www.magazine-zelie.com • N°55 Septembre 2020

# Zélie

100% féminin • 100% chrétien

**RENTRÉE LITTÉRAIRE :**
NOTRE CHOIX

**ANNE-CLAIRE LOCKHART,**
BRODEUSE D'ART

**LES SECRETS**
DE LA GLAIRE CERVICALE

Camille Allard
esprit Laudato Si

## LA MESSE
chemin vers Dieu

— www.annekirkpatrick.com —

bonjour@annekirkpatrick.com

09 72 52 39 44

GRAVURE CLASSIQUE OFFERTE

avec le code ZELIE072020

# édito

Les cloches sonnent à la volée ; les fidèles sortent de la messe dominicale. Heureux de se retrouver, ils se racontent leurs vacances. Et il y a une vraie joie à rencontrer d'autres chrétiens, dans l'élan de la joie du Ressuscité. Cependant, sur le parvis, il nous manque peut-être une part de gravité. Marie et Jean descendant du Golgotha n'évoquaient sans doute pas qu'ils mangeraient au dîner. Car la messe est bien, selon l'une des définitions, le renouvellement non sanglant du sacrifice du Calvaire. Une forme d'indifférence peut s'installer, car dans notre démarche d'aller à la messe, il y a aussi une part d'habitude, à revivifier par la foi. Participer à la messe de façon active demande un acte de volonté consciente, pour faire cet aller-retour constant entre le visible – les paroles, chants, gestes et signes de la liturgie – et l'invisible de la présence de Dieu et du salut offert par sa mort et sa résurrection. C'est le propre du mystère : non pas secret occulte, mais réalité que l'on n'a jamais fini de comprendre et d'aimer. Pour mieux appréhender l'invisible, il est important de s'interroger sur l'histoire, les origines, le sens de ces éléments liturgiques ; c'est ce que nous vous proposons dans le dossier de ce numéro. Pour autant, vouloir tout expliquer semble vain, comme le disait le cardinal Lustiger, dénonçant cet excès « *comme ces professeurs qui prétendent prendre un poème de Baudelaire et l'expliquer de A à Z ; il n'y aurait plus de mystère. Mais il n'y aurait plus de poème.* » À l'instar des iconostases, ces murs d'icônes qui séparent la nef du sanctuaire dans les églises orientales, laissons la messe, où le Dieu caché se manifeste, entrouvrir le voile du Ciel.

*Solange Pinilla, rédactrice en chef*

# SOMMAIRE


4 Apaisez nos tempêtes

5 Sainte Thècle, convertie par saint Paul

6 Anne-Claire Lockhart, brodeuse d'art

8 Les secrets de la glaire cervicale

10 Témoignage : « J'ai arrêté de me plaindre tout le temps »

11 Les bonnes nouvelles de l'été

13 Renforcer la sécurité affective de son enfant

15 Lidwine, protectrice des abeilles

16 Être médiatrice en entreprise

17 La messe, chemin vers Dieu

22 Colombes et suspenses eucharistiques

23 Rentrée littéraire

24 Camille Allard, pour l'amour de la Création

25 Birthe et Jérôme Lejeune, serviteurs de la vie


## COURRIER DES LECTEURS

« Nous avons été très touchés à la lecture du témoignage de Domitille et Ladislas sur la vie courte mais magnifique de leur petite Zélie (*Zélie n°54, été 2020*). Cet article nous a particulièrement émus car nous avons vécu une situation très similaire avec notre petit Gabriel, à qui on a diagnostiqué pendant la grossesse une grave malformation cérébrale, et que nous avons accompagné pendant toute sa petite vie. Gabriel est né le 1er juillet 2017, soit 2 jours avant Zélie, et a vécu 4 jours. »

*Emmanuel et Anne-Sophie*

« Votre article « *Zélie, une vie courte et pleine d'amour* » m'a bouleversée ; nos témoins de mariage ont été « forcés » à faire une IMG à 5 mois de grossesse ; je pense qu'ils le regrettent encore… Le corps médical aurait dû accepter et s'adapter à leur choix, s'ils avaient pu le faire… » *Une lectrice*


**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 © maurina74/Adobe Stock
Les images sans crédit photo indiqué sont sans attribution requise.

# Apaisez nos tempêtes

**De petites vagues** viennent se briser contre la barque. Le clapotis contribue à l'atmosphère paisible qui règne alors. Tous ont en mémoire les paroles de lumière que le Maître leur a offertes quelques heures plus tôt. Pour l'heure, sur l'ordre du Seigneur, les disciples se dirigent vers la rive est du lac. Cette « mer de Galilée » leur est bien connue. Pour plus d'un, elle a été leur milieu professionnel avant que le Seigneur ne passe et les appelle. Jésus a choisi des hommes de terrain, la tête sur les épaules. Certains, autrefois associés dans une PME de pêche, mettent aujourd'hui leur amitié commune au service du Christ. Hier, ils proposaient la joie du poisson, demain, ils chercheront à répandre la joie de Dieu…

Recueillons ici quelques enseignements. Dans la vie spirituelle, il est bon de revenir souvent sur le lieu de notre première rencontre avec le Christ. La mémoire du passé entretient la gratitude et la conviction que Dieu a voulu nous rejoindre personnellement. D'autre part, le sens du concret joue aussi, permettant un meilleur rapport aux réalités invisibles. *A contrario*, chez celui qui n'a pas les pieds sur terre, la démarche de foi rencontre des obstacles supplémentaires. [1] Enfin, avoir des amis qui partagent la même soif – celle de Dieu, pas celle de l'eau du lac – constitue un cadeau précieux.

« **Ce jour-là, le soir venu,** il dit à ses disciples : « *Passons sur l'autre rive.* » Quittant la foule, ils emmenèrent Jésus, comme il était, dans la barque, et d'autres barques l'accompagnaient. Survient une violente tempête. Les vagues se jetaient sur la barque, si bien que déjà elle se remplissait. Lui dormait sur le coussin à l'arrière. Les disciples le réveillent et lui disent : « *Maître, nous sommes perdus ; cela ne te fait rien ?* » Réveillé, il menaça le vent et dit à la mer : « *Silence, tais-toi !* » Le vent tomba, et il se fit un grand calme. Jésus leur dit : « *Pourquoi êtes-vous si craintifs ? N'avez-vous pas encore la foi ?* » Saisis d'une grande crainte, ils se disaient entre eux : « *Qui est-il donc, celui-ci, pour que même le vent et la mer lui obéissent ?* » »

**Marc 4, 35-41**

**Pourtant, au moment où la tempête** s'annonce sur la mer de Galilée, tout cela ne suffit pas. Les disciples sont pour un part sur le lieu de leur vocation, possèdent une certaine charpente humaine et pourraient se soutenir mutuellement. C'est toutefois la peur qui les envahit. Jésus dort et ne semble pas se soucier de leur malheur.

Plus tard, d'autres tempêtes s'abattront sur leurs existences mais cela ne les empêchera pas d'avancer jusqu'au don suprême du martyre. Que leur manque-t-il donc pendant la traversée du lac ? Tout simplement l'expérience du mystère pascal : Jésus n'est pas encore mort ni ressuscité et les disciples n'ont pas reçu l'Esprit Saint.

**Il n'en est pas de même pour nous.** Au jour du Vendredi Saint, nous avons recueilli la preuve absolue

© Philippe Lissac/Godong

de l'amour de Dieu. Jésus a notamment payé le prix de notre confiance. Au matin de Pâques, nous avons également compris que la Vie serait la plus forte. Anticipant sur la victoire finale du Bien, le Christ ressuscité a ouvert le chemin de l'espérance. Lorsque l'Esprit-Saint est descendu, nous l'avons accueilli comme Hôte intérieur et même comme Avocat (Paraclet) – Celui qui prend la défense du Christ dans notre cœur en nous encourageant : « Avance vers ton Sauveur ».

*Seigneur, apaisez nos tempêtes, mais si celles-ci doivent durer encore, apprenez-nous à écouter votre Esprit nous révéler l'amour du Christ victorieux. Amen !*

Abbé Vincent Pinilla
Fraternité Saint Thomas Becket

[1] Il n'est donc pas étonnant que Mgr Aupetit ait invité les séminaires à intégrer du travail manuel dans la formation (cf. Pèlerinage à Montmartre, 1er mai 2018).

# Sainte Thècle, convertie par saint Paul

**Thècle naquit** probablement à Iconium – aujourd'hui Koniah en Turquie – vers l'an 30. Ses parents comptaient parmi les familles riches de la cité. Ils lui firent étudier la philosophie et les belles-lettres. Puis ils la fiancèrent à un jeune homme riche.

Didier Descouens/Wikimedia commons CC BY-SA 4.0

Lors de son premier voyage, saint Paul accompagné de saint Barnabé, vint à Iconium. Tous deux furent reçus dans la maison d'Onésiphore, homme de grande vertu. Ils se mirent aussitôt à prêcher dans cette maison et à la synagogue. Des échos de leurs prédications parvinrent aux oreilles de Thècle qui en fut émerveillée. Ne pouvant sortir seule car très surveillée par sa mère, elle s'installa à une fenêtre de sa maison située non loin de celle d'Onésiphore pour écouter les paroles de l'apôtre. Cependant, saint Paul, persécuté par ses ennemis, fut jeté en prison. Pour pouvoir l'approcher, Thècle offrit ses bijoux au geôlier.

**Saint Paul put ainsi instruire** cette âme avide de la vérité. Thècle, devenue chrétienne, décida de rester vierge et de se consacrer au Christ. Ses parents, irrités, la traînèrent devant les juges pour la faire changer d'avis. Accusée d'être chrétienne, elle fut condamnée à être brûlée vive. Un grand brasier fut préparé sur la place publique. Thècle, sans aucune crainte et priant Dieu, entra dans le brasier. Au même instant, un épais nuage déversa sur le bûcher une pluie abondante. Thècle, miraculeusement délivrée, s'enfuit et gagna Antioche.

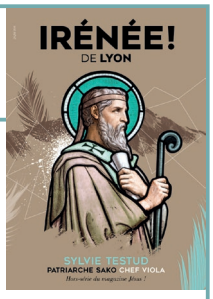
Là, attaquée par un homme très puissant qui en voulait à sa vertu, elle se défendit vigoureusement. Celui-ci, pour se venger, la dénonça comme chrétienne. Elle fut condamnée à être livrée aux bêtes. On la dévêtit, on l'attacha à un poteau. On lâcha une lionne mais celle-ci, au lieu de l'attaquer, vint lui lécher les pieds puis, se retournant furibonde, elle défendit la jeune fille contre un lion et un ours que les bourreaux avaient envoyés en renfort. Saint Ambroise raconte cette scène en termes saisissants.

Thècle ne fut pas non plus tuée par des taureaux furieux car ses liens se brisèrent d'eux-mêmes. Le gouverneur la libéra et elle revint à Iconium pour y prêcher la parole de Dieu. Elle vécut de longues années dans son petit ermitage.

**Certains épisodes de sa vie** racontés n'ont aucun fondement historique comme par exemple celui du rocher qui s'entrouvrit pour protéger la vierge contre des scélérats. Aussi l'Église catholique supprima-t-elle son culte en 1969 mais l'Église grecque orthodoxe continue à la fêter le 23 septembre. Son corps reposerait dans le monastère de Maaloula en Syrie. À Maaloula, on visite encore aujourd'hui la Gorge de Sainte Thècle où elle aurait vécu et qui donna son nom à la ville : *Maaloula* en araméen veut dire « *entrée* ». Cette sainte est très importante aux yeux des habitants et beaucoup de jeunes filles se prénomment Tékla.

*Mauricette Vial-Andru*

## SAINT IRÉNÉE
en kiosque




**Rendre accessible** un Père de l'Église, évêque de Lyon au IIe siècle, et attrayante sa pensée déployée notamment dans *Contre les hérésies* : tel est le pari réussi des éditions Première Partie, dans ce hors-série du magazine *Jésus !* À l'occasion de l'Année Saint-Irénée, celui-ci évoque avec un ton plaisant et décalé la vie et l'œuvre de cette figure lyonnaise, notamment à travers des angles inattendus : l'interview d'Eurêka, auteur d'un slam nommé *Irénée*, les propos de personnes s'appelant Irénée, et même une recette de « salade irénéenne ». « *La gloire de Dieu, c'est l'homme vivant, et la vie de l'homme, c'est la vision de Dieu* », affirmait le saint. *S. P.*

# Anne-Claire Lockhart, brodeuse d'art

© Coll. particulière

**Depuis sept ans, Anne-Claire est brodeuse chez Chanel. Son métier : orner à la main des réalisations raffinées, grâce à une quarantaine de points, de fils, perles, paillettes ou pampilles.**

**350 heures de travail :** c'est ce que peut demander à des brodeuses une robe de luxe. Avant d'en arriver à la pratique de ce savoir-faire d'exception, Anne-Claire Lockhart était engagée sur une voie classique, celles d'études littéraires et d'un master de linguistique française. Pendant cette période, elle accompagne la mère d'une camarade, brodeuse d'ameublement, pour vendre du fil dans des salons. Cette professionnelle lui enseigne certains points de broderie. La jeune femme s'inscrit alors à l'école Lesage, où elle apprend, pendant cinq mois, les techniques de broderie haute couture ; puis elle passe un CAP de broderie main. Celui-ci se déroulant en alternance, Anne-Claire est admise à la maison Chanel pour y travailler durant cette période. Elle y est toujours.

**Il y a dix-huit ans,** Chanel a racheté la maison Lesage, fondée sous Napoléon III. Cet établissement, dont les ateliers se trouvent aujourd'hui à Pantin près de Paris, compte une trentaine de brodeuses, et travaille pour les collections de Chanel, mais aussi pour Dior, Valentino ou encore Dolce & Gabbana.

C'est le directeur artistique des maisons de couture qui organise le travail des brodeuses. Un processus particulier se déroule : « *Au départ, le directeur artistique imagine une thématique*, explique Anne-Claire. *Par exemple, nous avons préparé un défilé de Chanel sur le thème des villes « Paris Hambourg », à l'occasion de la nouvelle Philharmonie de l'Elbe. À partir du thème, nous sortons des archives, c'est-à-dire des morceaux de tissu brodé de 20 cm sur 20 cm ; nous effectuons également de nouvelles propositions d'échantillons de broderie.* » Le directeur artistique réalise un croquis du modèle choisi, d'après lequel les couturières dessinent le patron. « *Les brodeuses reçoivent le tissu sélectionné et le patron. Le dessinateur trace le patron sur le tissu. Puis nous travaillons sur un métier à broder – instrument que j'ai retrouvé sur une représentation médiévale du musée de Cluny -, le tissu étant tendu dans un cadre.* » Les parties brodées – jusqu'à 30 pour un manteau ! – sont ensuite livrées aux couturières qui vont réaliser le vêtement.

Anne-Claire dispose d'un équipement minimal : un crochet de Lunéville et une aiguille. Le crochet, utilisé depuis 1867, permet de broder au point de chaînette, sur l'envers du métier, les fils, paillettes et perles, tandis que l'aiguille exécute près de quarante points différents. Les petites fournitures sont très diverses : perles de verre, bijoux en cristal, plumes, cuir, et même Scoubidou. La brodeuse réalise parfois des effets de tissage : par exemple, pour donner un illusion « tweed ».

**La broderie d'art est un travail** de longue haleine : « *Un sac à main brodé manuellement demande trois jours environ. Nous avons réalisé la robe de mariée d'une princesse du Koweït, où était brodés 600 camélias de 20 pétales chacun… Des centaines d'heures de travail !* » Anne-Claire se souvient d'un boléro pour une maison italienne, dont le directeur artistique avait demandé des changements de dernière minute avant le défilé, ce qui l'avait amenée à veiller jusqu'à 5 heures du matin – fait rare heureusement.

La maison Lesage travaille pour deux domaines : la haute couture et le prêt-à-porter. La première n'est pas vouée à être vendue, mais montrée dans des défilés afin de lancer des tendances. « *Si l'on voit de grands cols ou des manches ballon dans un défilé, on les retrouvera ensuite*

*chez Zara*, explique la brodeuse. *Pour la haute couture, il y a moins de limite de temps et de budget.* » Lorsque quelqu'un souhaite acheter une robe haute couture vue à un défilé, une « répétition » peut être réalisée. Concernant le prêt-à-porter, il est fabriqué en série et vendu en boutique.

© Coll. particulière

**De ce secteur très particulier** qu'est celui du luxe, Anne-Claire apprécie plusieurs aspects : « *C'est un univers rempli de traditions, de secrets, de transmission par les anciennes… C'est aussi un monde très exigeant : si la réalisation n'est pas parfaite, on la refait encore et encore. Par ailleurs, j'aime beaucoup le textile ; ce n'est pas la tendance qui m'attire, mais la beauté, dans ce qu'elle a de concret.* »

La brodeuse voit aussi les limites de ce monde : « *Dans la mode aujourd'hui, on a habitué les clients à beaucoup de choix et de changement. Chanel propose huit collections par an, alors qu'il n'y en avait que deux il y a un demi-siècle ! Le client se lasse plus vite ; on doit beaucoup innover et se renouveler. De ce fait, je trouve que la qualité commence à baisser.* »

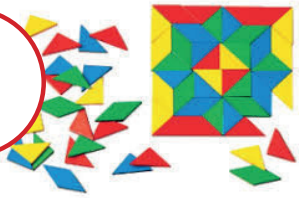
Un mouvement écologique se manifeste toutefois : « *On n'a pas vraiment le choix. Ainsi, en broderie, on n'a plus le droit de travailler certaines peaux, comme la panthère, l'alligator ou le python, qui sont des animaux rares ; on les imite seulement. Nous avons aussi un objectif zéro plastique, donc nous en utilisons de moins en moins. Cela dit, nous sommes trop dépendants d'une clientèle de luxe étrangère, et notre production n'est pas entièrement française ; certaines collections sont brodées « à l'extérieur », en Inde par exemple.* »

**Au fil de la discussion,** Anne-Claire confie qu'elle ressent parfois un ambivalence : « *À certains moments, je ne vois plus trop de sens à mon métier, à broder des robes qui coûtent des années de salaire. Et en même temps, ce sont de belles pièces qui mettent en valeur la femme. Il est certain qu'une très belle étoffe habillera mieux la personne, qu'un tissu de mauvaise qualité avec le même patron. Mais il y a une incohérence, car tous les créateurs diront qu'ils veulent mettre en valeur la femme, alors qu'en fait, on demande aux mannequins d'être effacés derrière le vêtement, de ne quasiment pas sourire… Gabrielle Chanel voulait libérer les femmes – cela a été le cas en retirant le corset notamment –, mais aujourd'hui on voit des tendances dont certaines sont belles, et d'autres parfois grotesques ! Le monde de la haute couture est rempli de contradictions.* »

**Le savoir-faire de la jeune femme** s'exprime aussi dans un autre cadre : elle a brodé une chasuble pour un prêtre, ce qui lui a demandé 75 heures de travail *(photo)*. En effet, le milieu de la broderie d'art est familier du domaine des ornements liturgiques anciens, car ce sont les mêmes techniques et fournitures que pour les robes haute couture : « *Les brodeuses avaient remarqué que Benoît XVI était sensible aux ornements liturgiques brodés, tandis que ce n'est pas le cas du pape François* », sourit Anne-Claire. La réalisation de la chasuble l'a émue : « *C'est le vêtement que porte le prêtre au moment où il agit « dans la personne du Christ » ! La chasuble a été bénie avec un rituel, et ensuite, on ne devait plus la toucher. On était bien au-delà du vêtement…* » Ou quand le visible, tissé de fils, laisse entrevoir une parcelle d'éternité.

*Solange Pinilla*


**Pédagogie de L'ATTENTION**



**CYCLE 2020/2021**
**6 WE DE FORMATION**

pour tous les professeurs du **primaire** et du **secondaire**

*(au catalogue FORMIRIS et OPCO)*

ILFM
**Institut libre de formation des maîtres**
Fondation pour l'école
ilfm-formation.com

Articles, citations, jeux-concours…

Rejoignez les lectrices de *Zélie* sur les réseaux sociaux

magazine.zelie

@magazine.zelie

Zélie
100% féminin • 100% chrétien

# Les secrets de la glaire cervicale

Fabian Reitmeier/Pexels CC

**Méconnue, la glaire produite par le col de l'utérus a un rôle fondamental dans la fertilité. Cet « élixir de vie », qui change d'apparence au fil du cycle, est source de nombreuses informations sur le cycle et la santé gynécologique.**

**Quand on observe** le fonctionnement du corps féminin – c'est-à-dire de soi-même -, on est impressionnée par la richesse de ses signes *(lire aussi « Redécouvrir le cycle féminin », Zélie n°25)*. La glaire du col de l'utérus, ou glaire cervicale, est un de ceux-ci. Des premières règles à la ménopause, la glaire – également nommée « élixir de vie », comme l'appelle la Fondation SymtoTherm, à cause son caractère indispensable à l'éclosion de la vie humaine -, est une substance riche et complexe.

Cécile de Williencourt-Frémont, sage-femme et animatrice de formations sur le cycle féminin, explique dans *Trésors de Femme* (Mame) les subtilités de la glaire cervicale : « *Sous l'action des œstrogènes, l'élixir de vie est produit dans les cellules des glandes du col utérin* ». La glaire est composée de mucus, d'eau, de substances nutritives et enzymatiques. Ce qui est fascinant, c'est qu'elle évolue au cours du cycle : elle forme un réseau maillé de filaments, plus ou moins serrés, afin de créer un passage plus ou moins favorable pour les spermatozoïdes.

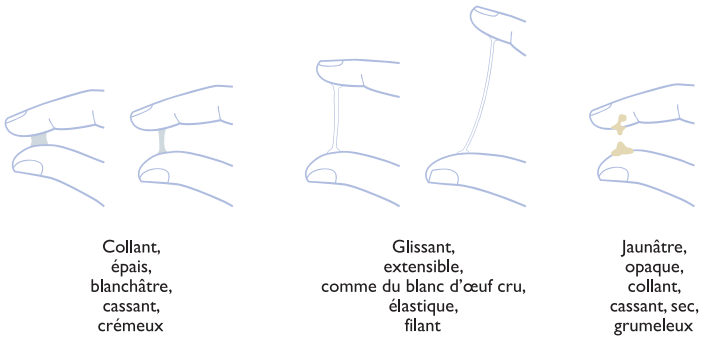
Au début du cycle, peu après la fin des règles – mais parfois pendant les règles -, l'« élixir de vie » commence à être sécrété, au moment où les ovocytes commencent leur croissance. Plus les œstrogènes augmentent, plus le col de l'utérus se ramollit et s'entrouvre, plus les cryptes à l'intérieur de celui-ci produisent une glaire abondante et liquide qui va favoriser la fertilité. En réalité, plusieurs glaires spécifiques coexistent, chacune ayant un rôle : « *établir un pH basique dans le vagin pour permettre la survie des spermatozoïdes, préparer les spermatozoïdes pour qu'ils puissent féconder l'ovule, nourrir les spermatozoïdes, trier et sélectionner les meilleurs spermatozoïdes* ».

En revanche, après l'ovulation, les cryptes du col arrêtent la production de la glaire fertile au profit de la glaire obstruante, qui va empêcher les spermatozoïdes de passer ; le col de l'utérus descend, devient dur et se ferme par un bouchon muqueux. Celui-ci vise notamment à protéger le bébé éventuel d'une infection extérieure.

**Cependant, observer la glaire** demande des connaissances, car celle-ci peut parfois être confondue avec d'autres substances. Cécile de Williencourt-Frémont en évoque quatre : d'abord, la cyprine, lubrifiant naturel de l'excitation sexuelle, venant avec le désir, et qui disparaît dès que l'excitation retombe ; ensuite, les desquamations vaginales, composées de cellules du vagin qui se détachent, et de couleur laiteuse ; le sperme, de couleur blanchâtre ou transparente, qui peut rester jusqu'au lendemain d'une union ; enfin, les pertes pathologiques, dues aux mycoses par exemple, et qui sont de couleur inhabituelle, malodorantes et trop abondantes.

Heureusement, il est possible de distinguer la glaire cervicale de ces autres substances, grâce au test du verre d'eau : « *Je prélève la substance avec un doigt et je nettoie mon doigt avec un verre d'eau. Si l'eau devient trouble et blanchâtre et que la sécrétion se dilue, ce n'est pas de l'élixir de vie. Ce dernier tombe en paquets au fond du verre et ressemble à du blanc d'œuf.* »

**Deux autres informations intéressantes :** l'expression « pertes blanches » est un nom fourre-tout qui évoque n'importe quelles pertes vaginales ; elle ne correspond pas à la glaire cervicale. Par ailleurs, pour ne pas perturber la glaire, mieux vaut éviter les sprays intimes et savons parfumés : il suffit de laver uniquement l'entrée du vagin, l'intérieur étant auto-nettoyé. Les sous-vêtements en coton sont préférables à ceux en matière synthétique. Enfin, boire suffisamment – au moins 1,5 litres d'eau par jour – contribue à une quantité de glaire suffisante. Une absence de glaire est signe d'infertilité. Également à no-




© Laurent Stefano

ter : la pilule contraceptive empêche la production de la glaire.

**Dernière grande question :** comment observer l'« élixir de vie » ? Deux approches sont possibles, comme le souligne Cécile de Williencourt-Frémont : par les sensations, et par l'apparence. D'une part, porter son attention sur sa vulve – sans la toucher -, plusieurs fois par jour, permet de sentir si elle est plutôt sèche ou mouillée. Si la sensation est sèche, elle correspond à une période où la fécondation n'est pas possible, comme souvent en début de cycle, et après l'ovulation. Si la sensation est humide, voire mouillée et lubrifiée, la fertilité augmente.

On peut également observer la glaire visuellement, entre les doigts ou sur du papier toilette. Au début du cycle, elle est généralement épaisse, grumeleuse, collante et blanche ; puis en s'approchant de l'ovulation, elle devient de plus en plus transparente, élastique et étirable, ressemblant à du blanc d'œuf cru. Elle permet de laisser passer et nourrir les spermatozoïdes et favorise donc l'accueil de la vie. Si la glaire devient opaque et collante ou disparaît, c'est que l'ovulation a déjà eu lieu.

La grande majorité des méthodes de régulation naturelle des naissances utilisent l'observation de la glaire, selon des critères spécifiques, et combinée ou non à d'autres signes de fertilité – température, observation du col de l'utérus... [1]. Il est nécessaire de se former auprès d'organismes spécialisés avant de suivre une méthode, car celle-ci requiert connaissances et assiduité, tout en procurant de nombreux bénéfices au service de la personne, du couple et de la vie.

Que l'on soit célibataire ou mariée, observer sa glaire est source de connaissance de soi et d'émerveillement devant la subtilité du corps féminin.

*Élise Tablé*

[1] *Symptothermie* (Cyclamen) : www.methodes-naturelles.fr.
*Billings* : www.methode-billings-woomb.fr
et www.methode-billings.com
*FertilityCare* : fertilitycare.fr

Renseignements : www.louisetzelie.com || sanctuaire@louisetzelie.com 02 33 26 09 87

TÉMOIGNAGE

# « J'ai arrêté de me plaindre tout le temps »

**Thérèse Luisier, professeur des écoles et mère de famille, a décidé de suivre un programme qui suggère de remplacer la lamentation par la célébration, en 21 jours. Ce défi l'a tellement convaincue qu'elle est devenue ambassadrice certifiée de la méthode « J'arrête de râler », lancée par Christine Lewicki, dont le livre éponyme a été vendu à 300 000 exemplaires. Récit.**

Bru-nO/Pixabay License

« **À un moment bien précis** de mon existence, j'ai réalisé que je subissais davantage ma vie et que je n'étais pas épanouie. J'attendais beaucoup des autres, je criais beaucoup sur mes enfants, je me plaignais de ce que les autres ne faisaient pas pour moi.

Je suis tombée par hasard sur une vidéo de Christine Lewicki, qui est à l'origine du best-seller *J'arrête de râler*. Dans la mouvance du développement personnel, elle propose de passer 21 jours sans râler et de voir ce que cela nous apporte. Je me suis lancée dans le challenge sans réaliser à quel point ma vie allait être chamboulée. Depuis, je suis bien plus heureuse et j'arrive davantage à rendre grâce à Dieu chaque jour !

**Mais concrètement,** comment ai-je vécu ces 21 jours ? Soyons honnête, je ne les ai pas réussis du premier coup, c'eût été trop simple ! Je suis tombée un nombre incalculable de fois mais je sentais au fond de moi que ce serait bon.

Les râleries sont tellement sournoises et lâches, qu'on ne les voit pas venir ! C'est pour cela que Christine Lewicki invite ceux qui veulent se lancer dans l'aventure à mettre un bracelet à leur poignet et de le changer de bras à chaque fois qu'ils râlent : cela aide à une véritable prise de conscience ! Les premiers jours, j'ai vécu ce que Christine appelle la danse du bracelet : ça a commencé dès le petit déjeuner lorsque la tartine d'un de mes enfants est tombée par terre (« *Tu la fais TOUJOURS tomber !* » ). La matinée se passait sereinement jusqu'à LA dispute : « *Vous vous battez ENCORE ! Y'en a MARRE* » (Je vous fais grâce de la suite qui part dans les aigus). Puis, j'ai enchaîné les râleries avec les cris d'êtres affamés et donc pénibles, ceux à qui le menu ne plaisait pas, celui qui se lève de table au milieu du déjeuner... De quoi exploser et avoir envie de se coucher dès midi trente !

**Aujourd'hui, ces journées,** je les aime ! J'arrive à en rire et à relativiser. À force de persévérance, j'ai réussi à supprimer ces râleries concernant mon quotidien qui n'est - si on y réfléchit bien - que la vie ordinaire de nombreuses mères de famille. J'ai eu l'impression d'avoir changé de lunettes pour voir ce qui va, au lieu de ressasser tous les petits couacs de la vie.

J'ai compris qu'il n'y a pas de recettes toutes prêtes pour arrêter de râler mais que la solution est en nous, dans notre attitude, notre façon de communiquer et notre regard face aux événements de la vie.

J'ai ainsi appris à agir lorsqu'une situation me déplait plutôt qu'à me positionner en victime. J'ai envie de râler parce que personne ne rend service ? J'agis d'abord pour ne pas maugréer (parce que nous sommes d'accord, ça ne sert à rien puisque nous sommes obligés de râler à nouveau pour la même situation !) et par la suite, une fois calmée - et sans grognement aucun ! -, je reviendrai sur la situation pour dire ce qui ne me convient pas et trouver une solution ensemble.

**Une des meilleures choses** que j'ai découvertes et qui m'aide désormais quotidiennement, c'est de prendre soin de moi avant de prendre soin des autres : prendre du temps seule pour me ressourcer chaque jour, me respecter en dormant et mangeant suffisamment.

La célébration est une étape primordiale dans le défi. Elle permet d'orienter le regard vers ce qui va, et non plus vers tout ce qui va de travers dans notre quotidien : un beau soleil, de l'eau qui sort de mon robinet, le soleil qui fait sécher mes vêtements, de l'amour autour de moi à donner et à recevoir, un câlin, un sourire dans la rue... Cette étape, en tant que chrétienne, m'a menée naturellement à la louange vers Dieu qui est à l'origine de tout ! »

*Témoignage recueilli par S. P.*

therese.luisier@gmail.com

# Les bonnes nouvelles de l'été

© Facebook.com/quailiberteparis

**ÉCONOMIE** Une étude réalisée par le Boston Consulting Group et diffusée fin juillet révèle que l'économie française, après la plus forte chute européenne durant le confinement, a connu le rebond le plus spectaculaire avec la reprise de l'activité dans le cadre du déconfinement. Cette reprise de l'activité, qui s'est rapprochée des niveaux d'avant la crise sans effacer pour autant la destruction de PIB causée par le confinement, est due à la consommation des ménages, largement soutenue dans certains secteurs par les aides publiques, notamment pour les achats automobiles. Ce rebond reste cependant fragile alors que les craintes de reconfinement partiel se précisent ici et là. Il reste cependant plus fort que les rebonds italien, allemand ou britannique.

**DISCERNEMENT** Les contraintes sanitaires ayant suivi le déconfinement ont conduit à l'annulation de nombreux camps et retraites spirituelles habituellement consacrés au discernement vocationnel. Afin de combler ce vide, Mgr Macaire, archevêque de Saint-Pierre et Fort-de-France, et Mgr Rey, évêque de Fréjus et Toulon, ont lancé durant l'été le programme Melchisédech, site Internet proposant des enseignements envoyés par courriel, des vidéos de formation et un accompagnement par un prêtre à tous les hommes s'interrogeant sur un appel à la vocation sacerdotale et religieuse. Ce temps de formation en ligne a été conclu par une retraite de cinq jours à Toulon ou en Martinique en août.

**SENIORS** Après avoir été interrompue durant le confinement, la présence d'animaux en Ehpad reprend doucement, avec prudence et malgré les difficultés. Ces démarches portées par des associations un peu partout en France, comme AnimalCâlin dans la région d'Albi, sont bénéfiques pour les résidents de ces établissements souvent éprouvés par la solitude ou par la maladie. La présence de ces animaux qu'ils peuvent chérir dans leurs bras est non seulement un réconfort, mais aussi un atout thérapeutique, à tel point que chez certaines personnes âgées la charge médicamenteuse diminue nettement suite à ces rencontres avec des animaux de compagnie.

**RÉINSERTION** L'association Wake up Café, association d'accompagnement à la réinsertion des anciens détenus, fondée en 2014, a ouvert en juillet un restaurant de plein air, *Quai liberté*, sur les bords de Seine dans le 15e arrondissement de Paris *(photo)*. Le restaurant, fondé grâce à d'importants soutiens d'entreprises privées comme Truffaut, Vinci ou Bouygues Bâtiment, accueille dans son personnel plusieurs anciens détenus en réinsertion, recrutés avec soin. Le restaurant connaît pour l'instant un grand succès et s'est doté début août d'une péniche pour continuer son service durant l'hiver. Avec ses différentes initiatives dans le même esprit, Wake up Café, fondé par Clotilde Gilbert, connaît chez ses membres anciens détenus un taux de récidive de 7 %, contre 60 % en moyenne en France aujourd'hui.

**JEUNES** Les moins de 25 ans constituent la population d'actifs la plus touchée par la crise économique consécutive à la pandémie de coronavirus de ce printemps. C'est pourquoi le président Macron et son premier ministre Jean Castex ont pris plusieurs mesures de soutien pour la rentrée scolaire 2020. Ainsi, les salaires des travailleurs de moins de 25 ans, jusqu'à un plafond d'1,6 SMIC, seront exonérés de charges. L'allocation de rentrée scolaire, de son côté, a été revalorisée de 100 euros en moyenne. Enfin, pour les étudiants boursiers, les repas en restaurants universitaires seront facturés à 1 euro, au lieu de 3,30 euros durant l'année étudiante précédente.

**HANDICAP** Début juillet, à Lorient, dans le Morbihan, a ouvert *Le Mesclun*, restaurant employant des personnels handicapés et non handicapés, à l'image par exemple des Cafés Joyeux développés à Rennes, Paris et Bordeaux. *Le Mesclun* emploie ainsi trois serveurs et un commis de cuisine handicapés, aux côtés du chef Henriette Luong, du patron du restaurant et d'un commis non handicapé. Le succès est au rendez-vous, avec une forte affluence dès l'ouverture.

**ÉGLISE** En juin, la Conférence des évêques de France réunie en assemblée plénière a approuvé l'ouverture de la cause en béatification d'Anne-Gabrielle Caron, fillette morte d'un cancer à l'âge de 8 ans, en 2010. Proche de tous, héroïque dans sa maladie, Anne-Gabrielle Caron est morte en odeur de sainteté, offrant ses souffrances au Christ rédempteur. Depuis lors, sa réputation n'a cessé de croître et une neuvaine pour son intercession a été diffusée à 120 000 exemplaires dans le monde. Mgr Rey, évêque de Fréjus et Toulon, diocèse dont la Servante de Dieu était originaire, a reçu de Rome le *nihil obstat* permettant d'ouvrir la cause. L'évêque fait de cette petite fille un modèle de sainteté pour accompagner et soutenir tous les enfants malades.

**ÉCOLOGIE** Les ventes de vêtements de seconde main dans les friperies connaissent une croissance nettement plus rapide que celles des vêtements neufs depuis plusieurs années. Cette tendance s'est accrue encore depuis le déconfinement, tant par souci d'économie que par prise de conscience écologique, comme le relate un reportage de LCI. L'engouement pour ce nouveau marché est tel qu'au-delà des traditionnels magasins de vêtements d'occasion, certaines grandes enseignes se sont lancées dans ce marché avec le soutien d'entreprises spécialisées. Les sites de revente de vêtements, tels que Vinted, sont également en forte croissance.

**UNIVERSITÉ** Publiée en août, la 18e édition du classement de Shanghai fait apparaître pour la première fois une université française parmi les 15 premières au monde. Dans ce classement habituellement occupé massivement par les universités américaines et britanniques, l'université Paris-Saclay, regroupement de plusieurs grandes institutions comme Centrale Supélec et Agro Paris Tech s'est ainsi taillé la 14e place. Le classement regroupe des milliers d'universités dans le monde. D'une manière générale, les universités françaises y ont progressé, fruit de l'intense politique de regroupements menée ces dernières années et de l'augmentation des crédits accordés à l'enseignement supérieur et la recherche.

**RESTAURATION** Fondée en 2019 et actuellement en développement suite à une campagne de financement participatif couronnée de succès durant l'été 2020, l'entreprise Res&Co, dirigée par une jeune entrepreneure, s'engage contre le gaspillage alimentaire dans la restauration. Les utilisateurs du site Internet ou de l'application mobile de Res&Co peuvent, par ce biais, réserver un repas surprise dans l'un des restaurants partenaires. Le restaurateur proposera des plats à prix réduits, cuisinés à partir des produits invendus. À l'issue du repas, les clients, s'ils n'ont pas terminé, peuvent emporter leurs restes dans un *doggy bag*.

*Gabriel Privat*

# Renforcer la sécurité affective de son enfant

Flora Westbrook/Pexels.com CC

**Des événements avant ou après la naissance provoquent parfois chez le bébé, qui n'interprète ceux-ci qu'à l'aune de sa conscience d'amour, un sentiment de peur ou d'abandon. Des paroles peuvent y remédier.**

**Une échographie alarmante,** un deuil pendant la grossesse, un accouchement très rapide, une séparation non préparée avec l'enfant... Ces événements, bien souvent subis par les parents, ont un impact sur la sécurité affective de l'enfant. En effet, selon Véronique Lemoine Cordier, psychologue, et Agnès Daubricourt, graphologue, dans leur livre *Je rassure mon tout-petit* (Quasar), le jeune enfant analyse les événements principalement selon sa « *conscience d'amour* », une sorte de thermomètre qui lui dit s'il est aimé ou non. Ainsi, sentir sa mère fatiguée et peu patiente peut être vécu comme un manque d'affection, alors que la mère aime pourtant son enfant ; d'où l'importance de rassurer celui-ci – avec des mots simples et si possible des formulations affirmatives plutôt que négatives. Ce n'est que vers 7 ans, avec la maturation de son cerveau, que l'enfant active également sa « *conscience de raison* ».

**Ainsi, si la grossesse n'a pas été désirée,** le bébé peut traduire le désarroi voire le rejet de ses parents, ressentis *in utero*, par : « *C'est de ma faute et on ne m'aime pas* ». Les parents, une fois qu'ils ont pu accepter la venue de ce bébé surprise, peuvent dire au tout-petit caché dans le ventre de la maman qu'ils n'avaient pas le projet d'avoir un petit bébé à ce moment et qu'ils ont été surpris et inquiets : « *Toi, tu as senti toutes ces contrariétés et tu crois que c'est à cause de toi qu'il n'y a pas d'amour pour toi à ce moment-là. En fait, tu n'y es pour rien, ce n'est pas du tout de ta faute. (...) Malgré toutes nos inquiétudes et nos contrariétés, c'est une magnifique surprise et notre amour pour toi est déjà là, même si tu ne peux pas en sentir encore tous les signes.* » L'amour, même quand il n'est pas encore ressenti par les parents, est en germe, un peu comme le soleil derrière les nuages. « *Le plus important n'est pas d'avoir été désiré mais d'avoir été aimé : c'est la grossesse et non l'enfant, qu'on ne souhaitait pas !* », souligne Véronique Lemoine Cordier. Notons que les paroles d'explication et de réconfort peuvent être prononcées au moment des faits, mais aussi plus tard et être fructueuses même des années après.

Dans le cas d'un diagnostic de maladie annoncé lors d'une échographie (trisomie, retard de croissance, malformation...) – il arrive d'ailleurs que la pathologie ne soit pas avérée –, le bébé peut ressentir également l'inquiétude de ses parents. Là encore, exprimer celle-ci au tout-petit puis le rassurer est important : « *Nous ferons ce qu'il faut pour savoir ce qu'il en est et te permettre de continuer à grandir de la meilleure façon possible, dans les meilleures conditions.* »

**Un cas assez fréquent** est celui de la grossesse qui suit une fausse couche *(lire aussi Zélie n°21, « Fausse couche : traverser le deuil »)*. L'enfant sent qu'il y a eu, dans le ventre de sa maman, une vie avant la sienne qui n'a pas pu aller à son terme ; comme il ne peut pas savoir pourquoi il y a eu cette mort avant lui, des sentiments d'indignité et de culpabilité peuvent apparaître en lui. Les auteurs de *Je rassure mon bébé* racontent la réaction d'un enfant vu en consultation de psychologue : « *Un petit garçon à qui on explique ce qui s'est passé avant lui dans le corps de sa maman, répond du tac au tac : « Ah c'est pour ça que je rêve tous les soirs que je tombe dans un cercueil ! »* » La maman peut raconter au bébé qui arrive après une fausse couche ce qu'il s'est passé avant lui, et dire notamment : « *Tu n'es pas chargé de le remplacer. Toi, tu as le droit de continuer à grandir même si tu as senti que ce bébé n'a pas pu continuer à grandir. Ce bébé était unique et irremplaçable et toi aussi, tu es unique et irremplaçable.* »

Même si elle ne veut pas s'attacher, craignant une nouvelle fausse couche, la mère peut dire que même si elle n'arrive pas à lui donner des signes d'amour, l'amour est bien là. Sinon, l'enfant pourrait ressentir une « blessure du néant » : la sensation de ne pas exister et donc de ne pas être aimé. Là encore, poser des mots peut être salvateur.

**Concernant la naissance,** un accouchement rapide – de moins de 6 heures –, ou par césarienne programmée, peut être brutal et déstabilisant pour l'enfant, puisqu'il passe en peu de temps d'un milieu chaud et sombre à un milieu plus froid et lumineux, où il doit respirer… Par la suite, dans sa vie, il peut se montrer intolérant au changement. Lui raconter sa naissance peut le libérer : « *Quand on est un petit bébé et que tout change brutalement, on peut se sentir perdu comme si on croyait qu'on allait mourir. Tout ça est complètement fini, ça ne recommencera plus jamais et même si ça a été très désagréable, ça n'a pas été dangereux – la preuve : ta vie a très bien continué depuis ta naissance* ».

Par la suite, dans les séparations, pour une soirée – ou même 5 minutes –, un week-end ou la reprise du travail, il est important de prévenir le bébé avant : « *Je vais revenir à tel moment. Pendant que tu es avec telle personne, je continue à t'aimer. Tu es en sécurité, tout va bien se passer, tu as le droit de trouver ça inconfortable et désagréable mais ce n'est pas dangereux.* »

L'enfant absorbe parfois également les angoisses de ses parents, d'où la nécessité de parler de ce qui appartient à ceux-ci et qu'il n'est pas obligé de porter. Le livre cite le cas de Zoé, 7 ans, ayant d'importants problèmes d'endormissement et de réveils nocturnes. « *Au troisième entretien avec la psychologue, la maman exprime que l'évocation de la naissance de sa fille a réactivé les souvenirs de sa propre naissance et qu'elle a réalisé toute l'angoisse d'abandon ressentie du fait de son adoption. En expliquant à Zoé tout cela et en lui donnant « l'autorisation » de ne pas porter l'angoisse de séparation de sa mère (chose qu'elle allait régler elle-même), la fillette a pu retrouver un sommeil apaisé.* »

**Expérimentées avec de jeunes patients,** ces paroles sécurisantes et libératrices peuvent aider dans de nombreux cas – stress pendant la grossesse, prématurité, soins douloureux, baby-blues, déménagement… –, non pour culpabiliser les parents, mais pour aider l'enfant à grandir.

Hormis un passage du livre où il est conseillé de laisser le bébé pleurer le soir après l'avoir rassuré sur sa sécurité – alors qu'un enfant de cet âge en train de continuer de pleurer n'a pas la maturité cérébrale pour réellement s'apaiser tout seul, comme l'ont montré les neurosciences –, les pertinents conseils évoqués dans *Je rassure mon bébé* peuvent permettre de mettre des mots sur les événements et ainsi les classer dans le passé, pour qu'ils ne hantent pas le présent… ni l'avenir.

*Solange Pinilla*

TRAVAILLER DEHORS (2/5)

# Lidwine, protectrice des abeilles

**Lidwine Debauche** s'est toujours sentie proche de la nature. Née dans la région montagneuse de Grenoble, elle a fait du scoutisme et aimé les activités à l'air libre. Le fait qu'une partie de sa famille possède une ferme en Picardie n'est sans doute pas étranger au choix d'entrer à l'ESA (École supérieure d'agricultures), à Angers. « *Au cours de mes études, je me suis « convertie » à l'agroécologie* », raconte Lidwine. « *Je pense que c'est un cadeau du Bon Dieu à la société d'aujourd'hui !* » Ce changement de regard s'est fait à travers des rencontres, mais aussi des stages : « *Celui que j'ai effectué dans un verger corse qui pratiquait une agriculture très intensive m'a montré ce que je ne veux pas faire ! À l'inverse, j'ai été conquise par les pratiques d'un éleveur bio.* »

**En 2017, Lidwine postule** à une offre pour travailler chez Bee Friendly – en français, « ami des abeilles » – et y est embauchée. Il s'agit d'une petite association qui délivre un label aux agriculteurs et aux entreprises favorisant la survie des abeilles et autres pollinisateurs. En effet, « *l'abeille est un bon indicateur de la qualité d'un milieu, et donc un moyen d'arriver à l'écologie* », explique la jeune femme. Ce sont les abeilles qui butinent pollen et nectar et permettent la pollinisation et donc la fructification des végétaux. « *80 % des plantes à fleurs fructifient grâce aux insectes et 35 % de nos ressources alimentaires mondiales dépendent d'eux ! Les abeilles permettent également aux fleurs de se reproduire.* »

Ces vingt dernières années, la mortalité des abeilles a fortement augmenté et la production de miel a chuté de moitié en France. En cause :

© Coll. particulière

les pesticides utilisés en agriculture, les maladies et les parasites, ainsi que le manque de ressources. « *Si les abeilles domestiques peuvent butiner jusqu'à 3 km de leur ruche, les abeilles sauvages ne vont qu'à 300 mètres de leur terrier ; il faut donc qu'il y ait des fleurs pour qu'elles survivent.* »

**Le travail de Lidwine** dans l'association Bee Friendly, en tant que chargée de mission technique, est de rencontrer les agriculteurs pour discuter avec eux, à partir d'un cahier des charges de bonnes pratiques en vue la survie des abeilles. « *Nous voyons ensemble les éléments qu'ils pourraient travailler, et je les mets en contact avec des apiculteurs et des entomologistes.* » La jeune femme anime aussi un comité de labellisation d'une quinzaine de personnes, qui vont accorder le label « Bee Friendly », à partir d'un rapport d'audit réalisé par un organisme indépendant. Depuis sa création en 2016, ce label a déjà été obtenu par 1500 agriculteurs.

Chaque semaine, Lidwine quitte le siège de l'association, situé dans les locaux d'un syndicat apicole à Saint-Mandé en banlieue parisienne, pour aller à la rencontre des agriculteurs. « *Avant-hier, j'étais chez un producteur de noix près de Grenoble, et j'ai pu mieux comprendre comment ces agriculteurs produisent et vendent. J'aime aller sur le terrain et comprendre comment fonctionnent les territoires.* » Il arrive même que ces paysans l'invitent à rester pour le repas.

Lidwine rencontre également des grands groupes industriels et des distributeurs, tels que Monoprix, dont le service Achats a financé des groupes de travail avec des agriculteurs pour favoriser l'agroécologie.

Travailler dans une association plutôt qu'une entreprise a un sens particulier pour la jeune femme : « *On fait ce travail parce qu'on y croit, pas pour de l'argent. On est avant tout dans la relation.* » Le respect de la Création est central pour Lidwine : « *C'est suivre l'inspiration de l'Esprit-Saint que de m'engager dans cette voie-là. Je prie pour les agriculteurs que je rencontre, pour qu'ils vivent cette conversion du cœur et que soit semée en eux cette étincelle de changement !* »

**Et nous,** à notre mesure, que pouvons-nous faire ? D'abord, « *acheter des produits Bee Friendly bien sûr !* ». Et un conseil pour attirer les abeilles dans son jardin : « *Ne tondez pas à ras ! Oubliez l'image de la pelouse hyper-maîtrisée et laissez l'herbe monter à fleur et à graine pour que les abeilles puissent butiner…* »

*Élise Tablé*

# Être médiatrice en entreprise

Christina Morillo/Pexels.com CC

**Les causes de conflits au travail peuvent être nombreuses : que ce soit entre collègues, entre équipes, ou entre entreprises. La médiation est un outil managérial possible pour trouver une solution. Elle requiert le libre consentement des parties qui vont chercher à résoudre leur différend à l'aide d'un tiers, neutre, indépendant et impartial qu'est le médiateur. Entretien avec Patricia Malboc, présidente de Planet'Mediation, médiatrice et formatrice.**

**Quels sont les principaux types de situations que vous rencontrez ?**

J'interviens à la fois en entreprise à la demande des dirigeants pour des conflits entre salariés, entre salariés et managers, entre dirigeants entre eux ou alors entre entreprises pour des conflits avec les sous-traitants, les fournisseurs, et aussi entre associés.

Concernant les conflits internes, j'ai ainsi aidé à trouver une solution aux différends entre trois organisations syndicales dans une entreprise. Ce conflit qui dure depuis plusieurs années, outre la mauvaise ambiance et la constitution de clans au sein du Comité d'entreprise (CE), empêche d'aborder les problèmes et bloque les négociations dans le cadre du CE. Tout un travail d'approche et d'écoute pour qu'enfin, ils acceptent de se retrouver en séance plénière pour tout mettre à plat et dialoguer.

Autre situation : suite à une fusion mal préparée et mal informée, des conflits se sont déclarés entre les salariés de la société absorbante et de la société absorbée. Il a fallu faire tout un travail pédagogique pour aider chacun et chacune à travailler ensemble et en symbiose.

Les conflits peuvent être aussi externes : par exemple entre fournisseurs, sous-traitants et clients au sujet du non règlement de factures, notamment dans le BTP suite à la facturation de travaux non prévus, mais rendus indispensables pour pouvoir achever le chantier. J'ai rencontré les différentes personnes pour comprendre la problématique, les enjeux et aider les parties à trouver un terrain d'entente en tenant compte des besoins de chaque partie.

On peut également rencontrer des conflits entre associés qui n'ont pas la même vision de l'évolution de leur société. Là encore, il est important d'essayer de comprendre ce qui se joue, de croiser les ressentis de chacun pour amener les associés à trouver une solution qui les satisfasse chacun.

**Comment parvenez-vous à dénouer des situations apparemment bloquées ?**

Tout d'abord, avant de choisir une stratégie pour sortir du blocage, j'essaye de comprendre ce qui bloque et pourquoi ça bloque. Après je décide, je peux faire un caucus *(une réunion à huis clos, ndlr)* ou une pause. La pause permet aux personnes de bouger et cela bouge les énergies. Caucus et pause sont deux outils que j'utilise en cas de blocage. Je peux aussi modifier ma stratégie de départ, tout dépend du conflit et des médiés. J'agis au cas par cas. Aucune médiation ne se ressemble. Il est donc très difficile de généraliser.

**Qu'elle aboutisse ou non à un accord, que vos clients tirent-ils de cette expérience ?**

Je fais toujours un *feedback* à la fin de la médiation et ensuite un questionnaire quinze jours après. Ce que je constate, c'est une libération pour les gens, la médiation les a secoués et il y a très souvent une prise de conscience. En général, ils sont satisfaits d'avoir été écoutés et entendus.

*Propos recueillis par Laure Gristi*

# La messe, chemin vers Dieu

P. Deliss/Godong

**Mieux connaître les origines et l'histoire de la liturgie de la messe, notamment dans son enracinement dans l'Ancien Testament, permet d'éclairer notre compréhension du sacrifice eucharistique. Et ainsi de participer d'une manière plus active et consciente à notre rendez-vous avec le Seigneur.**

**On pourrait penser** que l'histoire de la messe commence au moment de la Cène de Jésus-Christ, le Jeudi saint à Jérusalem. En réalité, il faut remonter beaucoup plus loin, dans l'Ancien Testament ; car la messe n'est autre que la continuité et l'accomplissement des rites juifs.

Et l'on peut aller encore en amont, comme le souligne le cardinal Ratzinger – aujourd'hui pape émérite Benoît XVI – dans son célèbre ouvrage *L'esprit de la liturgie* (réédité par Artège) : « *Marqué par la conscience de la chute et de l'aliénation de l'être humain, le culte se présente nécessairement comme une recherche d'expiation, de pardon et de réconciliation.* » Certaines civilisations pratiquaient les sacrifices humains parce qu'elles pensaient – à tort – que c'est ce qu'elles avaient de meilleur à offrir à la divinité.

Avec Israël, le sacrifice s'est basé sur l'idée de substitution, en sacrifiant des animaux ; ceci est notamment détaillé dans le livre du Lévitique, où le Seigneur explique lui-même avec précision le détail des holocaustes – c'est-à-dire les sacrifices où la victime est consumée par le feu. Le cardinal Ratzinger cite deux événements qui fondent le sacrifice de substitution : le sacrifice d'Isaac où un bélier remplace finalement le fils d'Abraham, et le sacrifice de l'agneau pascal, qui épargne à Israël la mort de ses premiers-nés.

Le sang est alors le signe de l'Alliance entre Dieu et les hommes, comme le souligne le Père Jean-Baptiste Nadler dans *Les racines juives de la messe* (éditions Emmanuel-éditions Transmettre), car les liens du sang sont indissolubles : « *Voilà pourquoi, lorsque le peuple d'Israël veut renouveler son adhésion à l'Alliance de Dieu, il sacrifice un animal, en recueille le sang et en répand une partie sur le sommet de l'Arche d'alliance, symbole du trône de Dieu, et une autre partie sur le peuple réuni en assemblée liturgique, établissant ainsi une « consanguinité » entre Dieu et Israël* ». Cela éclaire la notion de sacrifice sanglant, si étrangère à notre société contemporaine occidentale.

**Peu à peu,** le sacrifice d'animaux est remis en question, comme dans la parole d'Osée : « *Car c'est l'amour que je veux, non les sacrifices, la connaissance de Dieu, non les holocaustes* » (Os 6, 6). Jésus lui-même le dira : « *C'est la miséricorde que je désire, et non le sacrifice* » (Mt 9, 13). Le Christ annonce ensuite que ces sacrifices sont révolus, car le Temple, c'est son corps vivant : « *Détruisez ce sanctuaire ; en trois jours je le relèverai* », l'évangéliste Jean ajoutant : « *Mais lui parlait du sanctuaire de son corps* » (Jn 2, 21), évoquant ainsi la Résurrection.

L'auteur de *L'esprit de la liturgie* relie l'instant de la mort de Jésus où le rideau du Temple de Jérusalem se déchire de haut en bas, avec la fin de la fonction du Temple, qui n'est plus le lieu de la présence de Dieu.

Catherine Leblanc/Godong

> Le Christ est le grand prêtre des biens à venir.
> *Lettre aux Hébreux*

« *Le culte hébreu, qui faisait usage de substituts pour signifier une réalité, s'achève au moment où le véritable culte est rendu en réalité* », affirme-t-il.

Jésus est à la fois le le temple, le prêtre et la victime offerte à son Père en sacrifice d'action de grâce – c'est la signification du mot « Eucharistie ». Pour le rachat de nos péchés, ce sacrifice a eu lieu une fois pour toutes lors de la Passion et de la Résurrection du Seigneur, mais son actualité se manifeste lors de chaque messe.

**Même si le culte rendu au Temple de Jérusalem** dans l'Ancien Testament est révolu, ces rites ont inspiré l'élaboration de la liturgie chrétienne, tout comme le culte synagogal. Comme l'explique le Père Jean-Baptiste Nadler, les premiers chrétiens étaient juifs, ainsi qu'on le voit dans les Actes des apôtres où les premiers disciples se rendent à la synagogue (13, 14), ou quand l'un d'eux est un lévite (Ac 4, 36). « *Les premiers chrétiens n'ont pas créé leur liturgie* ex nihilo. *Ils ont progressivement transformé de l'intérieur leur manière juive de prier.* »

Notons ici avec le Père Nadler que « *le sacerdoce chrétien se pense encore aujourd'hui en référence à celui des ministres du Temple* » ; en effet, la prière consécratoire lors de l'ordination d'un évêque mentionne la fonction de grand-prêtre ; un « prêtre » porte le nom déjà usité dans l'ancienne Alliance ; enfin la prière de consécration du diacre évoque les fils de la tribu de Lévi, les lévites. Cependant, avec la venue du Messie, c'est tout le peuple de Dieu qui participe – pour la plupart de façon non ministérielle – à ces fonctions du Christ : prêtre, prophète et roi.

Jésus affirme : « *Je ne suis pas venu abolir, mais accomplir* » (Mt 5, 17). Or, l'adage latin « *lex orandi, lex credendi* » souligne que la prière est la règle – ou l'expression – de la foi ; dès lors, « *Jésus le Messie, menant la foi juive à sa perfection, va ainsi mener la liturgie juive à son plein accomplissement.* »

Il est le Messie attendu, et cela se manifeste notamment lors du dernier repas avec ses disciples : alors que ce repas doit être celui où l'on sert l'agneau sacrifié au Temple, l'agneau manque. C'est Jésus lui-même qui est l'Agneau, celui qui sera offert le lendemain sur le Golgotha. Il est la victime offerte, mais aussi le « *grand prêtre des biens à venir* » (He 9, 11).

On retrouve le thème de l'identité entre la liturgie terrestre et la liturgie céleste dans le livre de l'Apocalypse, où, toujours selon le Père Nadler, « *le culte rendu à Dieu dans le ciel est décrit avec les objets de la liturgie de l'Église primitive, elle-même reprenant certains éléments de la liturgie du Temple de Jérusalem* ». Ainsi : « *Et j'ai vu, entre le Trône, les quatre Vivants et les Anciens, un Agneau debout, comme égorgé* » (Ap 5, 6), qui représente Jésus mort puis ressuscité. On y retrouve des éléments tels que sept torches enflammées rappellent la *menora* – chandelier à sept branches (à ne pas confondre avec la *hanoukkia*, chandelier à neuf branches dans les synagogues) –, l'encensoir ou encore douze pierres semi-précieuses qui s'apparentent à celles du pectoral du grand-prêtre.

**La vie liturgique juive** se déroule dans trois lieux principaux : le Temple de Jérusalem, la synagogue et la maison. Évoquons d'abord le Temple : celui-ci fut détruit une première fois vers 950 avant Jésus-Christ par les troupes de Nabuchodonosor, puis une seconde fois en l'an 70 de notre ère par la XX^e^ légion romaine de Titus. Jésus a beaucoup fréquenté ce Temple. Cependant, les rites de ce lieu ont majoritairement disparu, ce qui explique, selon le Père Nadler, que leur influence a été en grande partie oubliée.

Dans le Temple, on sacrifiait des animaux, mais on offrait également des pains, des gâteaux, de l'huile, du vin ou de l'encens. On y trouvait l'autel des sacrifices, l'autel de l'encens, la *menora*, la table des pains – représentant l'offrande des douze tribus d'Israël -, et, dans le « Saint des Saints » au-delà du rideau, le propitiatoire de l'Arche d'Alliance, une sorte de couvercle qui symbolise l'emplacement du trône divin.

## FAIRE DIRE UNE MESSE

**Lors de la prière eucharistique,** le prêtre cite les intentions qui lui sont confiées : pour un défunt, une personne vivante, ou encore en action de grâce pour un anniversaire de mariage par exemple. Réaliser une offrande pour faire dire une messe permet de participer aux frais du culte et de faire vivre l'Église et les prêtres, qui ont renoncé à une carrière rémunératrice ; l'offrande – autour de 18 euros en France – n'est donc pas le « prix » à payer pour la messe, puisque c'est Jésus qui s'offre lui-même tout entier. Cela rappelle cependant l'Ancien Testament, puis que dans le Temple, les fidèles apportaient aussi des offrandes ; par exemple, lors de la Présentation de Jésus, ses parents « *venaient aussi offrir le sacrifice prescrit par la loi du Seigneur : un couple de tourterelles ou deux petites colombes* » (Luc 2, 24).

On peut même faire célébrer trente messes pour le salut de l'âme d'un défunt ; c'est ce qu'on appelle un « trentain grégorien », du nom de saint Grégoire le Grand qui fit dire des messes pour un moine de son monastère, qui lui apparut le trentième jour en lui annonçant qu'il était désormais en paix. *S. P.*

## LES RITES
### dans l'Église catholique

P. Deliss/Godong

**Le rite est en quelque sorte,** selon le cardinal Ratzinger dans *L'esprit de la liturgie*, la « mise en règles » de la louange à Dieu.

Le canon du concile de Nicée, en 325, fait référence à trois primaties unies au pape : Rome, Alexandrie et Antioche ; auxquelles va s'ajouter un autre centre de la vie ecclésiale, Byzance. Antioche, alors capitale de la Syrie, a donné naissance à plusieurs rites distincts : rite syro-malankar (toujours en vigueur en Inde), rite maronite (au Liban), rite chaldéen (en Irak notamment). La zone d'Alexandrie comprend principalement les rites copte (en Égypte) et éthiopien (en Éthiopie). Byzance a intégré de son côté la tradition d'Antioche, en particulier à travers la liturgie de saint Jean Chrysostome.

**Le cardinal Ratzinger dénombre** trois grands cercles liturgiques en Occident au Moyen-Âge : la liturgie romaine et ses liturgies apparentées, principalement celle de l'Église latine d'Afrique (on trouve aujourd'hui le missel de l'Église du Zaïre) ; en Gaule la liturgie gallicane, à laquelle la liturgie celtique était étroitement apparentée ; et en Espagne la liturgie mozarabe.

La liturgie gallicane se caractérisait par son « *exubérance poétique* », selon le cardinal Ratzinger ; certains de ses éléments survécurent dans le rite romain, puis furent éliminés aux XIXe et XXe siècles dans les efforts pour « *restaurer le rite romain dans sa pureté originelle* ».

Sur la diversité des rites, l'auteur de *L'esprit de la liturgie* souligne que « *l'Église ne prie pas dans une « intemporalité mystique ». Elle prend racine dans l'histoire, dans cet espace-temps auquel Dieu nous rattache, et qui nous relie les uns aux autres en tant que chrétiens.* » Pour autant, la liturgie est « *un don, une réalité non manipulable* », qui « *échappe à l'arbitraire* ».

**Concernant le rite romain** essentiellement utilisé en France aujourd'hui – les rites lyonnais ou encore dominicain, datant du Moyen Âge, sont peu usités –, les messes sont célébrées principalement selon deux missels :

• Le missel romain de 1962 *(photo)*, promulgué par le pape Jean XXIII, est une nouvelle version du missel publié par le pape Pie V en 1570 suite au Concile de Trente – d'où le nom parfois donné de « messe tridentine ». Dans son motu proprio *Summorum pontificum* de 2007, le pape Benoît XVI permet de célébrer ce missel suivant son édition « *jamais abrogée* », en tant que « *forme extraordinaire de la liturgie de l'Église* ».

• Le missel romain de l'édition de 1970, publié par Paul VI, fait suite à la réforme liturgique évoquée dans *Sacrosanctum concilium*, constitution apostolique promulguée par le concile Vatican II.

**La différence entre ces deux missels** est une question distincte de celle du latin ou du français ; ainsi, on peut dire la messe selon le missel de 1970 en latin ou en français (même si dans la majorité des paroisses, il est principalement dit en français).

Il est possible de concélébrer dans les deux formes du rite. Célébrer *ad orientem* (tourné vers l'Orient et non vers l'assemblée) n'est pas particulièrement lié au missel de 1962. Selon le cardinal Ratzinger dans *L'esprit de la liturgie*, la prière vers l'Orient est essentielle à la liturgie.

Quelle que soit la forme de l'unique rite romain et quel que soit le rite catholique choisi, la messe en sa réalité profonde est toujours la même.

*S. P.*

Dans l'église chrétienne, on retrouve l'autel, lieu du sacrifice du Corps et du Sang du Christ, qui résume les lieux d'offrandes qui se trouvaient dans le Temple de Jérusalem : autel des sacrifices où le sang est répandu, table des douze pains, autel de l'encens, propitiatoire. « *L'autel est le nouveau point focal de la liturgie*, affirme le cardinal Ratzinger. *L'Eucharistie nous donne accès la la liturgie céleste.* »

Sur l'autel d'une église ou à proximité, il y a une croix entourée de six cierges par exemple *(en photo page précédente, à la basilique Saint Pierre de Rome)* ; ces éléments rappellent la *menora* du Temple, évocation de l'arbre du jardin d'Eden et du buisson ardent – présence de Dieu –, qui devient avec le Christ l'arbre de vie et l'accomplissement de la Création ; d'ailleurs, les chrétiens d'Orient mettent parfois une *menora* sur l'autel. Enfin, le tabernacle, qui signifie « tente » en latin, lieu de la présence du Seigneur sous le voile de l'hostie consacrée, a parfois été réalisé dans une forme rappelant le Temple de Jérusalem : entouré de deux colonnes et de

Philippe Lissac/Godong

deux anges adorateurs, avec un voile qui rappelle celui du Temple ; à côté de lui brille une lumière perpétuelle, évoquant celle du *ner tamid* devant l'arche ou dans la synagogue – une lampe brille dans cette dernière en signe de respect pour la présence de la Torah. Dans le missel romain de 1962 *(voir encadré page précédente)*, le prêtre prononce d'ailleurs cette prière : « *Enlève tous nos péchés, Seigneur, nous t'en prions, afin que nous puissions entrer avec un cœur purifié dans le Saint des Saints* » (« *Aufer a nobis, quaesumus, Domine, iniquitates nostras : ut ad Sancta sanctorum puris mereamur mentibus introire* »).

**L'accomplissement de la liturgie du Temple** se retrouve également dans les vêtements liturgiques chrétiens. Ainsi, l'aube blanche, qui peut être serrée autour de la taille au moyen d'une ceinture ou d'un cordon, traditionnellement en lin, provient du Temple où prêtres et lévites étaient habillés de tuniques et de ceintures de lin (Ex 39, 27-28). L'Apocalypse évoque le dépassement de ce rite : « *Ils ont lavé leurs robes, ils les ont blanchies par le sang de l'Agneau* » (Ap 7, 14). Avec le Christ, la signification du vêtement du prêtre évolue : « *En revêtant l'habit liturgique pour célébrer la sainte Messe, le prêtre manifeste qu'il va agir non de lui-même, mais dans la personne du Christ* », rappelle le cardinal Ratzinger.

Si la chasuble provient de l'*éphod* du grand-prêtre juif dans le Temple, comme l'a affirmé le pape François dans son homélie de la messe chrismale du 28 mars 2013, et si la mitre des évêques a pour origine la coiffe du grand-prêtre du Temple, comme le suggère le Père Nadler, la dalmatique, elle, est héritée de la tradition byzantine, plus tardive que celle des juifs. Ce manteau à manches porté par les diacres était le vêtement liturgique des diacres de Rome, puis il a été utilisé dans les lieux où le rite latin était célébré. De même, les processions d'entrée de la messe s'inspirent de la tradition de l'Empire romain, car avec l'édit de Milan de 313, la liturgie chrétienne a pu se déployer au grand jour.

**Certains éléments de la liturgie chrétienne** trouvent aussi leur source dans la liturgie de la synagogue. En effet, après la première destruction du Temple, le peuple d'Israël honore Dieu dans ce lieu nouveau qu'est la synagogue. Le culte qui s'y déroule se poursuit après la reconstruction du Temple, puis après sa destruction en 70. L'architecture des églises chrétiennes est ainsi en partie inspirée de celle des synagogues, elles-mêmes construites en référence au Temple. Bien sûr, des différences importances montrent que « *l'église est le temple d'un culte nouveau* », comme le souligne le Père Nadler. Si la synagogue est orientée vers Jérusalem – et plus précisément vers l'esplanade du Temple –, une église est orientée, c'est-à-dire tournée vers l'Orient, là où le soleil se lève, symbole du Christ ressuscité. Seules des raisons topographiques, comme à la basilique Saint-Pierre de Rome, peuvent empêcher cette orientation.

Dans une église, nous trouvons souvent au fond un baptistère, lieu de célébration du sacrement de baptême, et qui se trouvait autrefois à l'extérieur, dans un édifice à part. Cet élément s'inspire du *miqve*, lieu d'immersion à proximité des synagogues, avec des marches pour descendre dans l'eau et d'autres pour remonter. « *Les premiers baptistères chrétiens furent construits sur le même modèle, avec la double volée de marches* », raconte l'auteur des *Racines juives de la messe*.

Le sanctuaire de l'église chrétienne est séparé de la nef des fidèles, comme sont distincts dans la synagogue le lieu de la proclamation de la Parole de Dieu et le lieu de l'assemblée, hommes et femmes séparés – ce qui n'est pas le cas des églises chrétiennes. Dans le chœur de l'église, on trouve l'ambon qui rappelle la *teva* de la synagogue, meuble plat sur lequel on pose et déroule les rouleaux de la Torah. En effet, le culte synagogal est principalement composé de la lecture solennelle de la Torah et de la louange des psaumes. Lors de l'office du samedi matin, *shaharit le-shabbat*, on ouvre l'arche sainte – une sorte d'armoire murale – qui contient les rouleaux de la

## UNE NOUVELLE TRADUCTION
### du missel

**Le 29 novembre 2020,** premier dimanche de l'Avent, entrera en vigueur une nouvelle traduction du missel romain (dans sa forme ordinaire). Il s'agit de la traduction de la *tertia typica*, la troisième édition typique de ce missel, datant de 2002. Au bout de dix-sept ans de travaux, recherches et échanges avec le Saint-Siège, cette traduction a été publiée. Elle est le fruit d'une commission mandatée par les Conférences des évêques des pays de langue française, qui a été composée de trois Français, un Canadien, un Suisse, une Belge et un Belgo-Luxembourgeois.

Parmi les principaux changements de traduction, on trouve la mention, dans le *Credo*, du terme « *consubstantiel* » remplaçant « *de même nature* » ; l'ajout de « *et sœurs* », par exemple dans « *je reconnais devant vous, frères et sœurs* » dans le *Je confesse à Dieu* ; la révision des prières, des préfaces et des dialogues rituels ; ou encore le changement de l'invitation à la communion : « *Heureux les invités au repas des noces de l'Agneau* ». *S. P.*

Giogo/Wikimedia commons CC BY-SA 4.0

> La liturgie est le remerciement adressé par le peuple devenu libre à Dieu.
>
> *Sœur Anne Lécu*

Torah et on en porte le rouleau en procession à travers la synagogue jusqu'à la table de lecture, et on l'embrasse.

Des mots hébreux ont également été conservés dans la liturgie chrétienne : *amen*, *alleluia*, *hosanna*, *sabaoth*. Les mots *Kyrie eleison* et *Christe eleison* sont, quant à eux, grecs.

**Pour résumer,** la première partie de la messe – la liturgie de la Parole – s'inspire directement des rites de la synagogue, tandis que la liturgie eucharistique « *s'enracine davantage dans les rites du Temple, tout en intégrant la tradition des* berakoth, *ces bénédictions propres à la liturgie juive du quotidien où l'on mentionne les innombrables motifs de gratitude que nous avons* » - par exemple une des préfaces du missel romain de 1970 : « *Vraiment, Père très saint, il est juste et bon de te rendre grâce, toujours et en tout lieu, par ton Fils bien-aimé Jésus-Christ : car il est ta Parole vivante, par qui tu as créé toute choses.* »

Il est émouvant de lire dans la *Première apologie de saint Justin*, vers 150, le récit d'une messe de cette époque, auquel le frère bénédictin Jean-Denis Chalufour, le citant dans *La sainte messe*, a ajouté les mots entre parenthèses : « *On lit les mémoires des Apôtres* (le Nouveau testament) *et les écrits des prophètes* (l'Ancien), *autant qu'il y a lieu. Quand le lecteur a fini, celui qui préside prend la parole pour avertir et exhorter à imiter ces beaux enseignements* (homélie). *Ensuite, nous nous levons tous et nous prions ensemble. Et lorsque la prière est terminée, on apporte du pain avec du vin et de l'eau* (l'offertoire). *Celui qui préside adresse semblablement prières et actions de grâces* (le canon), *autant qu'il a la force, et tout le peuple répond par l'acclamation Amen. Alors a lieu la distribution des aliments eucharistiés* (la communion), *et chacun en a sa part ; aux absents, on envoie la leur par les diacres.* »

**Et nous, les fidèles ?** Où en sommes-nous dans la conscience joyeuse de participer à la messe, de nous unir à l'offrande du Seigneur ? Celle-ci nous apporte une pluie de grâces, et de nombreuses personnes témoignent que la messe – le dimanche mais aussi en semaine – leur donne une force particulière. Bien sûr, notre attention est souvent dispersée – notamment pour les parents de jeunes enfants, dont la patience peut être mise à l'épreuve -, mais la prière du cœur est celle de l'offrande de soi tel que l'on est ; elle replace le regard vers ce qui se déroule dans le chœur, en dépit des distractions.

Sœur Anne Lécu, religieuse dominicaine et médecin en prison, propose dans *Ceci est mon corps* (Cerf) d'approfondir ce qui se passe durant la messe du côté du fidèle. Cette intuition lui est venue suite à l'assassinat du Père Jacques Hamel à Saint-Étienne-du-Rouvray le 26 juillet 2016, au cours d'une banale messe de semaine dans une église normande *(photo)*. « *Cette tragédie m'a poursuivie longtemps, car elle m'a fait prendre conscience de l'écart entre l'infinie grandeur de ce qui se passe à chaque eucharistie – fût-ce la plus pauvre en apparence – et une certaine négligence anesthésiée de ma part.* » Sœur Anne Lécu rappelle que « *la liturgie est le remerciement adressé par le peuple devenu libre à Dieu* ». À l'inverse, « *chaque fois qu'elle fait obstacle à la rencontre de Dieu, la liturgie est idolâtre* ».

Proposant un parcours spirituel en trois temps au fil de la messe – « *Incarnatus, Crucifixus, Resurrexit* » -, l'auteur parle de l'invitation du Père qui nous attend les bras grands ouverts ; de la nécessité du pardon (« *Je confesse à Dieu* ») avant l'écoute de la Parole, pour que nos oreilles soient nettoyées ; de l'importance d'invoquer l'Esprit-Saint, pour qu'il vienne habiter la réalité de nos offrandes et associer celles-ci au mystère du Christ crucifié au point d'en faire son corps et son sang ; ou encore de l'envoi final vers notre vie qui doit devenir eucharistique, action de grâce.

Comme le dit à sa manière le récent chant *Nous venons pour célébrer* de Thibault Fromant, compositeur pour le chœur Ad Dei gloriam : « *Nous venons nous rassasier de la Parole de Dieu, de Sa présence en l'Hostie.* »

Alors nous pourrons dire avec Mère Teresa : « *La messe est la nourriture spirituelle qui me soutient et sans laquelle je ne pourrais pas vivre un seul jour ou une seule heure de ma vie.* »

*Solange Pinilla*

## LE MOOC DE LA MESSE

**76% des fidèles** souhaitent approfondir le sens de la messe : c'est ce que rapporte le projet « Le MOOC de la messe ». À partir du 28 septembre 2020, une formation digitale, interactive et gratuite sur le sens de la messe sera disponible en ligne, avec des vidéos, des quizz et des travaux dirigés pendant six semaines. Initié et réalisé par les équipes de Mame et de Magnificat, « le MOOC de la messe » comportera des interventions de Mgr Matthieu Rougé, évêque de Nanterre, du père Gilles Drouin, directeur du pôle Liturgie de l'Institut Catholique de Paris, de prêtres et laïcs de plusieurs diocèses et de communautés différentes, tels que Sœur Marie-Aimée Manchon, des Fraternités monastiques de Jérusalem. *S. P.*

# Colombes et suspenses eucharistiques

Musée du Moyen-Âge - Wikimedia commons

**Saviez-vous que dans nos églises,** le tabernacle n'a pas toujours été présent ? On oublie trop souvent que, comme le plan et l'élévation des édifices, la place de l'autel et les différents objets liturgiques ont eux aussi évolué au cours du temps. Ainsi, le tabernacle est en réalité une innovation du Concile de Trente (1545-1563). Et même, c'est seulement de 1863 que date l'obligation d'un tabernacle sur l'autel ou à proximité, obligation qui ne s'applique toutefois pas dans les anciennes basiliques romaines. Mais alors comment procédait-on auparavant pour conserver les Hosties consacrées et les proposer à la vénération du fidèle ?

**Remontons au Moyen-Âge,** période à laquelle fleurit la suspense eucharistique. Jusqu'au VI^e^ siècle, on ne conservait pas les Saintes Espèces après la messe ; mais cette habitude devient nécessaire sous Charlemagne, avec le développement du sacrement des malades. Naît alors dans toutes les grandes églises de France ce que l'on appelle la suspense eucharistique. En effet, une Hostie consacrée n'appartient-elle pas davantage au Ciel qu'à la terre ? Pourquoi alors ne pas l'élever, la suspendre ? On conçoit donc une sorte de ciboire suspendu au-dessus de l'autel par une chaînette ; une fois par mois, le réceptacle sacré est descendu au moyen d'une manivelle, au son des antiennes telles le *Panis Angelicus*. Merveilleux détails des liturgies anciennes que l'on ignore trop souvent...

Mais l'ingéniosité de nos ancêtres médiévaux ne s'arrête pas là : les orfèvres donnent à ce réceptacle une forme de colombe. Et l'on ne pourrait imaginer une image plus riche de significations : forme du Saint-Esprit dans le Nouveau Testament, la colombe est aussi l'oiseau qui dans la Genèse annonce à Moïse la réapparition de terres émergées, devenant par là même un symbole de paix. Vous avez sûrement déjà croisé de ces pyxides – petites boîtes circulaires à fond plat, possédant un couvercle – en forme de colombe au détour d'une visite de musée, et de fait, de telles colombes eucharistiques sont conservées en très grand nombre. La prochaine fois que vous en voyez, approchez-vous et prenez le temps de détailler du regard la finesse de leur émail champlevé : de la poudre de verre de couleur, verte, bleue ou rouge, subtilement dégradée et fondue dans des alvéoles ménagées dans le cuivre. Cette technique, appelée « *opus lemovicensis* », œuvre de Limoges, était alors considérée comme aussi luxueuse que l'or ou l'argent, bien que moins coûteuse, d'où son développement exemplaire au XIII^e^ siècle. Un couvercle sur le dessus de la pièce cache une petite alvéole où étaient déposées les Hosties, préalablement enveloppées dans du lin pour rappeler le linceul du Christ.

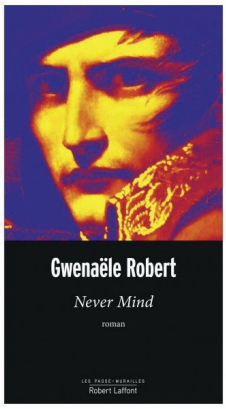
Philippe de Champaigne/Wikimedia commons

**La tradition des colombes eucharistiques** se prolonge jusqu'au XVIII^e^ siècle d'une autre manière : la suspense eucharistique prend la forme d'une petite boîte en verre à la monture ouvragée, surmontée d'un dais miniature. Encore une fois, la suspension des Hosties permet de rappeler que l'intercession de l'Eucharistie est le lien privilégié entre les fidèles et le Ciel. Visible de loin, la suspense eucharistique présente l'avantage d'exposer le Saint Sacrement à la vénération de tous, contrairement au tabernacle fermé, et d'être visible depuis le déambulatoire, alors que les fidèles n'ont pas accès au chœur. C'est ce dispositif que Philippe de Champaigne décrit avec précision dans son tableau *La Vision de sainte Julienne (ci-contre)*, conservé au Barber Institute de Birmingham. Et si presque toutes les suspenses ont disparu de nos jours, un visiteur attentif pourra toujours observer la plus tardive du genre, datant de 1772, à la cathédrale Saint-Paul-Aurélien de Saint-Pol-de-Léon.

*Victoire Houdré, étudiante en histoire de l'art*

# Rentrée littéraire

HISTO-RIQUE

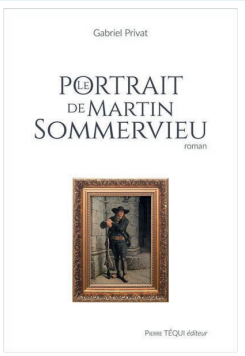



## NEVER MIND – Gwenaële Robert - Robert Laffont

Nous sommes le 3 nivôse de l'an IX, c'est-à-dire le 24 décembre 1800. Rue Saint-Nicaise à Paris, une violente explosion a lieu : un attentat vient d'essayer de tuer Napoléon Bonaparte, Premier Consul. Celui-ci y échappe, mais des personnes meurent dans la déflagration, dont une petite fille tenant une jument. Derrière cette conspiration, un groupe de royalistes, parmi lesquels Joseph de Limoëlan, jeune aristocrate breton. L'image de la mort de cette fillette va le poursuivre longtemps... Après *Le Dernier bain* qui racontait la fin de Marat, Gwenaële Robert revient avec un nouveau roman touffu et élégant, qui adopte le point de vue de différents personnages touchés de près ou de loin par l'attentat de la rue Saint-Nicaise : un baigneur-étuviste, un imprimeur jacobin, Fouché ministre de la police, Laure, une jeune fille amoureuse de Limoëlan... Une période sombre, où « *le monde autorise tout mais ne pardonne rien* », mais où l'on assiste à une patiente rédemption.

*Solange Pinilla*

DIA-LOGUE



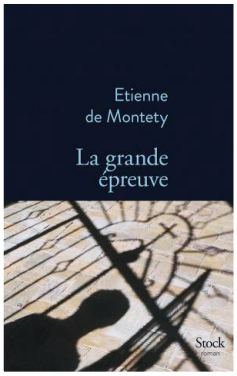

## LE PORTRAIT DE MARTIN SOMMERVIEU

Gabriel Privat - Pierre Téqui éditeur

Deuxième œuvre de fiction de Gabriel Privat, collaborateur de *Zélie*, qui a déjà publié le recueil de nouvelles *De vie, de mort, d'amour*, le roman *Le Portrait de Martin Sommervieu* aborde à nouveau ces thèmes intemporels – et profondément chrétiens – sous un angle à la fois historique et contemporain. Lorsque le chemin de Martin Sommervieu, banquier quarantenaire du XXIe siècle, croise celui de son homonyme chouan, des échos traversent les couloirs du temps, et interpellent sur le sens de l'existence de chacun des personnages. L'auteur navigue avec aisance de l'ambiance d'une comédie de Marivaux au panache combattant du Cyrano de Rostand, entretenant un soupçon de fantastique bien éloigné cependant du *Portrait de Dorian Gray*, tout en revenant avec précision sur les motivations d'un épisode souvent mal connu ou mal compris de la période révolutionnaire : la Chouannerie. On lui pardonne donc un penchant à expliciter les ressorts des actions de ses personnages, tant la lecture demeure agréable et le fond pertinent.

*Dorothée Fournier*

AC-TUEL




## LA GRANDE ÉPREUVE

Étienne de Montety - Stock

Le récit de la mort du Père Tellier tient en quelques pages. La montée vers ce crime constitue l'intrigue du roman. Étienne de Montety observe cinq destins séparés, qui entrent en dialogue avec le dénouement et tracent soixante ans d'histoire de France. Frédéric Nguyen, officier de police efficace des années 1990-2000, petit-fils d'exilé de Saïgon ; le Père Tellier, ancien de la guerre d'Algérie, prêtre de paroisse aiguillonné par le désir de sainteté ; sœur Agnès, fille de la grande bourgeoisie devenue religieuse Servante des pauvres ; David Berteau, enfant d'origine nord-africaine adopté par des Français européens post-modernes, qui se convertira à l'islam de sa mère biologique ; et Hicham Boulaïd, enfant de l'immigration tombé dans la délinquance, puis dans l'islamisme en dépit d'une famille assimilée. Ils nous montrent la fatalité tragique qui devait conduire à ce crime. La grande épreuve est-elle celle des personnages, ou celle dans laquelle est entré le pays ? Un livre à lire.

*Gabriel Privat*

# Camille Allard, pour l'amour de la Création

© Coll. particulière

**Une année pour aller à la rencontre** de la France « Laudato Si » : c'est ce périple que Camille Allard, 23 ans, débute en ce mois de septembre 2020. La jeune femme a à cœur de contribuer à restaurer « *le lien entre foi et écologie* ». En février dernier, elle a lancé « God save the green », un projet sur le net qui a débuté avec un parcours de Carême, et qui propose articles et prières autour de l'écologie intégrale et de *Laudato Si*.

La jeune femme a d'abord travaillé comme institutrice dans l'enseignement hors contrat, métier qu'elle a beaucoup aimé, mais elle a dû arrêter à cause d'une maladie motrice invisible dont elle est atteinte et qui paralyse ses jambes régulièrement. Elle a alors commencé une formation de chèvrerie-fromagerie, dans le but d'utiliser ce support pédagogique pour des enfants et des personnes handicapées ; cependant la découverte d'une deuxième maladie motrice l'en a empêchée.

Elle s'est donc lancé dans ce projet d'un an à la rencontre de « l'Église verte » de France, à son rythme. Jusqu'au 20 décembre, elle sera dans deux paroisses de son diocèse, celui d'Angers, où elle aura une mission de sensibilisation à l'écologie intégrale, notamment auprès des jeunes. Elle montera une pièce de théâtre autour des saints de *Laudato Si* et récoltera des fonds pour financer la deuxième partie de son projet. Celui-ci, après un mois de pause pour se reposer en raison de son handicap, consistera à visiter 9 paroisses labellisées « Église Verte » – le label est né en 2017 – et 9 abbayes en culture biologique ou permaculture. Accompagnée de quelques personnes, Camille réalisera articles, podcasts et un petit film. Elle souhaite mettre en avant l'équilibre entre « *Dieu, la terre, l'autre et soi-même* ». Son engagement se traduit aussi par des « marches d'Assise », où, avec ses parents entre autres, elle ramasse les déchets dans la nature. Son handicap lui permet également de connaître ses limites et se respecter ; elle recherche d'ailleurs d'autres personnes ayant un handicap invisible pour former un groupe de jeunes afin de se soutenir.

*Solange Pinilla*

## QUESTIONNAIRE DE PROUST REVISITÉ

**Une saveur de votre enfance ?** Le goût des framboises du potager de mon grand-père.

**Votre paysage préféré ?** Pas de préférence ! Tout ce qui s'offre à moi est un paysage à aimer, à contempler et pour louer.

**Votre instrument de musique favori ?** Mon petit ukulélé. Offert il y a un an, il égaie nos veillées d'adoration ainsi que nos soirées entre amis.

**Une sainte qui vous inspire ?** Pour *God save the Green*, je dirais sainte Kateri Tekakwitha. Première sainte amérindienne canonisée en 2012 par Benoît XVI, elle est la sainte patronne de l'environnement et de l'écologie.

**Ce qui vous aide dans votre maladie ?** La confiance et l'Amour que j'ai pour Dieu. Je repose corps et âme entre ses mains.

**Une phrase pour sensibiliser à l'écologie ?** « *Il ne faut pas penser que ces efforts ne vont pas changer le monde. Ces actions répandent dans la société un bien qui produit toujours des fruits au-delà de ce que l'on peut constater, parce qu'elles suscitent sur cette terre un bien qui tend à se répandre pour toujours, parfois de façon invisible .*» (*Laudato Si* 212).

**Ce que vous lisez en ce moment ?** *Jade et les sacrés mystères de la vie* de François Garagnon. Pour la cinquième fois !

**Votre prière préférée ?** « *Ce n'est pas toi qui fait Dieu mais Dieu qui te fait* », de saint Irénée de Lyon.

# Birthe et Jérôme Lejeune, serviteurs de la vie

**Des milliers de lettres témoignent du lien profond qui unissait le généticien Jérôme Lejeune, principal découvreur de la trisomie 21, et son épouse Birthe. Celle-ci a été rappelée à Dieu en mai 2020.**

**Nous sommes en 1950,** à la bibliothèque Sainte-Geneviève à Paris. Birthe, une jeune Danoise aux yeux noirs, venue à Paris pour apprendre le Français, se tourne vers son voisin : « *N'auriez-vous pas un stylo, monsieur ?* » Celui-ci, étudiant en médecine aux yeux bleus, lui répond : « *Bien sûr, mademoiselle.* » C'est le coup de foudre.

Birthe Bringsted et Jérôme Lejeune, car tels sont leurs noms, viennent pourtant de deux mondes différents. Birthe, fille unique d'une famille modeste, est née en 1928 à Otterup au Danemark ; elle est luthérienne. Jérôme, né à Montrouge près de Paris en 1926, vient d'une famille catholique et bourgeoise. D'ailleurs, au bout de quelques mois, la relation entre les deux amoureux cesse : ils sont si différents...

Puis ils se revoient en janvier 1952 et « *comprennent qu'ils ne peuvent plus vivre l'un sans l'autre* », comme le raconte Aude Dugast, dans son livre *Jérôme Lejeune, la liberté du savant* (Artège), dont nous nous inspirons pour cet article. Birthe et Jérôme se marient au Danemark peu après, en comité restreint, Birthe s'étant convertie au catholicisme entre temps.

**Ils s'installent à Paris** rue Galande, près de Notre-Dame, au départ dans des pièces vétustes et peu confortables, puis au fil du temps, ils aménageront d'autres parties afin d'accueillir leurs cinq enfants : Anouk, Damien, Karin, Clara et Thomas. Leur mode de vie sera simple et leur maison accueillante.

Si Birthe choisit de se consacrer entièrement à l'éducation de leurs enfants, elle n'en demeure pas moins une coéquipière et un soutien actif de l'œuvre de Jérôme. En effet, ce jeune médecin devient chercheur au CNRS avec le professeur Raymond Turpin, et soigne dans son service des enfants mongoliens, comme on les appelait à l'époque. Son objectif est de les guérir. Il écrit à Birthe : « *Ce sera un but passionnant qui nous demandera de grands sacrifices, ma Chérie, mais si tu es d'accord pour accepter une vie assez précaire mais vie juste et saine, basée sur cet cet espoir-là, je suis sûr que nous y arriverons (Je dis « nous » car c'est seulement si toi aussi tu marches, si tu m'aides, que j'arriverai à quelque chose)* » (lettre à Birthe du 25 avril 1952).

© Collection privée de Birthe Lejeune

En 1958, Jérôme dénombre chez ses patients un chromosome en trop – un troisième chromosome s'ajoutant à la plus petite paire – et découvre ainsi avec son équipe la cause génétique de cette maladie, qu'on appellera désormais la trisomie 21.

Cette découverte, ainsi que ses autres travaux, lui valent une reconnaissance mondiale ; Jérôme est désormais invité dans le monde entier pour des congrès et conférences : États-Unis, URSS, Allemagne, Italie... Il reçoit de nombreux prix, des nominations, des offres de postes à l'étranger et son nom circule même pour le Nobel. Il partage son temps entre les consultations avec ses « petits patients », la recherche médicale et l'enseignement – il devient même un temps doyen de la Faculté de médecine des Cordeliers à Paris. En 1983, il sera élu à l'Académie des Sciences morales et politiques *(photo)*.

**Pendant toutes ces années** et jusqu'à sa mort, Jérôme, quand il est en déplacement, ou séparé de sa femme partie en vacances au Danemark avec les enfants tout l'été, lui écrit quasi quotidiennement pour lui raconter sa journée et prendre de ses nouvelles, commençant par « *Ma petite Chérie* » et signant « *Ton Jérôme qui t'aime* », elle-même écrivant « *Mon Jérôme chéri* ». Ils échangent ainsi plus de 2000 lettres – soit 40 années d'histoire, que Birthe gardera précieusement dans une valise –, et le reste du temps, discutent beaucoup ensemble. Jérôme revient chez lui le midi pour déjeuner et est à la maison pour

le dîner familial ; il lui arrive de refuser des sollicitations pour privilégier son épouse et ses enfants. Dans une lettre de 1961, il écrit à Birthe depuis Rome où il participe à un congrès de génétique et où il s'est recueilli à la basilique Saint-Pierre : « *Je suis honteux de voir de si belles choses tout seul quand je pense au plaisir que tu aurais à être là et au bonheur que serait pour moi de t'avoir à mes côtés. C'est si bon de pouvoir tout partager avec toi.* ». Leurs personnalités sont très complémentaires, Birthe étant dynamique et pragmatique, Jérôme brillant et plus distrait.

**À cette époque** a lieu le débat sur la légalisation de l'avortement – qui sera autorisé en 1975 –, et Jérôme craint beaucoup que sa découverte, dans un contexte d'eugénisme renaissant, ne provoque l'élimination des enfants trisomiques *in utero*. Il va donc prendre position publiquement, dans des conférences et dans les médias, contre la suppression de ces malades sous prétexte de supprimer leur maladie. Birthe accompagne désormais Jérôme à ses conférences et déplacements, leurs enfants ayant grandi. Même si Jérôme sera l'objet de menaces de militants et d'une mise à l'écart par une partie de son milieu professionnel, il demeure ferme dans son combat contre l'élimination des enfants trisomiques. Le couple a également conscience de la nécessité d'une aide pour les femmes confrontées à une grossesse non désirée, et les deux époux sont à l'origine de la Maison de Tom Pouce, une maison d'accueil pour les mères et futures mères en difficulté.

C'est également ensemble qu'ils se rendent de nombreuses fois à Rome, Jérôme étant devenu expert pour le compte du Saint-Siège ; ils deviennent même amis du pape Jean-Paul II – celui-ci se rendra personnellement sur la tombe de Jérôme en 1997 ! En 1994, Jérôme devient le premier président de l'Académie pontificale pour la vie. Il meurt cette même année d'un cancer du poumon, à l'âge de 67 ans. Le Noël précédent, il était entouré de ses enfants : quatre se sont mariés, donnant naissance, à ce moment-là, à 17 petits-enfants, et l'un de leurs fils est devenu diacre permanent.

**Birthe, jusqu'à son décès récent,** le 6 mai 2020, à l'âge de 92 ans, a continué l'œuvre commune en créant avec son gendre Jean-Marie Le Méné la Fondation Jérôme-Lejeune, dont elle a été longtemps vice-présidente, et qui est dédiée au soin, à la recherche et à la défense de la dignité des personnes handicapées mentales. En 2017, Birthe a été nommée membre d'honneur de l'Académie pontificale pour la vie. Quant à son époux, sa cause de béatification a été ouverte en 2007.

*Élise Tablé*


À la maison ou ailleurs,

ÉCOUTEZ LES PODCASTS DE *ZÉLIE*

Des rencontres avec des femmes inspirées et inspirantes

Retrouvez les derniers sur soundcloud.com/magazine-zelie

Sœur Geneviève-Marie

Valérie Maillot

Claire S2C

Claire de Saint Lager

Cécile Tête

Anne Kurian

Photos de g. à d. © S.Pinilla © Catherine Hamel © Angélique Provost © Maëlenn de Coatpont © Coll. particulière © EVER

Donnez votre avis sur ce numéro !

Répondez au sondage, en cliquant ici :

https://forms.gle/b7Xr6jaJt3LPy7349

En octobre dans Zélie > Le langage culinaire