à rendre sa démission pour rester fidèle à ses convictions religieuses. Dès lors, il passe une bonne



© Collection particulière

partie de l'année en retrait de Paris, dans son domaine de Chafoulé, situé sur la petite commune seino-marnaise d'Aulnoy, au nord de Coulommiers. La gentilhommière avait été achetée en 1852 par son père Armand Loyseau, lui-même maire d'Aulnoy de 1870 à 1880. À Chafoulé, Amédée Loyseau s'adonne à ses passions : la chasse à courre, à laquelle se prête si bien cette localité giboyeuse ; le violoncelle ; mais aussi et surtout, à l'activité qui fera sa renommée : le modelage.

Pour exercer cette seconde activité à loisir, il installe dans une dépendance un grand atelier d'artiste, largement éclairé par trois baies vitrées et accessible depuis le jardin par un escalier en bois (à droite sur la photo ci-dessous). Ses mains fines tenaient autrefois la plume ; désormais, elles pétrissent longuement la glaise, s'immergent dans la matière et en font naître de délicats sujets. Très finement réalisés, ces modèles en terre sont ensuite pour certains confiés à la fonderie parisienne Bingen et Costenoble, active de 1903 à 1913, pour être coulés et reproduits. Ces petits bronzes de chasse, à la manière d'Alfred Barye ou Emmanuel Frémiet, séduisent par leur élégance aristocratique une vaste clientèle qui les apprécie comme bibelots de salon ou décoration de cheminée. Le sculpteur lui-même en fait cadeau aux amis avec lesquels il partage la passion de la vènerie.



© Collection particulière

La production d'Amédée

Loyseau reste essentiellement dans la thématique cynégétique, et se divise très majoritairement entre sculpture de chiens de chasse et sculpture de sangliers. Teckels, bassets, français tricolore... Rares sont les espèces canines qui échappent à la précision de son ébauchoir et ses mirettes. Aboutissement de ses aspirations artistiques, Amédée Loyseau fait même don à l'État en 1910 d'un de ses sangliers,



offre à la paroisse d'Aulnoy une grande sculpture de saint Michel terrassant le Dragon (*ci-contre*) ; là encore le sculpteur ne manque pas d'humour puisque, pour ce groupe daté de 1914, il donne au diable les traits d'un Allemand, coiffé d'un casque à pointe... Pointe qui aurait été perdue pendant la Seconde Guerre mondiale, lorsque les paroissiens se seraient empressés d'enterrer l'œuvre pour la protéger.

Voici désormais cent ans que le sculpteur est décédé ; mais, figés dans la glaise ou dans le bronze, ses chiens de meute n'ont, eux, rien perdu de leur jeunesse et de leur vigueur.

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

toujours conservé au musée d'Orsay. Le sculpteur n'est pas dénué d'humour, si l'on en croit le groupe en terre cuite *Heureux couple* représentant deux teckels attachés à la même laisse, et qui tirent de toute leur force dans la direction opposée...

Outre la ronde-bosse, il s'essaie au bas-relief pour quelques portraits de son entourage, notamment celui de sa fille Jeanne. Mais, en fervent catholique, il touche également à titre exceptionnel à l'art sacré. Pour preuve, sa petite esquisse d'un original *Saint François apprivoisant le loup de Gubbio*, pleine de tendresse. Ou encore, il



À la maison, pendant vos trajets, écoutez

« ZÉLIE - LE PODCAST // FEMMES INSPIRANTES »

.....

> Disponible sur magazine-zelie.com/le-podcast
et sur les plateformes d'écoute (Apple Podcasts, Spotify...)

Anne-Charlotte Larroque

« Illustratrice en quête de beauté »



Blandine Desroche

« Le chocolat apporte le bonheur »



Cécile Dubois

« Proposer des logements étudiants »



Maëlen de Coatpont

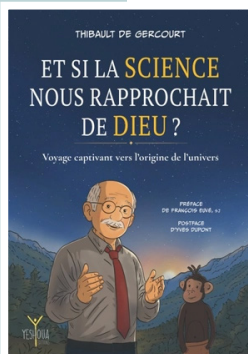
« Révéler votre singularité »





Culture : une vie plus grande

BD



ET SI LA SCIENCE NOUS RAPPROCHAÎT DE DIEU ?

Thibault de Gercourt - Yeshoua éditions

Faire d'une excursion en montagne l'occasion d'une exploration scientifique et philosophique, c'est le pari relevé par Thibault de Gercourt dans sa bande dessinée. Ce jeune médecin y vulgarise des théories scientifiques et montre la portée des sciences expérimentales. On comprend que celles-ci méritent toute notre attention et peuvent faire résonner la question de l'origine du monde, mais qu'elles ne sont pas pour autant le seul mode de connaissance. Ainsi le matérialisme du XIX^e siècle laisse-t-il place à une vision plus humble, sans doute mieux apte à dialoguer avec les grands raisonnements philosophiques – car eux seuls peuvent étudier de front la question de l'existence de Dieu. Contempler la matière, à la fois « mathématique » et belle, ouvre alors un chemin qui dépasse la seule démarche scientifique, sans la renier. On pourra donc recommander cette sympathique et opportune synthèse, accessible dès le lycée.

Abbé Vincent Pinilla

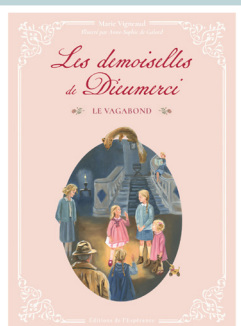
CINÉ-
MA

CARLO ACUTIS, UN SAINT POUR NOTRE TEMPS

Un film documentaire de Luca Salmaso - En salles le 4 novembre 2026

Un an après sa canonisation et vingt ans après sa mort, un magnifique documentaire vient nous replonger dans la vie émouvante de saint Carlo Acutis, mort à l'âge de 15 ans. *Zélie* est d'ailleurs partenaire de ce film italien, distribué en France par Saje. Il est rare de voir autant de témoins de première main parler aujourd'hui d'un saint canonisé : sa mère, son père, sa grand-mère, son ancienne enseignante... Ces témoignages, ajoutés sans lyrisme excessif à la voix off jouant celle de Carlo, dessinent le portrait d'un garçon enjoué, bavard, authentique et précoce. Mais c'est sa « connexion directe » avec Jésus dans le tabernacle qui est la source de sa sainteté. La particularité pour Carlo est que, très proche en temporalité (né en 1991, peut-être aurait-il pu être votre fils ou votre frère), il rend l'identification possible, et donne à ce documentaire une forte dose d'émotion. Un film au cinéma pour tous, à partir de 7-8 ans.

Solange Pinilla

JEU-
NESSE

LES DEMOISELLES DE DIEUMERCI

Le vagabond (tome 1), *La jeune héritière* (tome 2)

Marie Vigneaud - ill. Anne-Sophie de Galard - Éditions de l'Espérance

Les demoiselles de Dieumerci sont sept sœurs espiègles et charmantes, et leurs aventures sauront sans nul doute conquérir le cœur des fillettes (et celui des mamans). Écrits par Marie Vigneaud, les deux premiers tomes de cette série, au rythme enlevé, présentent une famille chaleureuse qui, pour éviter de vendre le (ruineux) château de Dieumerci, ouvre une pension de famille. Un vagabond mystérieux et une jeune héritière fantasque en seront les premiers hôtes ; les demoiselles de Dieumerci, infatigables, se montreront gaies, drôles et audacieuses. Parfaitement servis par les peintures à l'huile d'Anne-Sophie de Galard, ces courts romans sont aussi ravissants qu'édifiants. Dès 8 ans.

Marie-Antoinette Baverel

Béatrice de La Meslière, adoucir l'intérieur

Nous sommes en 2020. Après plusieurs années dans l'univers du luxe, Béatrice de La Meslière décide d'entreprendre un bilan de compétences, désireuse de donner une nouvelle orientation à sa carrière. Elle repense à son parcours : prépa littéraire, école de commerce en même temps qu'une licence d'histoire par correspondance, puis neuf ans chez Dior Parfums, où elle a appris « le sens du détail et celui de l'histoire ». Se replongeant dans ses premiers désirs, comme la culture et le patrimoine, elle s'oriente vers l'architecture d'intérieur, un métier très concret qui conjugue créativité, savoir-faire technique et accompagnement humain.

« J'ai décidé de suivre une formation d'architecte d'intérieur pour adultes en reconversion, à l'école Boullé, se souvient Béatrice. J'aime l'idée de donner une âme à une maison. En école, j'ai appris l'importance de la fluidité des espaces, l'usage des logiciels et le respect des réglementations. En entreprise ensuite, j'ai gagné en expérience et approfondi le côté technique. »

Depuis janvier 2026, Béatrice s'est mise à son compte à Versailles pour développer une approche personnelle du métier, mais aussi pour gagner en flexibilité dans son quotidien de mère de famille. « Je souhaite concevoir des intérieurs faciles à vivre. Ainsi, quand on entre, mieux vaut avoir la sensation d'être accueilli,



Photo © Aurélie Deglane

avec un banc pour enlever les chaussures, un dressing pour les manteaux, une jolie lumière, une couleur enveloppante. »

L'architecte d'intérieur apprend en permanence, notamment face aux défis des canicules. Cela se joue notamment au niveau de l'isolation, du renouvellement de l'air, des murs qui doivent « perspirer ». La joie de Béatrice (dont le prénom signifie « heureuse » en latin) est de voir les lieux se transformer, parfois profondément, jusqu'au moment où l'on rend les clés d'un bel intérieur, prêt à accueillir une nouvelle histoire : « C'est toujours une grande satisfaction de voir un projet prendre vie pour accompagner le quotidien d'une famille ! »

Pour Béatrice, vivre sa foi dans son travail consiste notamment à écouter profondément ses clients, à travailler main dans la main avec les artisans, et à penser à ceux qui occuperont le logement après : « Nous sommes sur terre de passage ! »

Élise Tablé

QUESTIONNAIRE DE PROUST REVISITÉ

Une odeur de votre enfance ? L'odeur de vanille des poupées Corolle.

Le principal trait de votre caractère ? L'exigence.

Un défaut que vous avez ? L'impatience.

Vous avez dit au revoir à... À la toute petite enfance de mes enfants, le fait de pouvoir les tenir entièrement dans mes bras ou

au creux de mon cou, cette sensation de plénitude corporelle qu'apportent les bébés pour une maman. Je suis heureuse de les voir grandir mais cette période quand ils étaient bébés avait quelque chose de magique.

Un vêtement que vous portez ? Les vestes : même sur une tenue toute simple, elles apportent de la couleur, de la structure et une touche d'élégance.

Un conseil pour une déco plus chaleureuse ? Miser sur les coussins et les plaids, le textile ap-

porte tout de suite une impression de chaleur et permet d'oser jouer davantage avec la couleur sans avoir peur de se lasser. Ne pas hésitez à accrocher des tableaux ; il faut habiller les murs !

Pour vous, l'automne, c'est... Les promenades en forêt. Les feuilles rouges, oranges, dorées. L'odeur de la terre mouillée... et les premiers chocolats chauds au coin du feu.

Une prière ? La prière du matin de saint François d'Assise « Dans le silence de ce jour naissant ».

UNE FEMME DANS L'HISTOIRE

Bérénice, princesse de Judée

Princesse juive du I^{er} siècle, Bérénice est peu connue. Elle est évoquée par l'historien Flavius Josèphe dans la *Guerre des juifs*, et un tout petit peu dans les *Antiquités juives*, à peine mentionnée en passant par Tacite, Suétone ou Dion Cassius et évoquée une fois dans les Actes des apôtres où elle figure siégeant devant saint Paul aux côtés de son frère Agrippa II. Bérénice fut pourtant, par son destin, le sujet de nombreuses œuvres, dont la plus connue est la *Bérénice*, de Racine, aux vers immortels.

« Que le jour recommence, et que je le jour finisse,

Sans que jamais Titus, puisse revoir Bérénice. »

(Acte IV, scène 5)

Née aux alentours de l'an 28, en Judée, dans la famille royale, Bérénice est la fille d'Hérode Agrippa I^{er} et de Cypre, la petite-fille d'Hérode le Grand, et la nièce de l'Hérode Antipas des Évangiles. Si elle-même est née en Judée, la famille de Bérénice, plus qu'hellénisée comme l'était déjà largement l'élite juive de ce temps, peut être dite quasiment romanisée. Ainsi son père Hérode Agrippa I^{er} a-t-il largement vécu à Rome dans l'entourage impérial, et toute la famille est étroitement liée à la dynastie julio-claudienne, avant plus tard de favoriser l'avènement de la dynastie flavienne.

Bérénice est un des rouages de la diplomatie de cette famille royale, la dernière à avoir gouverné l'Israël antique. À l'âge de 13 ans, elle est mariée à Marcus Julius Alexandre, fils d'un des plus riches marchands juifs d'Alexandrie. Marcus meurt cependant quelques années après. Elle est alors mariée à Hérode de Chalcis, son oncle, petit-fils d'Hérode le Grand, qui règne en Chalcis, dans l'actuel Liban, avec le soutien des Romains. Bérénice a deux enfants de cette union, Bérénicien et Hyrcan, mais là encore, cet Hérode meurt peu après le mariage.

La Chalcis est alors donnée à Agrippa II par l'empereur Claude, et Bérénice elle-même retourne en Judée gouverner aux côtés de son frère. Certains chroniqueurs

parlèrent alors d'une relation incestueuse, mais rien ne fut moins sûr. La rumeur date de ce temps, et pour y faire face, Bérénice d'elle-même épouse en troisième noce Polémon, roi de Cilicie, qui embrasse le judaïsme pour l'épouser. Cette fois, point de veuvage, Bérénice quitte son royal époux d'elle-même et revient auprès de son frère Agrippa.



Buste en bronze de Bérénice, découvert à Herculaneum - ville détruite par le Vésuve en l'an 79.

La Judée est alors en partie romanisée, et cette présence qui menace l'identité profonde du peuple est de plus en plus mal vécue par une large partie de celui-ci. En l'an 66, le procurateur Florus ponctionne le trésor du Temple de Jérusalem pour les biens de son administration. La révolte éclate. Bérénice soutient le pouvoir romain, mais demande à Florus la clémence pour les émeutiers. Rien n'y fait, le châtimement des coupables s'applique dans le sang. Bérénice, appuyée par Agrippa, tente d'apaiser malgré tout les esprits.

Nul ne les écoute plus et ils doivent quitter Jérusalem, tandis que le peuple brûle et pille leur palais. Bérénice n'a d'autre choix que de se réfugier auprès des soldats romains. C'est sous cette garde qu'en l'an 67 elle reçoit Vespasien, gouverneur de la Syrie, venu rétablir l'autorité romaine accompagné de son fils Titus.



Miniature du XIX^e siècle représentant Bérénice à gauche, et Titus à droite.

La différence d'âge est alors importante, Bérénice s'approchant des quarante ans, quand Titus n'en a pas encore trente. Mais l'amour autant que la connivence politique naissent entre la princesse de Judée, sœur du roi, et le fils du général romain. Les troubles que Rome connaît avec la mort de Néron et qui amènent Vespasien lui-même à quitter la Judée pour installer son pouvoir sur l'empire conduisent Titus d'abord à quitter la Judée également pour soutenir Vespasien, puis y à retourner pour terminer les opérations commencées par son père, notamment en s'emparant de Jérusalem, dont le Temple est détruit. Tacite insiste également sur le vif désir qu'a Titus de retrouver là-bas Bérénice qu'il aime.

Dans cette guerre double, guerre civile à Rome qui conduit Vespasien au pouvoir, et guerre d'écrasement d'une révolte en Judée, Bérénice et son frère Agrippa ne sont pas uniquement des témoins. Ils sont les soutiens actifs du pouvoir romain, et notamment des légions de Titus. En Judée, Bérénice soutient le combat romain et intervient très probablement auprès des potentats locaux de Judée, de Galilée, de Syrie, d'Égypte ou du Pont afin qu'ils soutiennent Vespasien. Vers Rome, Agrippa et elle soutiennent l'accession au trône de Vespasien, comme Agrippa I^{er}, quelques décennies plus tôt, a soutenu l'avènement de l'empereur Claude, alors qu'il résidait à Rome.

Jérusalem détruite, Titus regagne Rome, mais sans Bérénice. Ici, les avis des historiens divergent. Si certains considèrent que le projet de mariage était évident, l'amour l'emportant sur la raison d'État, d'autres estiment qu'il n'en fut jamais sérieusement le cas, l'union avec une souveraine étrangère, juive de surcroît, ne pouvant être acceptée du peuple de Rome. D'autres encore considèrent

que Bérénice voulait cette union pour accéder au pouvoir impérial, quand d'autres encore estiment que c'est Titus qui rêvait de cette alliance de l'Occident et de l'Orient.

Quoi qu'il en soit, vu depuis les citoyens de l'Urbs, Bérénice peut être l'amante de Titus, mais pas son épouse.

En l'an 75, la mort de la concubine de Vespasien, Antonia Caenis, rivale de Bérénice, permet l'arrivée de celle-ci dans un terrain plus avantageux. Parvenue à Rome, elle y vit publiquement aux côtés de Titus, logeant avec son frère Agrippa dans le palais impérial. Mais son âge avancé ne lui permet plus de donner un héritier à Titus, et les raisons initiales de son éloignement n'ont pas disparu. Titus, de nouveau, doit renoncer à épouser la femme qu'il aime.

De nouveau en Judée, Bérénice fait une seconde fois le voyage de Rome en l'an 79, après la mort de Vespasien et l'avènement de Titus. Cette fois, l'empereur peut tout, mais la raison d'État demeure la plus forte, et en dépit du désir commun de se marier, en dépit aussi des immenses services rendus par Bérénice à Vespasien et à Titus lors de la guerre de Judée, les deux amants doivent se séparer. À en croire les chroniqueurs, le peuple de Rome approuve avec soulagement la douloureuse décision de son maître.

Quant à Bérénice, retournée cette fois définitivement en Judée, pays dévasté par la répression des précédents soulèvements, elle y continue son œuvre de princesse soutien de Rome, sans plus jamais marquer les chroniques de l'époque, au point que les historiens perdent alors la trace de celle qui manqua de très peu le trône impérial.

Une thèse plus isolée, s'étonnant de l'amour de Titus et de Bérénice en dépit de la grande différence d'âge qui rendait impossible notamment la naissance d'un héritier, envisage que la Bérénice de Titus aurait pu être la nièce de notre Bérénice, fille de sa sœur Marianne. Cette thèse est cependant moins sûre et présente, on en conviendra, moins de charme que l'histoire communément admise de Titus et Bérénice.

« Prince, après cet adieu, vous jugez bien vous-même
Que je ne consens pas de quitter ce que j'aime,
Pour aller loin de Rome écouter d'autres vœux.
Vivez, et faites-vous un effort généreux.
Sur Titus, et sur moi, réglez votre conduite.
Je l'aime, je le fuis. Titus m'aime, il me quitte.
Portez loin de mes yeux vos soupirs, et vos fers.
Adieu, servons tous trois d'exemple à l'univers
De l'amour la plus tendre, et la plus malheureuse,
Dont il puisse garder l'histoire douloureuse.
Tout est prêt. On m'attend. Ne suivez point mes pas. »

(Bérénice de Racine, Acte V, scène dernière)

Gabriel Privat

« Vivre et Aimer », une relecture ignatienne pour les couples

Le mouvement Vivre et Aimer, fondé par un jésuite, propose aux couples et aux consacrés une pédagogie pour améliorer leur communication. Entretien avec Véronique et Pierre Venesque, engagés dans le mouvement.

Zélie : Comment avez-vous connu Vivre et Aimer ?

Pierre Venesque : En 2009, un couple d'amis nous a invités à une conférence de présentation du mouvement. Ayant 23 ans de mariage avec régulièrement de petites ou grosses tensions, nous nous sommes dit : « Pourquoi pas ? » Nous avons ensuite assisté à un week-end Vivre et Aimer. Il y a eu un « avant » et un « après » ce week-end !

Nous avons appris à communiquer au niveau des sentiments. Avant, j'étais dans l'argumentation. Maintenant, j'accepte mes émotions et celles de Véronique, car elles ne sont ni bonnes ni mauvaises en soi.

Véronique Venesque : Grâce à ce week-end, j'ai osé écrire à mon mari des choses que je n'osais pas lui dire avant. Après le week-end, nous avons décidé de continuer d'approfondir cette pédagogie grâce à l'un des « groupes ponts » qui se réunit une fois par mois. Nous sommes actuellement couple coordinateur de l'une des régions couvertes par le mouvement, qui existe au niveau mondial.

Pouvez-vous raconter la fondation du mouvement ?

Véronique : Dans les années 1960, un père jésuite en Espagne qui s'occupait de jeunes en difficulté s'est rendu compte que le milieu familial de ceux-ci n'était pas simple. Il fallait donc s'occuper des couples. Il a discuté avec un jésuite américain, le père Gallagher, qui a repris cette idée et fondé un mouvement catholique ignatien, Marriage Encounter. Celui-ci est arrivé en France en 1973. Le mouvement est ouvert à tous les couples, y compris les non-croyants et les divorcés et s'appelle Vivre et Aimer. Il est aussi ouvert aux prêtres et aux personnes consacrées, car tous ont à apprendre à communiquer dans leurs relations avec les autres.

Que propose concrètement Vivre et Aimer ?

Pierre : Il existe d'abord un week-end : pour les couples qui veulent s'engager, il s'appelle « Amour et en-



© Vivre et Aimer

gagement » ; et pour ceux ayant quelques années de vie commune, c'est « Aimer dans la durée ». On y découvre la démarche de « Vivre et Aimer », que l'on déroule par écrit à partir de témoignages de couples et éventuellement d'un prêtre.

Après ce week-end, nous pouvons continuer l'apprentissage de la méthode et du dialogue en groupes de 2 ou 3 couples avec un couple animateur que nous appelons « groupe pont ». D'abord, on prend un événement concret, puis on suit trois principales étapes. D'abord, la prise de conscience : quels sentiments ai-je éprouvés ? Ensuite, le discernement : quel a été mon comportement ? Enfin, la décision d'action : quel comportement ai-je eu, et, si cela a provoqué un problème, qu'est-ce que je veux changer pour décider d'aimer ?

Cela se rapproche un peu de la communication non violente, notamment car on écrit « je » plutôt que « tu ». Chacun écrit une lettre de son côté, avec ces 3 étapes, puis on échange nos lettres – pour nous, chacun a un cahier. On lit la lettre de l'autre, une fois avec la tête, une seconde fois avec le cœur. Ensuite, on essaie de lui restituer ce qu'on a compris. On peut lui dire comment on se sent. Nous ne pouvons pas changer le sentiment de l'autre, mais nous échangeons sur le comportement.

Véronique : Si la dispute a déjà eu lieu, on peut s'écrire une lettre avec ces trois étapes : sentiment, comportement, décision. Mais on peut aussi anticiper ; par exemple, si on jardine ensemble, et que chacun veut agir d'une façon différente, cela m'agace. Plutôt que de laisser cette colère monter, je vais proposer que l'on se pose : que faisons-nous ? J'aimerais faire ceci, es-tu d'accord ? L'idée est de dialoguer, avant que cela ne monte en tension.

Pierre : Je garde comme un trésor ce cahier qui reflète notre cheminement de couple depuis 2009. Si nous avions connu plus tôt la méthode Vivre et Aimer, cela nous aurait évité des périodes difficiles. Les week-ends Vivre et Aimer sont un beau cadeau à se faire : on est dans une bulle, recentrés sur notre relation !

Propos recueillis par Solange Pinilla

vivre-et-aimer.org

ENQUÊTE DE LECTORAT (SUITE) Zélie et vous

Après un premier article dévoilant qui sont les lectrices de *Zélie* (*Zélie* n°119, p. 25), fondé sur une enquête menée en ligne par nos soins auprès de 724 personnes, voici maintenant la synthèse des réponses à propos de leur relation avec le magazine.

• **De nouvelles lectrices arrivent régulièrement.** 43 % des personnes ayant répondu au sondage connaissent *Zélie* depuis son lancement il y a onze ans, 49 % depuis quelques années, et 8 % depuis moins d'un an.

• **Une lecture principalement numérique.** 71 % des lectrices n'impriment jamais le magazine *Zélie*. 19 % l'impriment parfois, 5 % souvent et 5 % tous les mois.

• **Un nombre de pages adopté par la majorité.** Au sujet de la longueur de *Zélie*, qui est de 26 pages, 83 % des lectrices trouvent que cette longueur convient, 8 % trouvent le magazine un peu trop court, 8 % un peu trop long et 1 % beaucoup trop court.

• **Le classement des 7 des rubriques préférées :**

- 1 - Le dossier du mois
- 2 - Rencontre
- 3 - Les bonnes nouvelles du mois
- 4 - Idées de livres ou d'expositions
- 5 - Éducation
- 6 - Couple
- 7 - Mode/Artisanat

Les questionnaires de Proust ont également été mentionnés, sans avoir été proposés par le sondage.

• **Parmi les articles de *Zélie* qui ont le plus marqué les lectrices**, sont revenus notamment :

« Charlotte Bruneteau, face à la maladie psychique de son mari » ; « Clémence, du traumatisme à l'espérance » ; « Un atelier pour rayonner en couleurs » ; « Élisabeth de Miribel, résistante et âme libre » ; « Marie et Henri Richer, un mariage extra-ordinaire » ; « Décrocher de son smartphone grâce à une utilisation consciente » Une lectrice précise : « Cet article a changé ma relation à mon téléphone. »

Vos couvertures préférées



Plusieurs lectrices ont été particulièrement touchées par les couvertures ci-dessus.

« Je trouve les couvertures toujours douces et positives. »
(Une lectrice)

• **À propos de la forme du magazine, les lectrices aiment :** Le côté sobre et épuré. Le découpage original en heures de la journée. La beauté des photos, et notamment les images sur une pleine page avec une citation.

Elles souhaiteraient : Une typographie plus grande. Pas de typographies trop pâles (rose clair par exemple). Un peu plus d'espace dans les pages. Un nombre de pages multiple de 4 pour imprimer en format A3 recto-verso. Ou une version imprimable en A5 pour mettre dans son sac.

Un format plus facile à lire sur smartphone. Notamment, la rubrique « Une femme dans l'histoire » à 3 colonnes et une photo au milieu est difficile à lire sur un téléphone. > En réponse à cette remarque, depuis le numéro d'octobre 2026, nous sommes passées à 2 colonnes !

Une formule imprimée > Malheureusement, elle serait difficile à tenir financièrement (papier, distribution, personnel...).

• **Des idées de nouvelles rubriques.**

« Do It Yourself », « J'ai testé pour vous (objet, activité, restaurant...) », « Santé », « Visite culturelle », « Philosophie », « Bioéthique », « Le défi du mois », « Conseils de films et de podcasts », « Idées de catéchèse pour enfants ou adultes ».

À propos des rubriques, plusieurs lectrices ont souligné qu'elles ne lisaient pas toujours « Ma vie avec Dieu » : « J'aurais besoin de pouvoir être plus longtemps tranquille pour en faire un vrai temps d'enseignement en de formation. Je lis souvent *Zélie* pour faire une pause et me détendre. »

Vous trouverez la suite et fin des résultats de cette enquête dans le prochain numéro !

S. P.

Une réaction à ce numéro ?

Répondez au sondage, en cliquant ici >

<https://forms.gle/a2FxbgidL8mLLWT7>

EN DÉCEMBRE DANS ZÉLIE
Construire la paix

FONDATION NATIONALE
POUR LE CLERGÉ

Fondation reconnue d'utilité publique

Père Michel Jeanpierre,
Curé des paroisses du Haut-Doubs Horloger
(diocèse de Besançon)

ÊTRE UN BULLDOZER PASTORAL SUPPOSE FOI, ÉNERGIE ET... PATIENCE !

Le Père Jeanpierre est un prêtre épanoui, entouré d'une communauté paroissiale dynamique et engagée. Des bénévoles de tous âges se mobilisent pour lui permettre de consacrer son temps à annoncer, célébrer et servir. Malgré une neuropathie diabétique bien contrôlée qui affecte la sensibilité de ses pieds, il parcourt plus de 20 000 kilomètres par an grâce à une voiture spécialement aménagée.

FAITES UN DON SUR :

FONDATIONDUCLERGE.COM

OU PAR CHÈQUE À :

FONDATION NATIONALE POUR LE CLERGÉ
3 RUE DUGUAY-THOUIN - 75280 PARIS CEDEX 06

SCANNEZ
CE QR CODE



La Fondation Nationale pour le Clergé* soutient les actions en faveur de la santé et de la protection sociale de milliers de prêtres, religieuses et religieux. Elle finance la construction ou la rénovation d'EHPAD ou d'infirmières de monastères et des programmes de santé pour prêtres en activité. Découvrez la diversité des projets sur son site internet.



* Fondation Nationale pour la Protection Sanitaire et Sociale du Clergé de France