

Zelie

100% féminin • 100% chrétien

VOYAGE
SUR L'ÎLE DE BEAUTÉ
LA SAINTE DU MOIS :
CATHERINE DE SUÈDE
DÉPRESSION :
UNE MÈRE TÉMOIGNE

Anne-Sophie Roturier
la solidarité au cœur

LE SOURIRE
un don du présent

Anne.K

médailles de baptême



© Photographie Anne Kirkpatrick



Modèles créés par le sculpteur • Fabrication réalisée par un artisan • Médailles d'excellence 100% Françaises

www.annekirkpatrick.com

bonjour@annekirkpatrick.com - 09 72 52 39 44

gravure classique offerte avec le code ZELIE2021

édito

Chères lectrices, ce 2 mars, le Carême commence. Alors pourquoi un dossier sur le sourire ? Le Carême ne serait-il pas plutôt l'occasion de pleurer sur nos péchés, sur l'effritement de notre amitié avec Dieu ? Ce n'est pas encore le moment de chanter des alléluias, joyeux de la liberté retrouvée grâce au Christ ressuscité ! Cependant, Jésus n'a-t-il pas dit : « *Et quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites* » (Mt 6, 16) ? Le Christ nous invite à faire de notre vie spirituelle une relation d'intimité avec le Père, et non pas une façade avantageuse : « *Ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret* ». Dès lors, l'image de la « face de Carême » triste et émaciée du chrétien pénitent n'a guère de sens. D'ailleurs, le pape François en parle dans *Evangelii Gaudium* : « *Il y a des chrétiens qui semblent avoir un air de Carême sans Pâques* ».

La tristesse de Carême, celle d'avoir pu blesser l'amour de Dieu, cohabite avec la joie d'être sauvé. Nous avons peut-être en tête des religieuses, des prêtres ou des laïcs chrétiens dont le sourire nous a donné à voir quelque chose de cette joie qui vient du mystère pascal : mort et résurrection. Cela étant dit, il n'est pas facile de sourire tout le temps ! Il y a des moments de lassitude, les soucis du quotidien... Sourire sur commande ne donne-t-il pas une impression de fausseté ? Nous le savons, lorsque nous essayons de le faire pour une photo, ou quand la bouche sourit mais pas les yeux, ni le regard... Et pourtant, sourire volontairement, selon des études scientifiques, est un anti-stress naturel ! C'est l'une des merveilleuses ressources – comme le chant et la danse – que Dieu nous offre pour avancer. Malgré le masque-barrière, souriez : vous êtes aimée de Dieu !

Solange Pinilla, rédactrice en chef



SOMMAIRE

- 4 Le sourire d'Anne-Gabrielle Caron
- 6 Sainte Catherine de Suède, la fille de sainte Brigitte
- 7 4 conseils pour un intérieur rangé et organisé
- 9 Les bonnes nouvelles de février
- 10 Dépression : le témoignage d'une mère
- 12 Blandine, animatrice diocésaine de l'éveil à la foi
- 14 Le sourire, un don du présent
- 15 Le sourire qui vous a marquée
- 16 Le sourire des enfants, reflet de la joie de Dieu
- 17 Le sourire dans l'art
- 19 Immobilier : se préparer à acheter
- 20 Livres : voyage intérieur
- 21 Anne-Sophie Roturier, la solidarité au cœur
- 23 Galvi, semper fidelis
- 24 Voyage en Corse

COURRIER DES LECTRICES

À propos du dossier sur l'acédie dans le [numéro](#) de février >
« Ma tendance à l'acédie venait du décalage que je percevais entre ma vie actuelle et l'idéal que je me faisais de la vie chrétienne. Et là pointait le : "À quoi bon, je n'y arriverai jamais". Ou "J'ai bien le temps, la vie est longue" (donc je peux regarder un film avant de dire mon chapelet...). Seulement Dieu m'attend dans le présent. Pas dans une vie idéale, pas dans dix ans, pas à des années-

lumière. Ici et maintenant. Et comme c'est difficile pour moi, je m'aide de la méditation de pleine conscience pour rester concentrée. J'aime me dire aussi que tout ce que je fais pour ma famille, c'est comme si je le faisais pour Dieu. Comme si Jésus s'invitait pour le dîner ce soir, ou bien qu'il allait dormir dans les draps que je suis en train de plier. Une phrase m'aide beaucoup : "Le royaume de Dieu est au-dedans de vous". » (Céline)



Magazine Zélie

Micro-entreprise Solange Pinilla
R.C.S. Chartres 812 285 229
3 rue Chantault
28 000 Chartres. 09 86 12 51 01
contact@magazine-zelie.com

Directrice de publication :
Solange Pinilla

Rédactrice en chef :
Solange Pinilla

Magazine numérique gratuit.
Dépôt légal à parution.

Maquette créée par Alix Blachère.
Photo page 1 > Pexels CC
Les images sans crédit photo indiqué sont sans attribution requise.

Le sourire d'Anne-Gabrielle Caron

« **L**a vie d'Anne-Gabrielle est comme traversée par un étonnant fil d'or, aussi précieux que discret, dont témoignent les photos prises pendant sa brève existence. Ce fil d'or (...), c'est son sourire » affirme Père Jean-François de Louvencourt ⁽¹⁾. Nous ne pouvons ici reprendre les grandes étapes du pèlerinage terrestre de cette petite fille de huit ans dont l'ascension spirituelle au milieu de la maladie force le respect. Son parcours achevé en juillet 2010 a été retracé dans le livre-témoignage de sa mère Marie-Dauphine, *Là où meurt l'espoir brille l'espérance* (éditions du Sacré-Cœur, 2016). Zélie a également voulu contribuer à faire connaître la petite Toulonnaise en proposant une courte biographie (lire Zélie n°11, « [La leçon](#)

d'espérance d'Anne-Gabrielle Caron »). Au fil des ans, les publications saluant Anne-Gabrielle se sont multipliées en France et à l'étranger. Sa réputation est telle qu'une cause de béatification et de canonisation a été ouverte en septembre 2020 par Mgr Rey, évêque de Fréjus-Toulon.

De fait, son cœur déborde visiblement de générosité : « *J'ai demandé au Bon Dieu de me donner toutes les souffrances des enfants de l'hôpital. (...) Je souffre tellement que si eux pouvaient ne pas souffrir...* », « *Même si je n'aime pas être malade, j'ai de la chance, car je peux aider le Bon Dieu à faire revenir les gens vers Lui. Je suis jalouse de ceux qui souffrent et qui aident le Bon Dieu à avoir des chrétiens* ». Anne-Gabrielle, loin d'aimer la souffrance, avait compris que l'amour offert à Dieu au cœur de celle-ci peut être d'un grand prix. Toutefois, si la « signature » d'Anne-Gabrielle semble être son sourire, sans doute convient-il d'en trouver les sources d'inspiration. Le procès de béatification déterminera s'il s'agit de sainteté mais, sans anticiper sur les conclusions de l'Église, au moins pouvons-nous tenter de nous approcher du mystère que révélait son sourire.

« **Souvent, je ne sais pas quoi dire, alors je souris** ». Telle est sans doute la phrase la plus connue d'Anne-Gabrielle. C'est particulièrement la figure d'Anne de Guigné dont, très jeune, elle a lu la vie, qui l'aide à avoir « la charité d'aller vers les autres », malgré sa réserve habituelle. Grâce à la biographie d'Anne de Guigné, elle saisit également qu'il lui est possible de beaucoup donner en dépit son jeune âge : ses actes tout simples peuvent avoir de la valeur. Ainsi parvient-elle à l'âge des louvettes qu'elle rejoint en septembre 2009.

Dans le cadre scout, Anne-Gabrielle retrouve l'idéal chrétien présenté à la maison. On le sait, les racines du scoutisme français sont profondément chrétiennes. L'aînée de la famille Caron rejoint les Europa Scouts de Toulon qui vivent très nettement cette dimension spirituelle. En témoigne notamment le passage du prêtre à chaque activité – il s'agit de l'Abbé Éloi Gillet, des Missionnaires de la Miséricorde Divine. D'ailleurs, dans la maison des Caron, le scoutisme est associé à la devise « *Dieu premier servi* ».

On le pressent : cette activité n'est pas anecdotique pour la jeune Toulonnaise, qui y est très heureuse. À chaque fois qu'Anne-Gabrielle se dessine, c'est en loutvette. Mieux : elle confie à une fille de sa sizaine des gris que, pour elle, le scoutisme passe avant tout. Alors que le cancer récidive après une brève rémission, l'Akela lui propose de prononcer sa promesse. Le jour est fixé au 12 février 2010. Le matin même, Anne-Gabrielle demande par deux fois à son père s'il pense qu'elle sera une bonne loutvette, nouvelle preuve qu'elle y discerne un vrai idéal. Jusqu'à la fin, elle demeure dans l'atmosphère scout. Son grand renoncement peu avant sa mort est de ne pas participer au camp d'été qu'elle a préparé par téléphone avec les autres filles.

Anne-Gabrielle se révèle ainsi une fille « inspirée », fixant même la barre très haut. Elle sait d'ailleurs que la valeur n'attend pas le nombre des années : au patronage du monastère de la Consolation à Draguignan

« Souvent, je ne sais pas quoi dire, alors je souris. »

Anne-Gabrielle Caron



qu'elle fréquente aussi, les Sœurs présentent régulièrement des exemples de saints enfants, cela fait partie de leur pédagogie. Une autre source d'inspiration doit particulièrement être mentionnée : au début de sa maladie, Anne-Gabrielle lit *Thérèse, la petite fleur de Lisieux* écrit par Bénédicte de La Roncière (éditions Téqui, 2006). La dernière page achevée, elle claque le livre plus qu'elle ne le ferme et s'écrie : « *Je veux être une grande sainte, comme sainte Thérèse !* ». En vérité, tout s'éclaire particulièrement à la lumière de la carmélite de Lisieux.

De fait, le rapprochement est frappant. On retrouve la même confiance en Dieu, si bien exprimée dans cette phrase qu'Anne-Gabrielle écrit à une femme éprouvée : « *Le Seigneur, quand Il demande beaucoup, c'est pour donner encore plus après* ⁽²⁾. » Quant à l'amour chanté par la vie d'Anne-Gabrielle, il est, comme chez sainte Thérèse, riche d'esprit de sacrifice. Toute sa vie en témoigne : nous renvoyons au [site de la postulation de la cause de béatification](#) et aux livres parus. Oui, comment ne pas reconnaître chez Anne-Gabrielle la « petite voie » de confiance et d'amour montrée par la fille de Louis et Zélie Martin ?

À l'instar de sainte Thérèse, Anne-Gabrielle veut particulièrement s'offrir pour les pécheurs et pour les prêtres, deux de ses intentions principales. Comme la sainte de Lisieux, son âme vise finalement une consécration à Dieu : « *C'est dommage qu'il faille attendre d'être grande pour être religieuse. J'aimerais l'être tout de suite* », livre-t-elle en juillet 2010. Comme elle, la contemplation de la Passion s'accompagne d'une nuit spirituelle : « *Quand je vois que si peu de gens croient en Dieu, je me demande s'Il existe vraiment* ». Comme elle, Anne-Gabrielle promet une pluie de grâces, affirmant qu'au Ciel elle « bénira » ses proches. Comme elle, la simplicité est au rendez-vous, avec cette aptitude à parler de soi sans se mettre en avant. C'est finalement dans une ambiance d'amour et de paix qu'elle prononce ses derniers mots. Alors que l'on redépose dans sa main une petite croix de saint Benoît qui avait glissé, elle s'écrie : « *Oh oui, Jésus !* ». Bien sûr, Anne-Gabrielle est également une âme eucharistique : le récit de sa première et de ses dernières communions est connu.

Anne-Gabrielle semble donc avoir vécu la « petite voie ». N'est-il d'ailleurs pas particulièrement « consonnant » que cette spiritualité de l'enfance ait pu être vécue par une fille de huit ans ? « *Laissez les enfants venir à moi, ne les empêchez pas, car le royaume de Dieu est à ceux qui leur ressemblent* », dit le Christ (Mt 19, 14). D'autant qu'Anne-Gabrielle, tout en en restant petite – elle aime beaucoup certains jeux, se blottit contre sa mère en répétant « *ma Maman* »... – s'élève à une véritable maturité.

C'est elle qui choisit d'orienter son offrande en faveur des pécheurs plutôt qu'au bénéfice des âmes du Purgatoire, comme on le fait plus souvent dans la famille Caron. D'ailleurs, à la fin de sa vie, sa mère a l'impression de parler à une adulte. Anne-Gabrielle ne pose plus de questions comme au début : elle n'en a plus besoin. Cette maturité s'exprime aussi dans les dernières heures, où on a l'impression que, d'un geste, elle repousse le Tentateur. La dureté de son combat final (trente heures d'agonie en étant consciente jusqu'au bout, le cœur repartant trois fois) laisse aussi penser qu'elle possède une grande force intérieure.

Partant, il devient possible de proposer : Anne-Gabrielle n'a pas l'apparence d'une grande sainte parce



© Collection particulière

qu'on est habitué à des figures plus âgées, mais si son âme est pour ainsi dire devenue celle d'une adulte, alors Dieu a peut-être répondu à son vœu d'être une « grande sainte ». Le fait qu'à la fin de sa vie, les intentions confiées à sa prière soient toutes exaucées semble le signe d'une grande proximité avec Dieu.

Dans cette « course de géant » ramassée en moins de dix-huit mois, les parents d'Anne-Gabrielle, Alexandre et Marie-Dauphine Caron, ont bien sûr eu une mission, montrant la direction et accompagnant au jour le jour. Parfois, ils ont même l'impression d'être des instruments. À la fin, ils veulent aussi lui apporter le surcroît de paix dont elle a besoin en lui lisant des passages du *Petit Journal* de Sainte Faustine, le message de la Miséricorde Divine.

Le sourire d'Anne-Gabrielle apparaît donc celui d'une fille qui vit de cette grâce de l'enfance. Il est aussi le « *petit sourire courageux* » qui avait frappé une louvette de la sizaine des gris. Tout s'harmonise : le scoutisme est l'un des moyens d'entrer dans la « petite voie » (le Père Sevin, cofondateur de cette pédagogie, en parlait aux chefs qu'il formait), et les deux sont à la fois une école de l'enfance et du courage ⁽³⁾.

Une question nous taraude : comment, avec de tels accents, l'âme d'Anne-Gabrielle ne serait pas une âme chantante ? Elle l'est effectivement. De manière générale, les lectrices de *Zélie* se feront un bon tableau d'Anne-Gabrielle en la voyant chanter très souvent, notamment lors de la mise de couvert. C'était non seulement une tradition familiale, mais encore une inclination personnelle : à la fois comme débordement de son âme et comme cadeau pour les autres.

Alors, si « *la concomitance de la joie et de la souffrance est un des signes les plus évidents du surnaturel* ⁽⁴⁾ », Anne-Gabrielle nous livre par son beau sourire « louvette » et « thérésien » une leçon authentiquement chrétienne.

Abbé Vincent Pinilla
Fraternité Saint Thomas Becket

⁽¹⁾ Père Jean-François de Louvencourt, *Celle qui rayonnait Dieu. Anne-Gabrielle Caron (2002-2010)*, Téqui, Paris, 2020, p. 189.

⁽²⁾ www.anne-gabrielle.com/publication-de-morceaux-choisis

⁽³⁾ « *Je veux T'aimer comme un petit enfant. Je veux lutter comme un guerrier vaillant* » (poème *Jésus seul*).

⁽⁴⁾ Un moine, *Lettre aux 18-20 ans de l'an 2000*, Éditions Sainte-Madeleine, 2004, p. 64.

> **Article complet accessible sur magazine-zelie.com**

Sainte Catherine de Suède, la fille de sainte Brigitte

Catherine, quatrième de huit enfants, vient au monde en 1330 dans un palais. Son père est prince. Sa mère est sainte Brigitte de Suède, célèbre dans l'Église pour les révélations dont Dieu la favorisa.

Les parents confient la petite fille à l'abbesse du monastère de Risberg. Elle grandit pieusement et, sagement, accède au désir de son père qui la marie à un riche seigneur invalide. Catherine soigne son mari avec dévouement. L'un des frères de Catherine, Charles, la poursuit de ses sarcasmes et lui reproche ses vêtements trop simples à son goût.

Le père de Catherine meurt en 1344 et sa femme Brigitte devenue veuve fonde le monastère de Vadstena. Puis en 1348, elle part pour Rome où elle fonde un hospice destiné aux pèlerins et étudiants suédois. Catherine n'a plus qu'un désir : rejoindre sa mère. Son mari, d'abord réticent, finit par donner son consentement. Il mourra peu de temps après.

Catherine a 25 ans, elle est belle. Dès que la nouvelle de la mort de son mari arrive à Rome, plusieurs grands seigneurs la recherchent en mariage. L'un d'eux, furieux d'avoir été éconduit, décide de l'enlever lors d'une chasse à courre et se met en embuscade sur le passage de la jeune femme. Providentiellement, un cerf surgit et la passion de la chasse l'emportant, le prétendant et ses piqueurs s'élancent à la poursuite de l'animal. Catherine l'a échappé belle ! La Providence la protège une autre fois contre un agresseur qui est subitement frappé de cécité. Un peu plus tard, ce sont des voleurs qui attaquent la mère et la fille en route pour Assise. Là encore, Dieu frappe les perfides d'aveuglement. Catherine et sa mère s'éloignent sans être vues.

Catherine se voue aux malades des hôpitaux de Rome, soignant les plaies les plus repoussantes. Lors d'un pèlerinage en Terre Sainte, sa mère contracte une forte

fièvre. De retour à Rome, elle meurt en 1373. Catherine fait transporter les restes mortels de Brigitte en Suède et se retire à Vadstena où elle est élue supérieure. Elle retourne encore une fois à Rome pour obtenir la reconnaissance des Religieuses de l'Ordre du Très Saint Sacrement, les Brigittines.

Lors de son séjour, des pluies torrentielles font déborder le Tibre. Une partie de Rome risque d'être submergée. À la prière de Catherine, le fleuve rentre dans son lit et la ville est épargnée. Une autre fois, Catherine délivre une dame romaine possédée du démon. Pendant son voyage de retour vers la Suède, elle sauve un pauvre homme d'un mortel accident. Plus tard, un homme tombe d'un échafaudage et s'écrase sur le sol, pendant des travaux d'agrandissement à Vadstena. Catherine, qui maintenant souffre de douloureuses infirmités, se fait transporter près du blessé, touche ses membres meurtris et le guérit.

Cependant, les forces de la pieuse abbesse déclinent. Son âme s'envole vers le ciel le 24 mars 1381. À cet instant, une étoile apparaît au-dessus du monastère, s'y maintient puis accompagne le corps à l'église et ne se dissipe qu'après la cérémonie funèbre. De nombreux miracles s'opèrent sur le tombeau de Catherine qui a été canonisée en 1474.

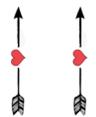
Mauricette Vial-Andru



DR

EN CHEMIN VERS PÂQUES 2022

• **Pour ce Carême** qui commence le mercredi 2 mars, *Zélie* vous propose un support gratuit et non numérique. Il existe un moyen simple de prier notre Dieu tout au long de la journée : il s'agit de courtes et ardentes invocations, appelées aussi prières jaculatoires (de *jaculatorius*, « jeté rapidement »). Pour pouvoir jeter vos flèches pleines d'amour pour Dieu, nous avons préparé un carquois d'invocations, à travers des phrases à imprimer et découper. À télécharger sur magazine-zelie.com/careme-2022



• **Et pour les enfants** : un coloriage par jour d'un(e) saint(e) avec sa courte biographie et une citation, pour avancer avec les amis de Jésus, à télécharger chaque jour sur terebenthinegommearabique.com S.P.



4 conseils pour un intérieur rangé et organisé

Votre maison est souvent en désordre ? Vous avez l'impression de passer votre vie à ranger ? Vous ne savez pas par où commencer pour vous organiser et vous vous sentez dépassé(e) ? Sainte Thérèse de Lisieux écrivait : « Vous entrerez au ciel les mains vides ».

Sans être aussi drastique, mais en abordant, pourquoi pas, le sujet du rangement dans une démarche spirituelle, voici quelques conseils de Marie Thérèse Sallé (photo), coach en rangement, qui vous permettront d'y voir plus clair et d'aborder sereinement l'organisation chez vous.

1 Ma vie idéale

Prenez une grande inspiration... Soufflez ! Et visualisez votre intérieur idéal, votre vie idéale : prenez le temps de l'inscrire sur votre carnet préféré :

« À quoi je voudrais que ma vie, mon intérieur ressemble dans : - 3 mois, - 6 mois, -... »

Le rangement, c'est comme une bonne confession : on traîne des pieds pour y aller, mais quand c'est fini, on se sent tellement plus allégé et apaisé.

2 Quel objectif ?

Vous allez donc noter vos objectifs de rangement ; c'est très important comme processus avant de vous lancer, cela va vous aider à trouver une motivation concrète pour vous y mettre.

Par exemple, transformer la chambre d'amis (alias la pièce fourre-tout - avouez, vous voyez de quoi je parle ?) en pièce pour enfin exercer votre passion : la couture.



@marieorganise

Autre exemple : « Apaiser notre vie de famille, en responsabilisant tout le monde, et éviter les disputes incessantes de couple sur le sujet du rangement ».

Tentant, non ?

Allez, passons au vraiment concret pour vous, le fameux avant/après...

3 Les mains à la pâte

Je choisis la pièce qui est prioritaire pour moi, et je vais réfléchir par catégorie à ce qui me plaît, ce qui ne me plaît plus, et ce qui me manque dans cette pièce.

Exemple du salon : « Je voudrais recevoir plus souvent, mais j'ai honte de cette pièce ».

Voyons comment procéder catégorie par catégorie :

- On rassemble tous les livres du salon, et c'est parti pour un petit tri.

Est-ce que j'ai aimé lire ce livre ? Est-ce que je le relirai ? Est-ce que je vais vraiment le lire un jour ?

Est-ce qu'il me plaît ? Est-ce qu'il me rappelle un bon souvenir ? Est-ce qu'il m'est utile ? Est-ce que je dois le remplacer ? Est-ce que sa place est ici ?

- Posez-vous ces questions pour chaque catégorie de votre salon : les objets de déco, les bibelots, les magazines, les bouteilles d'apéro, les meubles, la vaisselle de mariage...

- Prévoyez 3 cartons : À garder, À donner, À jeter (À vendre : à éviter car ça prend du temps), et disposez les objets dans le carton correspondant.



Pixabay License

- Pensez à sortir rapidement le carton d'objets À donner de chez vous, pour ne pas être tenté de revenir sur une décision, et surtout, que le carton ne finisse pas éventré dans votre entrée, et que les objets ne continuent pas de vous encombrer.

Pour cela, renseignez-vous sur les associations qui reprennent les objets dans votre ville (Emmaüs, sans-abris...); en plus de ça, vous faites une bonne action.

4 L'organisation et les routines

Pour les objets que vous gardez, pensez pratique :

- Ceux que j'utilise le plus souvent doivent être dans des endroits accessibles, à ma hauteur.

- Pensez à ranger par catégorie : les livres avec les livres, les outils avec les outils, la papeterie au même endroit.

- N'hésitez pas à abuser des étiquettes, pour déterminer une place pour chaque chose. Cela vous permettra lors du rangement quotidien de placer rapidement un objet sans réfléchir, et surtout à responsabiliser les personnes qui vivent avec vous : plus d'excuse pour ranger à côté !

- Pensez que pour un rangement efficace, et pour éviter l'effet rebond (le bazar qui revient), il ne faut pas faire plus de deux gestes pour ranger un objet.

- N'hésitez pas à bouger les meubles de place !

- Mettez en place des routines : par exemple tous les soirs après le dîner, prévoyez 15 minutes en musique pour ranger la cuisine et le salon : personne ne part dans sa chambre tant qu'il reste quelque chose sur la table.

J'espère que ces astuces vous auront plu : je vous garantis une vie plus sereine et apaisée !

Marie Thérèse Sallé

Pour aller plus loin, et profiter d'un accompagnement personnalisé pour ranger > Marie Thérèse Sallé - Coach en rangement - www.marieorganise.fr

Le moment de se **RENCONTRER**

FIDESCO
WHO'S NEXT?

LE VOLONTARIAT FIDESCO ?
C'est 1 ou 2 ans à l'autre bout du monde avec vos talents pour servir.

Hésitants, curieux ou déjà décidés :
Participez à l'une de nos rencontres !

INSCRIPTIONS SUR
 partir.fidesco.fr

contact@fidesco.fr | 01 58 10 74 22

FIDESCO
Agir et vivre avec les plus pauvres

fidesco.fr     

Les bonnes nouvelles de février

ENTREPRISE Après 18 ans à la tête de l'entreprise vendéenne de fabrication de verres nommée TIV, qu'il avait rachetée en 2004, Jean-Yves Glumineau prend sa retraite et annonce le versement à ses salariés d'une enveloppe de primes de 2,7 millions d'euros, suite à la vente de l'entreprise au moment de son départ. L'entreprise a multiplié par cinq son chiffre d'affaires depuis 2004, et Jean-Yves Glumineau considère que ces primes sont une reconnaissance fondamentale du travail accompli par chaque salarié pour obtenir cette croissance. L'État percevant un montant total de charges de l'ordre de 60 % sur ces primes, ce sont en moyenne 7 000 euros qui seront versés à chaque salarié, en fonction de l'ancienneté et du nombre de jours travaillés.

MUSIQUE Les 26 et 27 mars, à Lille (*photo*), l'association [Ecclesia Cantic](#) organise un rassemblement de formation en vue de la mission par le chant liturgique. Plus de mille participants sont attendus pour des conférences, des ateliers techniques, mais aussi des concerts de rue dans le centre-ville lillois. Ecclesia Cantic réunit, coordonne et promeut des projets de chant liturgique conduits par des jeunes, dans les différents diocèses de France, en mettant l'accent toujours sur la qualité musicale et l'annonce de l'Évangile dans un esprit missionnaire. L'association organise également des week-ends de formation et un concours de composition, ainsi que différentes initiatives musicales.

SOCIÉTÉ Après le rapport critique de la défenseure des droits, Claire Hédon, sur la dématérialisation des services administratifs, Amélie de Montchalin, ministre de la Transformation et de la Fonction publique a annoncé la rematérialisation des 150 à 200 démarches administratives



Velvet/Wikimedia commons CC

les plus fréquemment effectuées par les Français. Ce changement devrait s'effectuer d'ici la fin de l'année 2022. Des démarches actuellement presque totalement numérisées bénéficieront de nouveau en parallèle d'une accessibilité par téléphone ou auprès d'un bureau physique ouvert au public et de proximité. L'objectif est de laisser le choix aux Français dans le mode de réalisation de leurs démarches administratives.

INDUSTRIE Le ministère de l'Industrie a publié, le 17 février, une liste de 72 entreprises industrielles ayant reçu le soutien financier de l'État pour des projets de modernisation ou de relocalisation en France. Cela porte à 782 le total des entreprises aidées, pour un montant global de 1,6 milliards d'euros. Cet engagement public a soutenu des investissements privés pour un total de 5,2 milliards d'euros. Au total, 100 000 emplois sont concernés par ces diverses mesures, certains sauvés de la suppression, d'autres créés. Les relocalisations ou créations neuves sont nombreuses, dans l'agroalimentaire, l'industrie pharmaceutique, le recyclage ou encore l'industrie chimique. Cette reprise industrielle intervient après des décennies de recul constant, et accentue la timide reprise déjà observée sous la précédente législature dans ce domaine.

ÉCOLOGIE Le premier ministre Jean Castex, accompagné de plusieurs membres du gouvernement, était en visite à Dunkerque le 4 février dans l'aciérie d'Arcelor Mittal. Il a annoncé le soutien financier de l'État pour le projet de décarbonation des hauts fourneaux de la firme, sur ses deux sites français de Dunkerque et Fos-sur-Mer. Ce projet, d'un coût total de 1,7 milliards d'euros, permettra de remplacer l'usage du charbon par des techniques de transformation utilisant désormais l'hydrogène, et par le développement de fours électriques, ainsi que des chaînes de production utilisant de l'acier recyclé. L'objectif est d'atteindre une réduction des émissions annuelles de CO₂ de 40 % sur les deux sites, soit 7,8 millions de tonnes de CO₂ en moins. Cette modernisation devra renforcer la compétitivité de l'acier français sur le marché.

Gabriel Privat

Découvrez le podcast de mars

« Zélie - Le Podcast » à écouter sur

Soundcloud • Spotify • Google Podcasts



Chrysoline Brabant

Coach certifiée et auteure de « La force des célibataires »

Dépression : le témoignage d'une mère

À la suite de plusieurs épreuves, Clotilde Margottin a vécu une dépression sévère pendant plus de deux ans. Elle raconte comment elle s'est relevée de ce qui est encore souvent perçu comme une « maladie de la honte ».

Tout souriait à Clotilde Margottin (*photo*) dans sa vie d'adulte : femme sensible et dynamique, journaliste passionnée, amoureuse de son mari François-Xavier, enceinte de leur premier enfant...

Dans *Se relever, toujours* (Artège), elle raconte comment elle a traversé une grave dépression. À cette époque, un caillou se glisse dans la machine : son premier accouchement se passe mal. Les jours après la naissance, elle souffre de maux de tête constants, ne peut se lever, et s'évanouit le jour de la sortie de la maternité. On se rend compte qu'elle souffre d'une brèche : lors de la péridurale, l'anesthésiste – qui était au téléphone ! – a commis une erreur médicale en piquant trop profondément, laissant s'échapper du liquide céphalo-rachidien.

Après la pose d'un pansement de sang (*blood patch*), Clotilde reste alitée trois semaines. Les débuts de sa vie de mère sont donc hésitants et compliqués. Elle fait une dépression du post-partum pendant 6 mois, accompagnée par une psychologue. Cette première dépression dite légère crée un terrain favorable pour une dépression plus lourde, comme l'analysera son psychiatre. De cette « naissance traumatisante », la jeune femme garde des maux de dos pendant plusieurs années, jusqu'à une opération chirurgicale salvatrice bien plus tard.

Après une deuxième naissance qui se déroule facilement, le mari de Clotilde obtient un poste dont il rêvait à Genève, près de ses racines savoyardes. Clotilde est enthousiaste, mais ne prend pas pleinement en compte certaines conséquences. Elle doit abandonner son travail en région parisienne et habite à la campagne, sans crèche à proximité ; elle se sent loin de ses repères familiaux.

Juste avant leur déménagement en Haute-Savoie, le père de François-Xavier meurt à 58 ans d'une grave maladie. Son fils est écrasé par la tristesse : « *Je suis un arbre à qui on a coupé les racines* », confie-t-il. Peu après, alors que le couple donne naissance à un troisième enfant, une autre mauvaise nouvelle s'abat : cette fois, c'est le père de Clotilde, avec qui celle-ci entretient une relation très proche, qui est atteint par une grave maladie. « *Je sens que je perds*



© DR

mes ressources, raconte-t-elle. Le plancher de mon enfance s'effondre sans que j'en aie conscience. Mais je ne parviens pas à basculer dans une réflexion adulte. Je reste bloquée sur mon enfance et ce papa qui m'aime, que j'aime, ce papa qui a travaillé toute sa vie et dont je profite enfin ! Je n'anticipe pas la suite... »

Malgré le plaisir de découvrir sa nouvelle région et de se faire des amis, les deux années suivantes sont marquées par l'instabilité et le surmenage pour Clotilde : voyages en voiture réguliers pour aller voir son père le week-end, une quatrième grossesse qui s'annonce... La tristesse s'installe. « *Je connais le doute et la lassitude avec cette petite phrase qui s'invite régulièrement dans mon esprit : "À quoi bon ? Je me suis fait avoir... Si la vie c'est ça... Ce n'était pas ce que j'imaginais..." Je me sens préoccupée en permanence. Mon esprit est inquiet et le quotidien me pèse.* »

Quelques mois après la naissance du quatrième enfant, le père de Clotilde meurt. « *Le retour à la vie normale est une nouvelle épreuve... Pire encore. Vivre comme si de rien n'était, alors que je suis à mon tour un arbre sans racine.* »

La dépression s'installe, entre épuisement, isolement et absence de ressourcement. Son mari ne comprend pas ce dont Clotilde souffre, mais il la soutient. Lors d'une semaine à deux sur une île de la Méditerranée, elle se rend compte qu'elle n'a pas réussi à se reposer, a fui le soleil et n'est pas arrivée à se concentrer sur un livre. Elle prend alors un traitement que lui a donné un psychiatre. C'est pire que tout : ce médicament non adéquat lui donne des idées suicidaires. Dans la maison de famille où elle séjourne, une fenêtre ouverte l'attire : « *Sauter et en finir avec mes tourments. Je suis le problème à moi toute seule. Je sais que ma vie de famille est compliquée à cause de moi.* » Heureusement, son frère et sa sœur l'empoignent et vont discuter avec elle, sans jugement. Ils lui proposent d'aller en maison de repos. En essayant de communiquer avec son mari, usé

par cette épreuve, Clotilde a peur de perdre « *le seul lien qui lui donne envie de se battre* ». Elle se dit à elle-même : « *Si tu dois connaître l'hôpital psychiatrique pour sauver ton mariage, ça vaut peut-être le coup* ».

La jeune femme repense aussi au courage de son père lors de sa propre maladie, et demande à entrer dans une clinique psychiatrique qu'on lui a conseillée, et qui lui semble adaptée : la clinique du château de Garches en région parisienne. Celle-ci sera son salut.

Pendant un mois, Clotilde se repose à la clinique et a des entretiens avec un psychiatre. Il prend le temps de l'écouter sur tout son parcours ; elle peut déposer son fardeau. Ensuite, elle suit la demande du médecin de s'installer dans un transat au soleil, même si au début, elle n'éprouve aucun plaisir à le faire. Elle vit au rythme de son corps épuisé. Son frère prêtre lui apporte la communion : « *Ce besoin de m'unir au Christ est très important pendant le mois. C'est humiliant pour moi d'être ici, et me rapprocher du Fils de Dieu, lui-même humilié par les hommes, me donne de la force* ».

Le psychiatre de la clinique lui annonce le diagnostic : une dépression depuis deux ans, qui l'a menée jusqu'à un stade sévère. Mais c'est lorsqu'il lui explique combien de temps elle aura besoin pour s'en remettre, qu'elle prend conscience de la gravité de son état. Elle sera probablement guérie dans trois à cinq années ! La fin de l'hospitalisation est très bénéfique : elle se rend notamment à un atelier de poterie, où elle vit l'instant présent. Elle participe à des séances de sport dans le parc qui l'aident à mieux tenir sur ses jambes et à contempler la nature.

LES SIGNES D'UNE DÉPRESSION

Clotilde rappelle les neuf symptômes d'une dépression : humeur dépressive continue (tristesse quotidienne) ; perte d'intérêt et de plaisir à l'égard d'activités quotidiennes ; troubles de l'appétit ; troubles du sommeil ; sentiment de dévalorisation et de culpabilité excessif ou inapproprié ; ralentissement psychomoteur ou agitation ; fatigue souvent dès le matin ; difficultés attentionnelles, de concentration et de mémorisation ; idées de mort ou de suicide. « *Lorsqu'une personne souffre d'au moins cinq symptômes, on dit qu'elle vit une dépression. Il faut repérer cinq symptômes, depuis au moins deux semaines, vécus tous les jours. Si l'on présente entre cinq et sept symptômes quotidiennement, la dépression est dite "légère ou modérée". Si l'on détecte huit symptômes ou plus, on parle de "dépression sévère"* ».

Sur son site, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit la dépression comme un « *trouble mental courant* », et explique : « *Lorsque légère, la dépression peut être traitée sans médicaments. Cependant, lorsqu'elle est modérée ou grave, les patients peuvent avoir besoin de médicaments et d'une thérapie par le dialogue.* » J.P.



Avant de quitter la clinique, une étape importante a lieu : son mari rencontre le psychiatre. Apprendre de la bouche d'un tiers le diagnostic de la dépression est décourageant pour François-Xavier : il comprend la maladie et l'accepte. Ce n'est pas de la « paresse » qui touchait sa femme, c'est un vrai dysfonctionnement cérébral qui nécessite des médicaments. « *Quand elle rentrera à la maison, explique le psychiatre à François-Xavier, ne lui proposez de faire des choses que si cela lui fait plaisir. Sinon, ne la sollicitez pas. Laissez-la progresser à son rythme.* »

De retour chez elle, Clotilde est allongée les premiers temps. Le psychiatre a également donné des directives pour l'organisation du quotidien. Alors que la jeune femme voulait absolument récupérer ses enfants pour le déjeuner, il s'y est opposé. « *J'insiste en disant que c'est mon rôle de mère qui est en jeu, comme si cet argument allait le faire flancher : c'est tout l'inverse justement ! Ici, il est question de ne pas faire passer la mère à tout prix ! La femme doit trouver sa place avec ses limites.* »

Pendant cette période, les enfants de Clotilde ont également été facteurs de guérison, grâce à « *leur amour inconditionnel sans jugement ni rancune, leur capacité à vivre au présent, leur simplicité à prendre la vie comme elle vient* ». Alitée, elle prend aussi le temps de contempler sa progéniture : « *Je passe des heures à regarder mes enfants, à comprendre leurs jeux, à les observer, à apprendre sur leurs caractères et le fonctionnement de la fratrie... Je suis au milieu d'eux, avec eux. (...) Je découvre la présence aimante : celle qui n'est pas dans le "faire" mais dans l'"être".* »

Son mari et elle font de cette épreuve une force, au jour le jour. Depuis le début de son hospitalisation, elle peut aussi compter sur le soutien de sa mère, de ses sœurs et de ses amies qui ont aidé à garder les enfants. Des babysitters et des aides ménagères sont également mobilisées.

Cette convalescence de deux ans se vit avec un suivi médical régulier, auquel Clotilde participe avec motivation, pour pouvoir parler un jour de cette maladie « *au passé* » : entretiens réguliers avec le psychiatre pour ajuster le traitement, séances chez une psychologue spécialisée en Thérapie comportementale et cognitive (TCC) pour un travail sur les causes profondes de la dépression, consultations chez une nutritionniste-diététicienne, mais aussi marche en plein air, cours de théâtre ou encore séances de sophrologie. Au niveau spirituel, Clotilde intensifie sa relation avec le Christ, prononçant des prières telles que : « *Seigneur, viens combler d'amour là où je n'arrive pas à aimer* ».

Après deux années vécues au ralenti, centrées sur elle, son couple et ses enfants, les prises de médicaments s'espacent, et Clotilde est déclarée guérie par le psychiatre ! Elle se sent plus solide, davantage consciente de ses limites ; elle reprend par la suite une vie professionnelle et aura aussi un cinquième enfant.

Une dizaine d'années a passée lorsque Clotilde Margottin écrit le livre *Se relever, toujours*. Elle accompagne aujourd'hui des personnes en burn-out. Elle cueille aussi les fruits inattendus de l'épreuve, tels que celui qu'elle évoque : « *Notre vie est à nouveau d'un banal ordinaire, comme n'importe quelle famille. Et ce "banal" n'a pas d'autre mot que "bonheur"* ».

Solange Pinilla

TRAVAILLER DANS L'ÉGLISE (3/5)

Blandine, animatrice diocésaine de l'éveil à la foi

F I existe des métiers peu connus et pourtant très utiles. C'est le cas de celui de Blandine Maylié, qui travaille au service du catéchisme du diocèse de Rennes, dans lequel elle est en charge de l'éveil à la foi. Son rôle est de coordonner la pastorale catéchétique de ce diocèse breton, pour les enfants de 3 à 7 ans.

En vue de cette mission, on est venu la chercher. Elle était en congé parental depuis 8 ans, après avoir fait une école de commerce et travaillé dans le contrôle de gestion. « Il y a 3 ans et demi, la responsable du service diocésain de la catéchèse m'a proposé ce poste d'animatrice en charge de la petite enfance. Le diocèse cherchait en effet une personne ayant de jeunes enfants et faisant déjà du catéchisme. C'était mon cas puisque je suis catéchiste du Bon Berger depuis 9 ans. »

Ce service diocésain à Rennes compte deux autres personnes : la responsable du service et une personne chargée du catéchisme des enfants du primaire. Blandine a pour rôle principal d'accompagner chaque paroisse pour la catéchèse des petits, en lien avec les prêtres et les laïcs. « Nous donnons des conseils pour le choix du support, notamment en fonction de la fréquence des rencontres : si elles sont toutes les semaines, tous les 15 jours ou tous les mois par exemple. » Plusieurs fois par an, Blandine et ses collègues proposent des journées de formation pour les catéchistes : « Ils ont besoin d'être nourris pour pouvoir donner aux enfants. » Une journée annuelle, le rassemblement Cléophas, est également organisée par le diocèse pour les enfants en âge d'aller au catéchisme et qui ont reçu le

baptême ou la première des communions dans l'année.

Blandine fait également le lien avec la pastorale familiale du diocèse ; par exemple, elle contribue à la Journée des grands-parents, sur la question de la transmission de la foi dans des contextes familiaux parfois complexes.



© Collection particulière

Les services diocésains du catéchisme de la province ecclésiastique (correspondant à la Bretagne et aux Pays de la Loire) se retrouvent également pour travailler ensemble. Il y a quelques années, ils ont élaboré un parcours d'éveil à la foi, « Cadeaux de Dieu ». « Entre 3 et 6 ans, l'enfant est "capable de Dieu", souligne Blandine. Une de ses particularités est son "esprit absorbant", c'est-à-dire cette capacité d'absorber comme une éponge tout ce qui l'entoure. On le constate dans les lieux de vie des petits, dans leur facilité incroyable à s'émerveiller de tout ce qui les entoure. C'est donc un cadeau merveilleux de pouvoir leur faire goûter et s'émerveiller des cadeaux de Dieu ! »

La jeune femme apprécie beaucoup son travail : « J'aime cette diversité du diocèse. Moi qui ai la

chance d'appartenir à une paroisse assez "privilegiée", je rencontre des personnes de tous horizons et je suis émerveillée par la profondeur spirituelle de certaines paroisses. Aller vers les familles les plus diverses est un beau challenge missionnaire ! »

En effet, de nombreux enfants catéchisés font partie de familles peu pratiquantes, pour lesquelles le catéchisme est une activité comme une autre. « Nous mettons en place des choses pour toucher l'enfant, mais aussi toute sa famille ! Certaines paroisses proposent une catéchèse familiale : une fois par mois, l'enfant vient et les parents sont aussi invités ! Pour les périodes précédant Noël et Pâques, nous élaborons un support pour préparer ces fêtes liturgiques, afin de toucher toute la famille. »

Le service de Blandine a lancé une page Facebook, « Service diocésain de catéchèse Rennes », où sont proposés des idées de chants, bricolages ou encore vidéos, au fil de l'année liturgique. Autre suggestion que son service a inventé : le « Hologocaching », inspiré de la technique du géocaching qui consiste à cacher des objets - ici, des figurines de saints à fabriquer soi-même - dans un contenant étanche et à faire ainsi découvrir aux enfants un lieu du patrimoine.

Travailler dans l'Église demande un état d'esprit particulier, selon Blandine : « Cela suppose de réussir à s'ouvrir à cette dimension ecclésiastique. Le temps de l'Église est parfois plus long que le temps des hommes, notamment parce qu'elle porte ses décisions dans la prière. Travailler dans l'Église a renforcé ma foi et m'a ouverte à la dimension du monde ! Ce travail est une mission d'Église, c'est le Christ qui m'y a appelée. »

Blandine ne regrette pas d'avoir repris une activité professionnelle il y a trois ans et demi, d'autant qu'elle travaille à mi-temps : « Je suis présente à la sortie de l'école, mon travail n'a pas trop d'impact sur mes enfants et me motive !, évoque la Rennaise qui attend son sixième enfant. C'est un travail qui a un sens. »

Elise Tablé

« Tu me diras : c'est difficile de sourire quand on est malheureux. En fait, on apprend. Et on s'aperçoit vite qu'il est encore plus difficile d'être malheureux quand on sourit. »

FRANÇOIS GARAGNON



Le sourire, un don du présent

Les coins de la bouche remontent, les yeux se plissent, le regard devient plus vif... Pas de doute, c'est un sourire ! Avec ou sans dents, le sourire est plus ambigu ou complexe qu'il n'y paraît, puisqu'il peut être innocent ou cruel. Le sourire le plus marquant est néanmoins le sourire joyeux qui ouvre le visage et tisse des liens entre les êtres humains.

« **F** est malaisé parfois de trouver le mot juste, l'attitude vraie, le geste approprié. Mais sourire ! C'est si facile... et cela arrange tant de choses ! » Ces mots de Guy de Larigaudie, écrivain et explorateur, qu'une lectrice nous a envoyés, illustre la puissance du sourire. Langage non verbal, mimique éloquente, le sourire apparaît chez l'être humain bien avant la parole. Déjà après sa naissance, le « sourire aux anges » détend le visage du bébé qui ressent un bien-être. À quelques semaines, il répond au sourire de sa mère.

Le sourire inné et content de l'enfant n'est pourtant qu'une des facettes du sourire. Loin du « smiley » stéréotypé de nos téléphones :-), le sourire, ce phénomène éphémère et silencieux, peut être aussi un sourire moqueur, cruel, signe du plaisir pervers de la domination.

Plus encore, comme le souligne Marie-Françoise Sales dans le livre - issu de sa thèse - *Des sourires et des hommes. Une approche philosophique* (Bayard), le sourire a aussi une dimension culturelle. Selon les régions du monde, il peut être interprété de manière très différente. « Par exemple en Norvège, sourire à un inconnu sera en général perçu comme une manifestation de la folie, explique l'auteur. Aux États-Unis au contraire, un large sourire est interprété comme un signe d'ouverture à l'autre. »

Selon une étude citée sur le musée virtuel du Sourire - fondé par la critique d'art Alexia Guggémos -, dans laquelle les personnes devaient classer des photos de visages, les Allemands, les Suisses et les Philippins jugent que les visages souriants appartiennent à des personnes plus intelligentes que les autres. À l'inverse, les Japonais, les Iraniens et les Russes jugent que les visages souriants sont ceux de personnes peu intelligentes. Notons qu'au Japon, un sourire est conseillé pour alléger la peine de



Tubarones Photo/Pexels.com CC

l'interlocuteur. Si on le faisait en France pour annoncer un décès, cela serait perçu différemment...

De fait, l'éducation compte beaucoup dans la dimension culturelle du sourire. En France, on enseigne aux enfants à dire bonjour si possible en souriant ; mais à ne pas sourire quand ils subissent une remontrance !

Il est vrai que le sourire est l'un des mouvements du visage qui peut être effectué de manière volontaire - ce qui n'est pas le cas quand on éternue ! Dès lors, se contraindre à sourire peut avoir une dimension éthique. C'est le sens des propos de Guy de Larigaudie cités ci-dessus, ou encore de l'écrivain américain Dale Carnegie, auteur de ces propos dans son livre *Comment se faire des amis* : « Lorsque vous rencontrez quelqu'un de trop las pour vous donner un sourire, laissez-lui le vôtre. Car nul n'a plus besoin d'un sourire que celui qui n'en a plus à offrir ». On sourit ainsi pour répandre la joie autour de soi, à ses amis, à ses proches, parfois jusqu'à en avoir mal aux zygomatiques. C'est aussi le propos du pape François aux mariés en décembre dernier : « Votre conjoint a besoin de votre sourire ».

Car le sourire, loin d'être un « sous-rire », a cette merveilleuse faculté : sécréter des hormones de plaisir, générer facilement le sourire chez l'autre grâce aux neurones miroirs, ouvrir les visages - il n'y a pas de sourire sans visage -, mettre en lien les personnes... Il y a un temps pour tout : un temps pour ne pas sourire et un temps... pour sourire. Au Ciel, nous aurons peut-être un sourire émerveillé : un sourire de Béatitude !

Solange Pinilla

TÉMOIGNAGES

Le sourire qui vous a marquée

Nous vous avons proposé, dans notre dernière newsletter, d'envoyer le récit d'un sourire qui a changé votre vie – ne serait-ce qu'un peu. Voici des extraits de vos réponses.

Consolation dans le métro

« Alors que j'avais autour de 20 ans, je devais prendre le métro à Lyon ; ce jour-là, je n'avais vraiment pas le moral.

Quand le métro est arrivé à quai, une jeune femme, qui en sortait, m'a gratuitement fait un sourire, ce qui m'a considérablement rendu le sourire et le moral ! Quinze ans après je m'en souviens, tellement ce sourire avait transformé ma journée et donné raison à une phrase qui dit : "Un sourire ne coûte rien mais produit beaucoup". (Béatrice)

Le bébé qui guérit les cœurs

« J'étais un jour à la messe avec mon fils, qui devait avoir autour d'un an, dans les bras.

Je sentais qu'il « s'amusait » avec quelqu'un placé derrière notre banc, une personne qui devait lui faire des sourires. Au moment de donner la paix du Christ (c'était bien avant le Covid !), cette personne, une dame âgée, est venue vers nous pour nous donner la paix, et les larmes aux yeux nous a dit : "Votre fils a un sourire qui guérit les cœurs". Cela nous a tellement bouleversés !

Je crois que le sourire peut être un moyen par lequel Dieu peut toucher les cœurs. » (Béatrice)



Le sourire d'un homme pauvre

« Il m'arrive de temps en temps de m'arrêter dans la rue et de m'asseoir à côté d'un SDF.

Un jour, alors que j'avais rendez-vous avec une amie, cette amie recule le rendez-vous de 30 minutes. Je décide d'aller prier dans l'église, mais au lieu de prier je suis allée prendre du temps avec un sans-abri.

Nous avons discuté ensemble de l'actualité ; il sentait l'alcool et la cigarette, ses affaires étaient sales, il n'avait rien d'attirant dans cet homme, mais son sourire le rendait si beau ! Son visage était si lumineux. Le sourire rend une personne si belle ! » (Astrid)

Une lumière pour la semaine

« J'avais 14 ans, j'étais extrêmement timide. Je prenais le train le lundi matin et partais toute seule en pension jusqu'au vendredi soir. À la gare, j'avais droit à un grand bonjour du monsieur au guichet. Je ne lui répondais que par mon sourire.

Au fil des mois et des années – trois ans – j'ai appris que ce monsieur s'appelait Clément. Son bonjour amical et son sourire illuminaient ma semaine.

Une fois même, il a pris le train avec moi, il ne s'est « rien passé ». Nous avons juste passé le trajet face à face.

J'ai toujours eu un profond respect pour cet homme, qui n'a jamais tenté de me toucher ni d'avoir des propos déplacés. J'y pense encore aujourd'hui avec vraiment un baume au cœur. » (Agnès)

Un sourire, un mari, un baptême

« Le sourire d'un homme qui est devenu votre mari ? C'est tout à fait ça.

J'ai eu le coup de foudre à ce sourire qu'il m'a montré, au retour d'un voyage que j'avais organisé dans un club en Tunisie, avec un groupe dont il faisait partie.

Au retour de cette semaine de vacances amicales, il m'a invitée un soir chez lui pour regarder ensemble des photos qu'il avait prises de ce séjour, en tout bien tout honneur ; on habitait la même ville sans s'être jamais croisés avant qu'il participe à ce séjour que j'avais lancé sur un site de sorties sur le net.

J'avoue que ce soir, son sourire sur le pas de sa porte en partant a tout changé à jamais dans ma vie.

Il était de parents catholiques et pratiquants ; lui a tout envoyé promener à l'adolescence, m'a-t-il dit. Si bien qu'il n'allait à la messe qu'aux grandes occasions, et encore... Moi j'étais croyante en Dieu mais sans appartenir à aucune religion. Six mois après notre rencontre, on s'est fiancés et il voulait quand même un mariage religieux.

On a alors préparé notre mariage à la paroisse de notre ville ; je découvrais petit à petit cette religion d'amour qu'est la religion catholique et en parallèle notre paroisse a lancé le parcours Alpha, j'ai eu envie d'y aller en y amenant mon futur mari. (...) Après ce parcours Alpha, j'ai demandé à recevoir le baptême que j'ai préparé avec une paroisse en deux ans. Mon mari a retrouvé le chemin de la messe. (...)

Voilà où m'a conduit le sourire d'un soir de l'été 2011. » (Lisa)

Textes recueillis par S. P.

Le sourire des enfants, reflet de la joie de Dieu

Les sourires spontanés des enfants invitent à garder la simplicité du cœur et la joie qui se partage.

Le sourire est le plus souvent un cadeau destiné à témoigner de l'affection et de la gentillesse à quelqu'un. C'est une expression de joie et de bonne humeur. Selon une étude américaine réalisée en 2010, sourire souvent permettrait de vivre 7 ans de plus ! Il fournirait une succession de bienfaits : lorsque l'on sourit, le cerveau libère des endorphines qui provoquent un sentiment de bien-être. Aussi puissantes que la morphine, elles peuvent être un véritable remède contre la douleur et permettent de faire baisser le cortisol, l'hormone du stress. 86 % d'entre nous souriraient plus de 20 fois par jour.

Mais ce sont les enfants qui sourient le plus, jusqu'à 400 fois par jour. Inné et génétiquement déterminé, le sourire apparaît chez des enfants sourds et aveugles de naissance. Cette invitation aux échanges témoigne de l'humanité qui nous lie les uns aux autres, et au divin. Le sourire illumine le visage, le regard brille, les coins de la bouche se relèvent, s'ouvrant à l'autre, offrant la considération et la sympathie, à l'image de Dieu. « *Celui qui est dans les cieux sourit* » (Psaume 2, 4).

Le sourire est un cadeau de vie et de joie que Dieu donne aux hommes : « *La sérénité du visage du roi donne la vie* » (Proverbes 16, 15) ; « *Quand on tourne vers lui les regards, on est rayonnant de joie* » (Psaume 35, 5). Il s'exprime à travers l'appel à l'illumination par la face de Dieu : « *Fais lever sur nous Seigneur, la lumière de ta face* » (Psaume 4, 7).

Sourire est un acte d'humilité. « *C'est pourquoi, quiconque se rend humble comme ce petit enfant sera le plus grand dans le royaume des cieux* » (Matthieu 18, 14). Matthieu nous invite à devenir humble comme les petits enfants pour rentrer dans le royaume des cieux. Pour les enfants, définir le sourire est simple et intuitif. Les enfants ne s'alourdissent pas d'arguments trop complexes. Ils se suffisent d'une simple justification pour adhérer à un comportement qui apporte de la joie.



Pixabay License

“ On a des sourires naturels lorsqu'on est heureux et qu'on reçoit des sourires. Et des faux sourires lorsqu'on est poli, pour donner du bonheur aux autres.

Joshua, 8 ans ”

Dans la maison de Gaëlle et Charles à Sarrians dans le Vaucluse, le sourire est contagieux.

Calix, 9 ans, explique que le sourire donne de la joie à celui qui l'offre et à celui qui le reçoit « *Quand on sourit, ça aide à se sentir mieux !* ». Ysance et Astrid, ses deux sœurs jumelles de 5 ans disent sourire continuellement : « *On sourit tout le temps et aussi quand on se cogne la tête !* ». Leurs plus intenses sourires, c'est quand elles vont chez leur marraine qui adore les gâter ou quand elles regardent leur petit frère qui a quelques mois. En jouant dans le jardin, les enfants sourient de tous les bonheurs qu'ils accueillent avec gratitude.

Dans la famille d'Héloïse et Nico à Courthézon (Vaucluse), les enfants de 4 à 14 ans pensent que les gens devraient sourire plus pour être heureux. Esther, 4 ans, trouve que « *la vie sans sourire est triste* ». Joshua, 8 ans, explique qu'il y a différents sourires : « *On a des sourires naturels lorsqu'on est heureux et qu'on reçoit des sourires. Et des faux sourires lorsqu'on est poli, pour donner du bonheur aux autres* ».

Saint Paul exhorte au sourire : « *Soyez toujours dans la joie, priez sans relâche, rendez grâce en toutes circonstances : c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus* » (1 Thessaloniens 5, 16-18). Le sourire transfigure le visage, c'est l'arme du chrétien, il révèle ce qu'il est. « *Nous ne saurons jamais tout le bien qu'un simple sourire peut être capable de faire* », disait Mère Teresa.

Sans sourire au mal, il est bon de sourire comme les petits enfants, pour se fortifier, apaiser ses émotions, donner la paix et la joie et louer Dieu qui illumine de sa face.

Nancy Barthez

ŒUVRES D'ART
**Le sourire
dans l'art**

« **U**n sourire ne coûte rien
Mais il crée beaucoup.
Il enrichit celui qui le reçoit
Sans appauvrir celui qui le donne
Et quoiqu'il ne dure qu'un instant,
On s'en souvient parfois toute une vie. »

Ces mots de l'écrivain Dale Carnegie feraient presque oublier qu'un sourire n'est pas si simple... puisqu'il fait travailler simultanément dix-sept muscles du visage ! Et pourtant, malgré quelques nuances culturelles (un Russe sourit moins qu'un Américain), le sourire est absolument universel. En art aussi, ou presque. Est-ce à cause de son pouvoir d'attraction ? Une œuvre d'art souriante marque généralement davantage les esprits : on peut penser à la physionomie de l'*Ange au sourire* de la cathédrale de Reims ou à l'air mystérieux de la *Joconde*, devenus mondialement célèbres.

Ce rictus de physionomie universel se retrouve en fait dès l'Antiquité. Bien que l'on associe généralement le sourire à un certain réalisme, l'art archaïque grec, épu-



Photos : Wikimedia commons

ré, s'est plu à illuminer de cette mimique bon nombre de ses statues. Comme son cousin le *Couros de Volomandra*, la tête du *Cavalier Rampin* (du nom de son collectionneur), sculptée à Athènes vers -550 et aujourd'hui conservée au Louvre (en photo ci-dessous), plisse légèrement la commissure des lèvres, avec un air de bonhomie qui le rend particulièrement attachant. Il s'agirait probablement d'un athlète saluant la foule, après avoir été vainqueur des jeux néméens, comme l'indique la couronne de céleri qui ceint sa tête. Les mèches décoratives en accroche-cœur de sa frange sont la démonstration du soin tout particulier du sculpteur, apte à rendre avec finesse l'expression toute entière de son visage.

Outre la sculpture, le sourire s'épanouit aussi sur la toile. En ce qui concerne la Renaissance italienne, Antonello da Messine est le premier à peindre un homme souriant, en lien avec l'émergence des portraits expressifs dans les pays flamands. Entre rire et sourire il n'y a qu'un pas, comme le montre le titre de ce fameux tableau, *L'homme qui rit* (1470, Sicile, musée de Cefalù) (ci-dessus). Moqueur ou malicieux ? Énigmatique ou dédaigneux ? Quoi qu'il en soit, le visage de cet homme, émergeant du fond noir et souligné par les notes blanches de la chemise, interpelle particulièrement.

L'universalité du sourire ne devrait pas nous faire oublier de le décliner suivant tous les âges de la vie. En 1692, Antoine Coypel représente un radieux sourire édenté de vieillard, en la personne de *Démocrite*. Ce tableau (page suivante), exposé au Louvre avec les autres portraits de la collection La Caze, était comme le veut la tradition destiné à former un pendant avec la figure austère et pessimiste d'Héraclite. Accentuée par ce contraste, la bonhomie de Démocrite en paraît d'autant plus épanouie.



Et que dire des sourires d'enfants ? Le peintre de l'école de la Troisième République, Jean Geoffroy, dit Geo, a su le croquer dans toute sa fraîcheur. Le charme naïf des écoliers aux joues roses et aux blouses tachées d'encre a acquis l'immortalité sous son pinceau, comme dans ce tableau *L'Arrivée à l'école* (1909, Piscine de Roubaix), où la plus grande des filles conduit ses frères et sœurs avec un sourire éclatant vers la fameuse invention de Charlemagne.

Et pour prolonger cette note de bonne humeur, il faudrait citer l'artiste contemporain Olly Gibbs qui, à l'aide de l'application FaceApp, s'est amusé à faire sourire les œuvres souvent trop sérieuses des musées de Grande-Bretagne...

Victoire Houdré, étudiante en histoire de l'art



INSTITUT DE THEOLOGIE DU CORPS

établissement privé d'enseignement supérieur



PARCOURS

APPRENDRE A AIMER



ANIMÉ PAR INÈS PÉLISSIE DU RAUSAS
Les 24-25-26 mars et 12-13-14 mai 2022



Inès PÉLISSIE DU RAUSAS est docteur en philosophie, mariée, mère de cinq enfants.

Éducation affective, relationnelle et sexuelle (EARS)
à la lumière de la théologie du corps

Pour transmettre aux enfants et adolescents la
vérité de l'amour et du langage du corps

2 fois 2 jours et demi à Lyon et en visioconférence

INSCRIPTIONS SUR WWW.INSTITUTDETHEOLOGIEDUCORPS.ORG
INSTITUT DE THEOLOGIE DU CORPS, 31 RUE DU PLAT 69002 LYON

L'IMMOBILIER EN QUESTIONS (2/4)

Se préparer à acheter

Apport personnel, crédit, courtier, offre... sont les mots du jargon qui entoure les projets immobiliers : de quoi perdre son latin ! Cyril Tisserand, directeur de [Saint-Joseph Immobilier](#), nous aide à y voir plus clair.

Lorsqu'ils souhaitent acheter pour la première fois, les visiteurs me confient souvent leur désarroi : ils se demandent par où commencer et glanent sur Internet des informations plus ou moins farfelues et contradictoires ! J'essaye alors d'éclairer leur réflexion par des éléments concrets.

1 Évaluez votre apport personnel

Avant d'entamer un marathon de visites, faites le point sur votre budget !

Commencez par évaluer l'épargne dont vous disposez. À ce stade, je conseille souvent à mes clients de ne pas « racler les fonds de tiroirs » et de conserver un filet de sécurité, dont chacun déterminera le montant, qui couvrirait une dépense imprévue. Croyez-moi, vous vous en félicitez !

Les fonds que vous investirez dans votre achat seront votre apport personnel. Celui-ci devra financer *a minima* les frais de notaire (environ 7% du prix du bien), le coût de la ga-



© Coll? particulière

rantie d'emprunt (entre 1,5 et 2% du montant du prêt), le déménagement et les éventuels travaux qui ne seraient pas inclus dans le prêt bancaire. Il est essentiel de ne pas sous-estimer ces sommes parfois conséquentes !

Certains dispositifs tels que le 1% patronal, des aides locales ou à la mobilité peuvent également être considérés comme de l'apport.

2 Peaufinez votre demande d'emprunt

Après ce premier calcul, étudiez votre capacité d'emprunt. Si les simulateurs du web vous donnent un ordre d'idée, ils sont très insuffisants : prenez le temps d'un rendez-vous avec votre banquier ou courtier. Il vous conseillera sur la durée de remboursement la plus adaptée, le choix de l'assurance et le type de prêt que vous pouvez solliciter. Rappelez-vous que se renseigner auprès d'un professionnel ne coûte rien mais peut vous économiser bien des tracas !

Le montant que vous pourrez emprunter dépendra de vos revenus et de votre apport, et aussi de votre « comportement bancaire ». Au-delà du taux d'endettement qui doit être inférieur à 35 % de vos ressources, l'organisme de crédit passera au peigne fin vos trois derniers relevés et analysera vos charges régulières, les incidents de paiement, les rejets d'opérations, ou encore le nombre de jours à découvert. Soyez donc attentive à la tenue de votre compte pour maximiser vos possibilités.

3 Trouvez votre chez-vous !

Comme beaucoup de mes clients, vous avez sûrement déjà imaginé plus ou moins précisément votre logement idéal et l'endroit où il devrait se situer. Son prix n'étant pas le seul poste de dépense, il faudra que celui-ci représente, gros travaux compris, entre 85 % et 90 % de votre enveloppe globale.

En commençant votre recherche, votre rêve va se confronter à la réalité du marché immobilier de votre secteur.

Certains vivent de vrais coups de foudre : ils trouvent la perle rare et obtiennent sans difficulté les financements nécessaires. Entre « clin Dieu » et Providence, accompagner vendeurs et acquéreurs est alors une vraie joie !

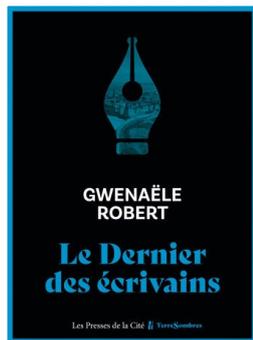
Quand le budget de mes clients s'avère insuffisant, je travaille avec eux sur leurs critères : accepter des compromis sur l'accessoire mais préserver l'essentiel. Il suffit parfois d'oser se laisser surprendre par d'autres typologies de biens ou zones. Et si l'achat de votre résidence principale n'est pas réalisable ou souhaitable, envisagez d'acheter pour louer. Le loyer reçu vous permettra de rembourser le prêt et vous aurez au terme un appartement à vendre.

Cyril Tisserand



Voyage intérieur

POLAR



LE DERNIER DES ÉCRIVAINS - Gwenaële Robert - Les Presses de la Cité
En librairie le 10 mars 2022

Étonnante nouvelle : l'écrivain Pierre Le Guellec, nommé prix Nobel de littérature, a disparu. Il devait s'envoler pour Stockholm afin de recevoir sa récompense, mais il ne s'est jamais présenté au comité d'accueil. Attachée de presse et amie du vénérable auteur, Marie Rivalain essaie de comprendre les dessous de cette mystérieuse situation. Dans l'appartement de l'écrivain, à Saint-Malo, elle garde le chien de celui-ci ; elle découvre également des éléments qu'elle ignorait sur ce Malouin descendant de terre-neuvas, ces rudes pêcheurs à la morue. Elle renoue également avec son propre père, « écrivain raté », qui habite à côté... Gwenaële Robert, déjà auteur de plusieurs romans récompensés, nous emmène dans une enquête haletante, où les méandres du passé et du monde littéraire se mêlent. Derrière les remparts de Saint-Malo, l'apogée révolue de la ville et les ruelles étroites gardent encore des zones d'ombre...

Elise Tablé

SCIEN-
CES

UNE JOURNÉE DANS LE CERVEAU D'ANNA
Sylvie Chokron - Éditions Eyrolles

Pourquoi nous souvenons-nous de certains rêves, mais pas de tous ? Combien de visages différents pouvons-nous mémoriser ? Quels aliments sont bénéfiques pour notre cerveau ? À ces questions et à de nombreuses autres, la neuropsychologue et directrice de recherches Sylvie Chokron répond dans ce livre, au fil de la journée d'une jeune femme fictive, Anna. Le prénom de cette dernière est d'ailleurs la contraction d'Anouk et de Nina, les deux filles de l'auteur ! C'est avec clarté et une certaine empathie que la scientifique évoque les réalités du cerveau, se référant aux dernières recherches. Nous découvrons ainsi que la nature, avec ses lignes irrégulières, génère des pensées plus positives que celles aux angles droits des constructions urbaines ; que la musique nous réjouit notamment grâce au processus d'anticipation et d'attente des airs que nous connaissons ; ou encore que la fréquence et la durée des regards dans un couple permet de prédire la longévité de la relation. Stimulant !

Solange Pinilla

Sylvie Chokron
Une journée dans le cerveau d'Anna

Notre quotidien décrypté par les neurosciences



Éditions EYROLLES



FERME LES YEUX, OUVRE TON CŒUR !

Dominique Pérot-Poussielgue et Flore Moineau - Mame

12 méditations guidées pour entrer dans l'intériorité

Dans ce livre-CD, les parents et les professeurs trouveront une belle (et pieuse !) alternative aux audios et vidéos de méditation en vogue dans les écoles. Une voix d'homme ou une voix de femme propose d'abord le récit vivant d'un court épisode de la vie d'un saint puis une méditation guidée tournée vers Dieu et enfin une prière simple d'enfant. Les thèmes choisis – l'école, les efforts, les petits services rendus... – peuvent toucher les enfants dans leur quotidien et élever leurs âmes. Illustrations, musiques et voix participent à faire de ce livre-CD une belle initiation à la prière et à l'oraison. À faire écouter dès le CP.

Marie-Antoinette Baverel

JEU-
NESSE

Anne-Sophie Roturier, la solidarité au cœur



© Coll: particulière

Il y a 6 ans, Anne-Sophie et son mari ont lancé la plateforme « La Cagnotte Des Proches », pour permettre à des familles ou à leurs proches de financer des dépenses liées à une maladie, un handicap, un deuil ou un accident de la vie.

Trois millions d'euros : c'est ce que « La Cagnotte Des Proches » a collecté, depuis le lancement de ce site de financement participatif !

Anne-Sophie Roturier, sa cofondatrice, exerçait au départ comme infirmière. Après une expatriation en Nouvelle-Zélande, son mari Christophe et elle arrivent à Londres. Alors qu'Anne-Sophie travaille dans des hôpitaux londoniens, la mère de la jeune femme meurt d'un cancer. « *J'ai eu besoin de m'éloigner des hôpitaux, raconte Anne-Sophie. Et j'ai pris conscience que la vie est très courte. J'ai eu envie de vivre à 400 % et de sortir de ma zone de confort, j'avais une soif d'apprendre.* » Elle est ensuite recrutée

chez Nestlé Homecare, où elle travaille comme infirmière coordinatrice et commerciale dans l'éducation thérapeutique des patients à la pompe à insuline. Suivent trois années aux États-Unis, où elle est mère au foyer ; puis la famille arrive à Aix-en-Provence.

« *J'ai eu des difficultés à trouver du travail, dues au fait d'avoir quitté les hôpitaux français 9 ans auparavant et parce que j'osais dire que je voulais un travail conciliable avec ma vie de famille. Je me suis dit qu'il fallait peut-être que je crée mon propre poste. Or, mon mari avait l'idée de lancer en France le type de plateformes médico-solidaire qu'il avait vues aux États-Unis.* » Pendant neuf mois, Anne-Sophie et Christophe réfléchissent au projet, et consultent familles et soignants.

QUESTIONNAIRE DE PROUST REVISITÉ

Une odeur de votre enfance ?

Les gaufres sur la plage à Saint-Lunaire.

Le principal trait de votre caractère ?

Empathique.

Une résolution de Carême ?

Essayer de réduire le temps d'écran, difficile quand on travaille dans le digital !

Une femme qui vous inspire ?

Marine Barnérias.

Un moment de qualité en famille ?

Nos séjours à 5 avec « HomeExchange » (plateforme d'échange de maison entre particuliers, ndlr) qui nous permettent de nous retrouver en lieu neutre.

Ce qui vous ressource ?

Le chant.

La pièce préférée de votre dressing ?

Toutes mes pièces dorées !

Travailler en couple, c'est...

Comme le mariage, pour le meilleur et pour le pire !

Un lieu que vous aimez à Aix-en-Provence ?

La montagne Sainte-Victoire.

Le livre que vous lisez en ce moment ?

Corps et âme de Nicolas Zeller, médecin militaire.

La phrase de la Bible qui vous touche ?

« *Donnez, et il vous sera donné* » (Luc 6, 38).

Lorsqu'ils créent la plateforme « La Cagnotte Des Proches » en 2016, ils ont encore une activité professionnelle à côté. Au bout de quelque temps, Anne-Sophie laisse son emploi d'infirmière scolaire pour se consacrer exclusivement à la plateforme en ligne. Une troisième associée, Estelle, rejoint les fondateurs comme responsable produit, suivie un peu plus tard d'une graphiste, puis, tout récemment, d'une personne dédiée au support client. L'entreprise a aussi recours à des équipes de freelances pour leurs développements web et le marketing.

« La Cagnotte Des Proches » permet ainsi à des personnes confrontées à des difficultés de santé de faire appel à la générosité de leurs familles, amis et proches. Par exemple, on peut voir sur le site l'appel de Fanny, mère d'Ethan, atteint d'une leucémie sur laquelle la chimiothérapie n'a pas d'effet ; elle a lancé une collecte pour réaliser les rêves de son enfant – à savoir rencontrer ses footballeurs favoris et aller en Laponie –, ainsi que pour « financer les "frais cachés" qui ne sont pas pris en charge (des allers-retours vers l'hôpital, le quotidien de la famille sur place durant ses séjours hospitaliers, etc.) ». À ce jour, une incroyable chaîne de solidarité a permis de collecter plus de 13 000 euros pour cette famille.

Par rapport aux autres cagnottes en ligne, Anne-Sophie a souhaité « remettre de l'humain au cœur de ces collectes », avec un accompagnement spécifique, notamment sous la forme d'une cellule d'écoute médico-sociale, d'accompagnement et de conseil. Les créateurs de « La Cagnotte Des Proches » vérifient tous les projets en appelant les familles pour optimiser les collectes mais aussi pour éviter les fraudes, en n'hésitant pas à demander un certificat médical, des devis de matériel adapté ou encore un avis de décès. Aujourd'hui, la plateforme est connue dans le secteur médical et a noué des partenariats avec les Hôpitaux de Marseille, l'Hôpital Necker Enfants Malades à Paris ou encore avec des entreprises du parcours de soins.

« Notre modèle économique se fonde sur la volonté de rester 100 % solidaires et de nous rémunérer au pourboire, explique Anne-Sophie. Nous avons constaté que les utilisateurs n'hésitent pas à nous laisser des pourboires et nous visons un équilibre à horizon 2023. » Grâce au site, 2 500 familles ont déjà été aidées !

« Je suis comblée par ce que je vis au quotidien, explique la cofondatrice et présidente de l'entreprise. J'apprécie l'accompagnement des familles, la construction d'une relation de confiance avec des personnes aux parcours de vie complexes. Je ressens aussi beaucoup de satisfaction à participer



à la croissance de cette start-up solidaire. Des cagnottes ont pu changer la vie de certaines personnes ! Je pense à une patiente en Bretagne, qui n'était pas sortie de chez elle depuis des mois, car son fauteuil roulant ne fonctionnait plus, et qui, grâce à la cagnotte, est sortie de l'isolement ! Ou encore, à une femme atteinte d'un cancer qui, grâce à des soins de support, a retrouvé davantage de confiance en elle ! Les gens nous disent souvent : "Il y a un avant et un après-cagnotte" ».

Ce financement est bénéfique pour celui qui reçoit, mais également pour celui qui donne : « Des personnes, qui ne savaient pas comment aider, se sentent utiles ! Il y a même des liens qui se re-crément, comme cette femme qui pensait que son père ne l'aimait pas, et qui a constaté qu'il avait participé à sa cagnotte pour la soutenir ».

En effet, 90 % des donateurs sont souvent des proches. Des relais dans les médias sont également suscités, notamment pour ceux qui ont peu de famille ou d'amis ou pour les collectes de grande ampleur.

Quand on crée une entreprise avec son conjoint, il n'est pas facile d'articuler cela avec la vie familiale. « Cette semaine, nous sommes en vacances avec nos enfants, mais nous travaillons quand même, raconte Anne-Sophie. Il n'y a pas de rupture, il faut être toujours sur le front, toujours connectés. J'espère que nos prochains recrutements nous permettront de nous structurer davantage. »

Pour les cofondateurs, la foi catholique les aide à porter leur projet, notamment grâce à « des valeurs fortes de solidarité, d'engagement et d'intégrité » – ils vérifient aussi l'utilisation des fonds. « Nous sommes "neutres" au quotidien, car nous accompagnons des familles de toutes religions. » La foi est aussi un ressourcement pour Anne-Sophie, dans la mesure où « il n'est pas toujours évident d'être confrontée à des situations compliquées ». Étant donnée la chaîne de solidarité dont l'entreprise est un maillon décisif, nul doute que Dieu leur rendra au centuple.

Solange Pinilla

AKAZA RECRUTE

• 1 **auxiliaire de vie**
pour notre agence de services à la personne dans l'Essonne (91)

• 1 **assistant(e) accueil**
pour notre agence de services à la personne à Vitry-sur-Seine (94)

Chez Akaza, on se demande souvent : et si c'était nous ?

ENVOYEZ VOTRE CV À :
RECRUTEMENT@AKAZA-SERVICES.FR

PORTES
OUVERTES



DEVENEZ
MAÎTRE
D'ÉCOLE

Samedi 12 mars 2022 à 10h, en ligne

Inscriptions : ilfm-formation.com

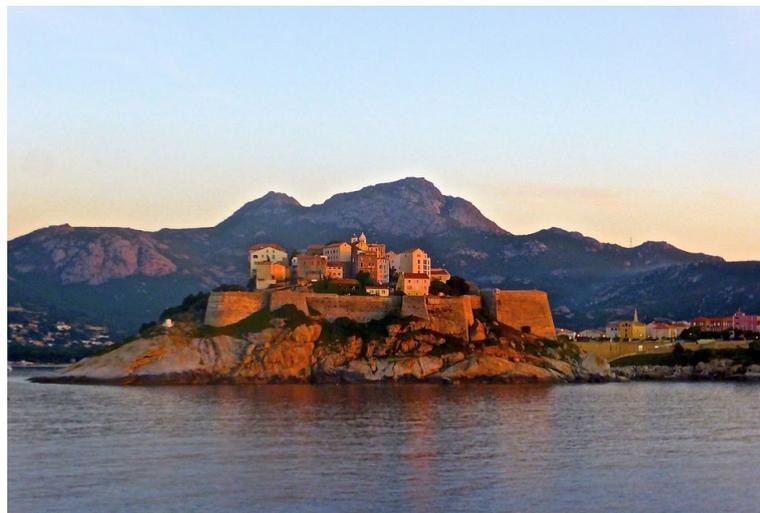
UN MOIS, UNE VILLE
Calvi,
semper fidelis

Habitant en Corse depuis près de 6 ans, Anne-Cécile Chaladay nous parle de la ville riche en histoire près de laquelle elle habite : Calvi.

Quand on évoque Calvi, on pense immédiatement plage de sable blanc, soleil et jet-set... Heureusement cette cité centenaire ne se résume pas à cela.

Parmi toutes les cités corses, Calvi, du haut de sa fière citadelle (*en photo ci-dessus*), incarne parfaitement la complexité du caractère de l'Île de Beauté. Longtemps point d'ancrage des puissances continentales en Corse, ses différentes fortifications ont été érigées pour prémunir l'île contre ses envahisseurs mais aussi protéger ses habitants contre les menées des insulaires. Toujours entre deux, elle cultive cette identité paradoxale et cette forte personnalité derrière sa fière devise *Semper Fidelis* (« toujours fidèle ») qu'elle a conservée du temps où elle était forteresse génoise. C'est de cette période que date, aux XV^e -XVI^e siècles, la citadelle et ses fortifications. Elles n'ont que très peu changé depuis. C'est donc naturellement que Calvi s'impose comme cœur historique de la Balagne, sa région.

Outre la citadelle au sein de laquelle se trouve la ville haute et la cathédrale, la ville basse de Calvi, qui s'organise autour de son port de plaisance, est un « pôle » important car il s'agit aujourd'hui du cœur de la ville avec les boutiques et les restaurants qui font vivre celle-ci, surtout « en saison » – de mai à octobre. On y trouve aussi l'église paroissiale Santa Maria Maggiore dont la première pierre a été posée en 1774. Les Calvais sont aussi très attachés à la chapelle Notre-Dame de la Serra (*en photo ci-dessous*)



Pixabay License

qui domine et protège la ville. On s'y retrouve en grand nombre pour fêter la Nativité de la Sainte Vierge chaque 8 septembre, jour férié en Corse.

Calvi ne serait pas ce qu'elle est sans les villages qui étoilent son maquis : Lumio, Calenzana, Moncale, Montemaggiore... Une constellation qu'on pourrait croire sortie d'une crèche de santons de Provence. Et si tous regardent vers Calvi et son golfe, chacun cultive son identité propre, accrochés aux flancs de la montagne car il fallait autrefois se prémunir des attaques de pirates. C'est aujourd'hui dans ces villages que vivent beaucoup de familles de Corses ou de militaires servant à la Légion étrangère basée à Calvi, l'immobilier y étant plus accessible et la vie plus calme lorsque les touristes déferlent sur Calvi. Chaque village a d'ailleurs sa propre petite école communale.

Calvi prend en effet un autre visage, lorsqu'en pleine saison sa population est multipliée par plus de 20. Et si ce côté touristique fait vivre beaucoup de familles, il n'est pas très représentatif du reste de l'année...

Je suis arrivée en 2015 à Calvi, suivant mon mari muté au 2^e REP (2^e Régiment étranger de parachutistes). J'ai tout de suite été marquée par l'affection des Corses, surtout les anciens, pour les familles et les enfants. Si le côté insulaire de cette vie se fait parfois sentir, comme lorsqu'il faut faire 2 heures de route pour aller accoucher ou emmener son fils aux urgences, elle est compensée par cette douceur de vivre loin de la frénésie des grandes villes et la joie de voir ses enfants grandir au grand air, battant le maquis dès qu'ils ne sont pas à l'école !

Anne-Cécile Chaladay

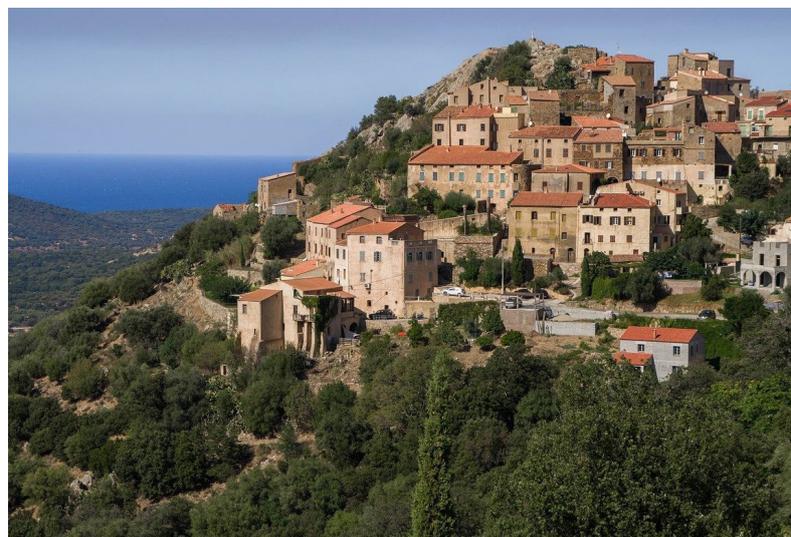


Pierre Bona/Wikimedia commons

RICHESSES DE NOS RÉGIONS (5/18)

Voyage en Corse

« Tu es fier. Fier et susceptible. Tu me plais, petit », déclare Ocatarinetabellatchichix, chevelure de jais et gilet de berger, à Obélix. Si vos connaissances de l'Île de Beauté s'arrêtent à *Astérix en Corse*, cet article de notre série sur les régions françaises apportera quelques éléments supplémentaires ! L'île la plus montagneuse de la Méditerranée a été rattachée pendant plus de quatre siècles à la république de Gênes, cette ville étant au nord par rapport à la Corse ; elle a laissé



Le village de Belgodère (Haute-Corse) - Pixabay License

de nombreuses tours fortifiées sur les sommets de l'île. Cédée à la France en 1768, la Corse est aujourd'hui une collectivité à statut particulier, composée de deux circonscriptions départementales : la Haute-Corse (préfecture Bastia) – voir aussi l'article sur Calvi page précédente – et la Corse-du-Sud (préfecture Ajaccio).

Embarquez pour la terre natale de Napoléon et de Tino Rossi, tout en dégustant du saucisson corse et des clémentines, corses bien sûr ! *J. P.*



Pixabay License

À VISITER Bonifacio

La ville de Bonifacio est unique : elle est située sur la pointe méridionale de la Corse (et donc de la France mé-

tropolitaine), sur des falaises de calcaire. Le bastion de l'Étendard, pièce maîtresse des fortifications de la ville, est le plus haut de France avec ses 25 mètres.

L'escalier du roi d'Aragon, de 187 marches, est un lieu étonnant, taillé dans la falaise (à gauche sur la photo).

Bonifacio, connue pour son port de plaisance, son cimetière marin, ses églises et ses plages, l'est aussi par ses traditions de la Semaine sainte. Il subsiste ici cinq confréries, ces groupes de laïcs réalisant des œuvres de charité ; aujourd'hui, elles constituent surtout un lien social. Néanmoins, vêtues de leur aube et de leur camail, les confréries portent de petites « châsses » (il s'agit de sculptures en bois) en procession le soir du Jeudi saint, puis visitent les cimetières des églises le Vendredi saint au matin, avant de porter de grandes « châsses » en procession le soir même.

SAVOIR-FAIRE LOCAL

La coutellerie

Le couteau artisanal corse est d'abord un outil de berger, pliable ou non, avec un étui de cuir. Le *curniccicolu* est en corne ou en bois (de chèvre, de bouc ou encore de bélier), et très tranchant. Il permet de couper le fromage – comme le brocciu, seul fromage AOP corse – ou la charcuterie – réalisée avec du porc corse, nourri notamment de châtaignes et de glands.

Il existe également le stylet qui a une forme pointue et deux tranches. Disons-le, il a pour vocation première de tuer ; il était notamment utilisé pour la vendetta entre deux familles ennemies. Si personne

ne vous attaque, vous pourrez toujours ouvrir le courrier avec celui-ci (avec précaution !).

En Corse, on fabrique également des couteaux pour la chasse, la cuisine et la table. Le coutelier corse se charge d'assembler les pièces mais aussi de forger la lame. Face à la concurrence chinoise, le syndicat des couteliers de Corse a mis en place un processus de labellisation.



© Bertrand Filhol

SANCTUAIRE

Notre-Dame des Grâces à Lavasina

Le « Lourdes de la Corse » : c'est ainsi qu'on surnomme le sanctuaire Notre-Dame des Grâces, situé dans le hameau de Lavasina, dans la commune de Brando, non loin de Bastia.

À l'origine, il n'y avait qu'une petite chapelle. Celle-ci est érigée au XVI^e siècle par la famille Danese, des négociants en vin à qui un client insolvable offre

Pierre Bona/Wikimedia commons



un tableau de la Sainte Vierge. Celui-ci représente la Vierge à genoux, embrassant l'enfant Jésus. Dans l'emballage du tableau, ils trouvent miraculeusement la somme exacte de la dette. Le tableau est exposé dans la chapelle.

En 1675, sœur Marie-Agnès, une tertiaire franciscaine paralytique, se rend en bateau à Gênes. Une violente tempête l'oblige à se réfugier dans la crique de Lavasina. On la transporte dans l'oratoire, et elle demande qu'on applique sur ses jambes immobiles un peu de l'huile qui brûle en permanence à côté de la madone. Elle est guérie ! On décide alors de construire une plus grande église en 1677.

Le campanile de cet édifice de style baroque a été réalisé en 1947, conçu à partir des plans d'un phare ; une statue blanche de la Vierge Marie est en haut, tournée vers la mer.

Chaque 8 septembre, fête de la Nativité de la Vierge, a lieu le grand pèlerinage annuel, avec retraite aux flambeaux la veille, procession, salut du Saint-Sacrement et hymne corse à la Sainte Vierge, « *Dio vi salvi regina* ». Il suscite la venue de nombreux habitants, au-delà des pratiquants habituels.

INITIATIVE CHRÉTIENNE

Le chant sacré corse féminin

On connaît les polyphonies corses pour voix d'hommes. Moins célèbres sont celles pour voix féminines. L'ensemble Madamicella (« Mademoiselle » en corse) répare cet oubli en chantant de magnifiques polyphonies sacrées corses pour femmes. Le quatuor est composé d'Eloïse Chadourne, Caroline Champy-Tursun, Joëlle Gay et Nadine Rossello ; cette dernière assure la direction artistique. C'est elle également qui a lancé l'idée de cet ensemble, en 2014, pour former un groupe professionnel de polyphonies corses féminines « sur le continent » – le groupe est basé du côté de Toulouse. La Région Occitanie et la Région Nouvelle-Aquitaine ont d'ailleurs soutenu financièrement le programme musical *Santa*, dont l'album éponyme est récemment sorti aux éditions Psalmus.

On y trouve, parmi ces polyphonies *a cappella*, des chants liturgiques de transmission orale, tels que *Kyrie eleison*, *Credo* ou *Agnus Dei*. Certaines pièces sont issues de manuscrits franciscains, tels que *Laeta Devote* – l'hymne des premières vêpres à saint Pascal Baylon, un franciscain – ou un *Tantum ergo sacramentum*. Les fils de saint François d'Assise ont en effet longtemps été présents en Corse, et on a compté jusqu'à mille frères

lorsque les Français sont arrivés en 1768. Franciscains et clarisses ne sont aujourd'hui plus que quelques-uns sur l'Île de Beauté.

Revenons à nos chants corses, fervents et puissants, et à l'album *Santa* qui propose également des créations contemporaines inspirées du patrimoine sacré, comme celles de Jean-Claude Acquaviva (*Ave maris stella*, *U Sipulcro*).

Les chants sacrés corses étaient entonnés lors des pèlerinages, des veillées ou encore des fêtes de village. C'est encore le cas lors de certaines occasions. *Œ. P.*



© Musicadines

Donnez votre avis sur ce numéro !
Répondez au sondage, en cliquant ici >
forms.gle/oHalDT8af1KQ5prf7

EN AVRIL DANS ZÉLIE
Chemins de conversion

ELLE CHERCHAIT L'HOMME IDÉAL... ELLE L'A TROUVÉ.
DÉCOUVREZ CETTE BELLE COMÉDIE ROMANTIQUE

PRIÈRE DE M'ÉPOUSER

LACEY CHABERT JONATHAN PATRICK MOORE

UN FILM DE CORBIN BERNSEN



Regarder en **VOD**

Acheter en **DVD**

DISPONIBLES SUR LABOUTIQUESAJE.FR ET EN LIBRAIRIES

ÉGALEMENT EN VOD SUR LEFILMCHRETIEN.FR

SAJE
DISTRIBUTION