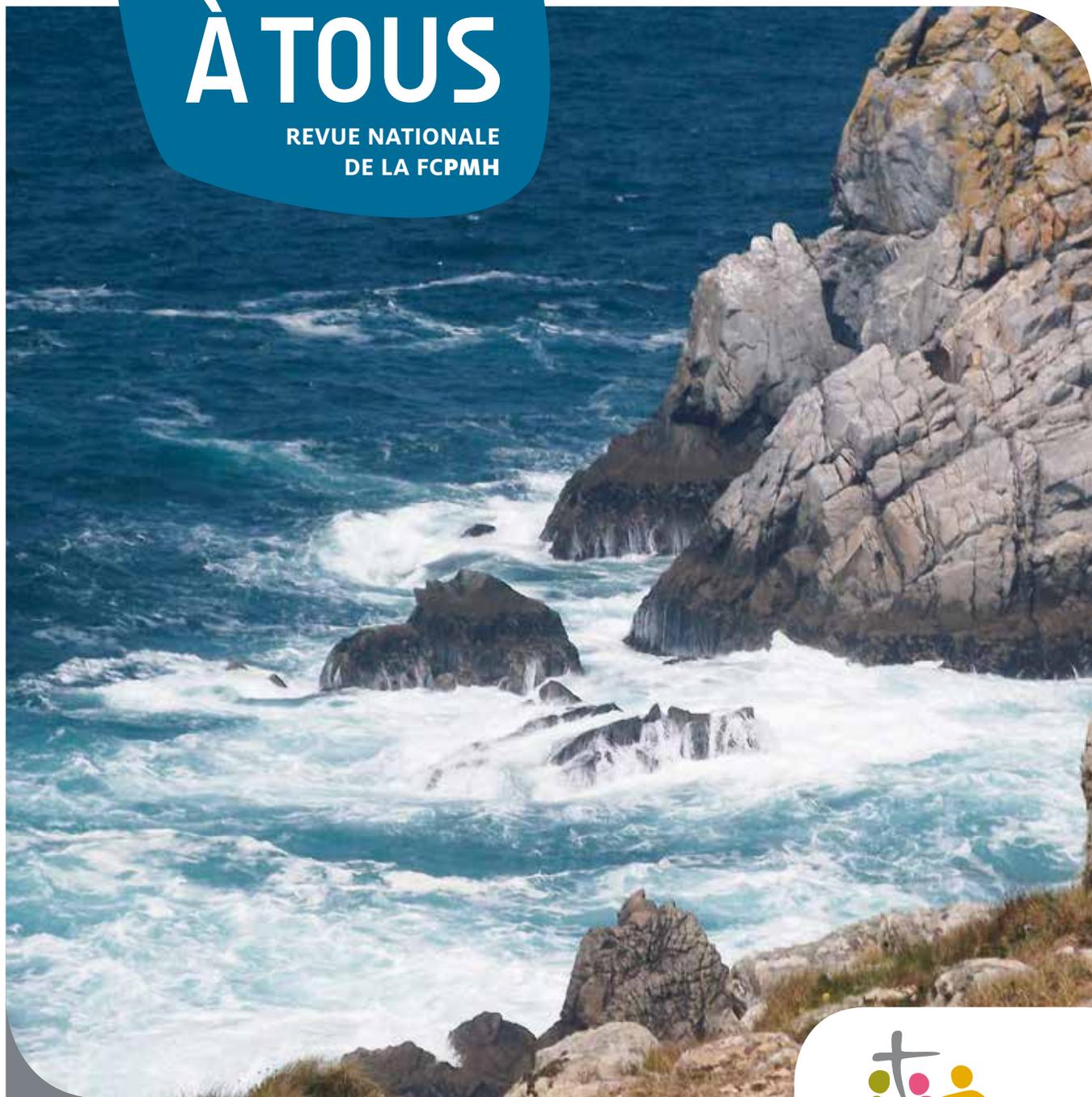


DE TOUS À TOUS

REVUE NATIONALE
DE LA FCPMH

TRIMESTRIEL - JUIN 2021



MONDE ET ÉGLISE

Une année
spéciale dédiée
à saint Joseph

VIE DU MOUVEMENT

Diocèse d'Évreux,
de Bayonne

TÉMOIGNAGE

Renâître à la vie
grâce à la FRAT !





Revenir dans le temps ordinaire ?

Par **Bruno de Langre**, Président national

Et voilà ! Brûlants de l'effusion de l'Esprit Saint nous parlons dans le monde entier...

Ce n'est pas si simple en ce moment ! Nous entrouvrons justes nos portes pour sortir, et celles des lieux de rencontre pour peut-être nous y retrouver «un jour prochain»...

Mais le temps passe et il faut réapprendre à vivre, même si c'est «avec» le virus et ses variants. Chaque semaine d'isolement sans fraternité, sans Fraternité, est une semaine de trop.

Le temps passe et nous allons devoir nous renouveler. Dans les équipes et les diocèses, bien sûr, mais aussi au niveau national.

Voilà que Christiane Morin, qui a «tenu» notre revue nationale pendant de nombreuses années souhaite passer la main.

Ce numéro 255 est le dernier pour lequel elle nous aura (gentiment !) rappelés que nos articles étaient en retard, et qu'il serait bien de pouvoir couvrir un sujet... Elle nous partage son expérience ci-après. Merci beaucoup Christiane d'avoir assuré ce rôle qui nous permet d'être ainsi en liens *De Tous A Tous*.

Votre Équipe Nationale aussi, avec Michèle et Patrick Leppoittevin, Giulio Buzzi, Bruno de Langre, a été élue en octobre 2017. L'échéance d'une nouvelle élection se présente donc à l'automne 2021. Elle a été programmée à Lyon, au Domaine Saint Joseph, en octobre 2021.

Mais... La crise sanitaire ayant encore comporté une troisième vague au printemps 2021, il devient très difficile de faire un projet de réunion à l'automne, réunissant des personnes fragiles venant de toute la France ! Qui pourraient et voudraient y venir ? Pourrait-on nous recevoir, et dans quelles conditions ? Quelles sont les alternatives ?

Un Conseil National sur Zoom en a débattu ce 26 mars, et a conclu à la nécessité de consulter vos responsables diocésains, qui sont les électeurs du Comité National de l'Union Fédérale.

Le choix est ainsi entre :

-1) Maintenir le Comité à Lyon, sous réserve que quelques-uns participent et tous s'engagent à donner procuration.

-2) Faire un Comité par courrier et/ou internet.

-3) Reporter le Comité à l'automne 2022.

Cette consultation a été envoyée par courrier fin avril aux responsables concernés.

A ce jour 2 diocèses ont demandé le maintien à Lyon en 2022, 4 une télé-réunion et 34 un report en 2022. Le comité doit être reporté, mais il faut absolument compléter l'équipe nationale et relancer l'activité.

Un point important est que pour une élection, il faut des candidats. Or la manifestation de candidatures repose beaucoup sur les contacts personnels au cours de rencontres diocésaines et provinciales. Une conséquence de la crise sanitaire est ainsi qu'aucune candidature ne nous a été adressée malgré notre appel fin 2020.

Il est bien difficile de prendre un nouvel engagement dans les incertitudes actuelles. La priorité pour les responsables à tous niveaux est la vie des équipes.

C'est pourquoi il faut tous, dès maintenant, commencer à prévoir des reprises d'activités locales des équipes à l'automne 2021. Ce sera «en vrai», même avec des précautions, si la protection des vaccinations est confirmée comme suffisante.

Qu'au moins ceux qui peuvent raisonnablement se déplacer aillent à la rencontre des isolés là où cela sera autorisé. Cela vaut aussi pour l'Équipe Nationale. Nous chercherons à vous rendre visite dans les provinces et diocèses, partout où se sera autorisé. Il y a tant à rattraper !

La Vie doit reprendre maintenant, avec prudence certes, mais aussi avec une vraie volonté. Nous avons eu le temps de mûrir cette épreuve, il faut porter de nouveaux fruits !

La Campagne d'Année 2021-2022 reprendra ainsi l'urgence de la Fraternité, à la lumière de l'encyclique *Fratelli Tutti* et de vos expériences pendant la crise.

Bel Été pour préparer une Belle Rentrée fraternelle, partout et de toutes les façons où ce sera possible.

ÉDITO

Revenir dans le temps ordinaire ? 2

NOTRE TEMPS SPIRITUEL

Mille et une nuit 4

L'arbre de la fraternité 5

PASTORALE SANTÉ

Rencontre et document 6-7

MONDE ET ÉGLISE

Lettre Apostolique Patris corde 8-9

PRIÈRE

À Joseph mon ami 10

De Fraternité 11

VIE DU MOUVEMENT

Message du Père François 12

La revue de Tous à Tous 13

Diocèse d'Évreux 14-15

Diocèse de Bayonne 16-17

Province de Rennes 18

10 bonnes raisons de rire 19

TÉMOIGNAGE

Marie-Andrée Lucas 20-21

SANTÉ

La fibromyalgie 22-23

LECTURE

Souffrance et joie
chez Madeleine Delbrel 24

C'est dans la faiblesse et la fragilité que Dieu vient se donner et se révéler. «Il renverse les puissants de leur trône, il élève les humbles, il comble de biens les affamés, il renvoie les riches les mains vides». Marie, femme des Béatitudes, disponible à l'Esprit saint, Notre-Dame de l'Offrande, guide-nous dans notre mission.

Père Dominique JOLLY



FCPMH

FRATERNITÉ CHRÉTIENNE
DES PERSONNES MALADES
ET HANDICAPÉES

Mail : uffcpmh@gmail.com

Site national : fcpmh.fr

Rédaction - Administration : U.F.F.C.P.M.H.

66, rue de Garde-Chasse - 93260 Les Lilas

Abonnements : regroupés par diocèse et région.

La liste est à envoyer à l'U.F.F.C.P.M.H. C.C.P.

19729.66J PARIS

Prix abonnement : 24 euros - la revue : 6 euros.

Trimestriel : commission paritaire des Papiers

de Presse 1122 G 856 72

Directeur de Publication :

Bruno de Langre - 83, rue Javel

75015 Paris

Secrétaire et Trésorier nationaux :

07 86 75 43 10

Textes et photos, droits réservés.

Réalisation : Bayard Service

Parc d'activité du Moulin, allée

Hélène-Boucher, 59874 Wambrechies

Cedex - bse-nord@bayard-service.com -

Tél.: 03 20 13 36 60

Fax : 03 20 13 36 89

Imprimerie : Offset Impression

(Pérenchies)



Mille et une nuit

par **MARTIN LUTHER KING**

« Aujourd'hui, dans la nuit du monde et l'espérance de la Bonne Nouvelle, j'affirme avec audace ma foi en l'avenir de l'humanité !

Je refuse de croire que les circonstances actuelles rendront les hommes incapables de faire une terre meilleure.

Je refuse de croire que l'être humain n'est qu'un fétu de paille, ballotté par le courant de la vie, sans avoir la possibilité d'influencer en quoi que ce soit le cours des événements.

Je refuse de partager l'avis de ceux qui prétendent que l'homme est à ce point captif de la nuit sans étoiles, du racisme et de la guerre, que l'aurore radieuse de la paix et de la fraternité ne pourra jamais devenir réalité.

Je refuse de faire mienne la prédiction cynique que les peuples descendront l'un après l'autre dans le tourbillon du militarisme, vers l'enfer de la destruction thermo-nucléaire.

Je crois que la vérité et l'amour sans conditions auront le dernier mot effectivement. La vie, même vaincue provisoirement, demeure toujours plus forte que la mort.

Je crois fermement que, même au milieu des obus qui éclatent et des canons qui tonnent, il reste l'espoir d'un matin radieux.

J'ose croire qu'un jour tous les habitants de la terre pourront recevoir trois repas par jour pour la vie de leur corps,



CORINNE MERCIER/CIRIC

pour l'éducation et la culture, pour la santé de leur esprit, l'égalité et la liberté pour la vie de leur cœur.

Je crois également qu'un jour, toute l'humanité reconnaîtra en Dieu la source de son amour.

Je crois également que la volonté salvatrice et pacifique deviendra un jour la loi.

Le loup et l'agneau pourront se reposer ensemble, chaque homme pourra s'asseoir sous son figuier dans sa vigne, et personne n'aura plus raison d'avoir peur.

Je crois fermement que nous l'emporterons !

Extrait du discours du prix Nobel de la paix (décembre 1964)

L'arbre de la fraternité

L'olivier est un grand témoin de notre histoire. C'est un arbre de l'union symbole du pardon, il représente la paix, la sagesse.

Oui, car la fraternité, c'est comme cet arbre, il est beau, il est vivant et quand il est en fleurs, il représente les couleurs du monde.

C'est un arbre qui donne du fruit, il devient nourriture de notre vie pour partager nos joies, nos peines, c'est la fraternité.

Cette fraternité nous fait grandir par l'attention que nous avons les uns pour les autres, sans frontière, simplement pour être heureux ensemble.

Cet arbre nous enracine dans l'amour de Jésus, dans une fraternité pour construire une histoire commune tissée de vies différentes.

Que notre Fraternité comme cet arbre nous permet d'accueillir de nouvelles personnes comme des frères.

La fraternité, c'est aussi reconnaître que chaque personne est aimée du Père avec tendresse.

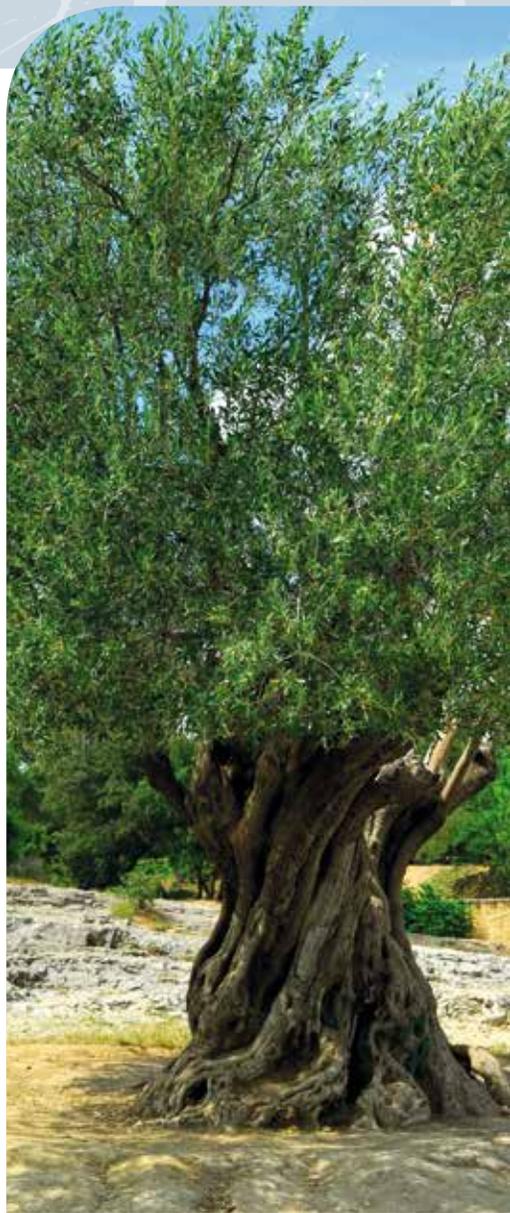
Esprit Saint, Toi le père des pauvres, fais naître en nous un désir plus grand de rejoindre les plus fatigués.

Augmente en nous la soif de nous écouter les uns les autres pauvres et riches, en commençant par le plus oublié.

Donne-nous d'apprendre toujours du plus pauvre, avec lui nous pourrons inventer de nouvelles manières de vivre ensemble.

Etablis-nous dans la confiance, la paix et la joie pour témoigner de la vie qui n'a pas de frontière.

MARCEL, DE RENNES



LIBRARYMAX

Rencontre et document

Un Atelier Santé a pu se tenir le 20 mai à la Conférence des Évêques de France, autour du Père Jean-Marie Onfray, directeur Adjoint pour le Pôle «Santé Justice» du Service National Famille et Société, et de Christine Bockaert, coordinatrice nationale pour la pastorale de personnes handicapées.

Par **Bruno de Langre**, Président national

■ À cette occasion, ils nous ont présenté un numéro spécial de la revue *Pastorale Santé*, intitulé «Acteurs en pastorale de la santé».

Ce document de 110 pages constitue une référence précieuse pour les responsables en FCPMH, pour comprendre quels sont leurs différents interlocuteurs dans leurs diocèses.

En FCPMH, nous sommes ainsi un «Mouvement» de laïcs, en relation avec les Services de pastorale de la santé et des personnes handicapées de nos diocèses, et avec d'autres Mouvements. Au niveau national nous sommes en relation avec le Pôle «Santé Justice», et avec le Conseil Épiscopal pour les Mouvements et Associations de Fidèles (CEMAF).

Le document présente tout d'abord les grands repères des relations entre Église et Santé: Lois de 1905 et 1986, circulaire de 2006, émergence de la pastorale de la Santé en 1982, puis de la PPH, pastorale des Personnes Handicapées, en 2007. Enfin, les Assises de Lourdes en 2008 et les Assises de la pastorale de la Santé en 2018 auxquelles j'ai été invité pour la FCPMH.

Puis il nous donne des «Fondamentaux», tels que la mission, l'équipe, les partenariats, les rencontres et le compagnonnage... Mais aussi: Soigner, guérir, sauver? Les souffrances. Où est ton Dieu?

Ces fondamentaux peuvent nous servir de références dans une formation de responsables, une recollection...

Sur ces fondamentaux, le «point de vue» des personnes engagées en pastorale de la Santé ne sera pas toujours identique à celui de personnes elles-mêmes malades et/ou handicapées, mais il s'agit d'un dialogue fécond.

Ainsi une équipe «visitante» n'aura peut-être pas exactement la même démarche en aumônerie d'hôpital, et en Fraternité de personnes malades et handicapées, mais l'écoute fraternelle et la révision en équipe sont des nécessités communes!

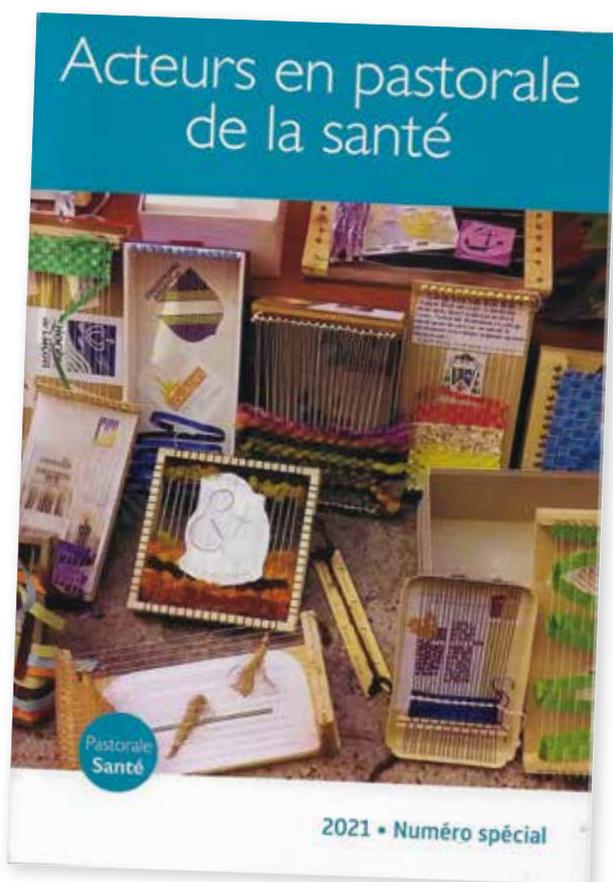
Le document dégage également des «Mutations». Celles-ci nous bousculent, comme elles bousculent l'Église et la société.

Le document dégage également des «Mutations». Celles-ci nous bousculent, comme elles bousculent l'Église et la société:

— Que deviendra l'aumônerie «hospitalière», quand les séjours deviennent très brefs, les contraintes de gestion pressantes, les locaux exigus ou démolis...

— Quelle «pastorale de la santé» au domicile, qui devient un lieu de soins dans la durée en vue du «maintien à domicile»?

— Comment prendre en compte les proches-aïdants, très sollicités, et souvent isolés: une pasto-



rale de la santé concerne certes les malades, mais aussi les soignants et les aidants.

— Comment avancer vers «l'inclusion» des personnes handicapées, qui implique des transformations des communautés ecclésiales elles-mêmes pour une participation complète de tous au-delà des handicaps.

— Comment prendre en compte la grande dépendance des personnes les plus âgées. Celles-ci ne sont plus des exceptions, mais une composante majeure de la société.

— Comment accompagner pleinement dans la fin de vie?

En FCPMH, nous pouvons nous livrer à un même exercice!

En tant que Mouvement, nous ne sommes pas également concernés par toutes ces préoccupations, mais nous en avons d'autres: comment une «Fraternité» peut-elle être un lieu de vie chrétienne pour des personnes malades et handicapées au sein de la société du XXI^e siècle?

Comment une «Fraternité» peut-elle être un lieu de vie chrétienne pour des personnes malades et handicapées au sein de la société du XXI^e siècle?

L'existence d'un Mouvement, plus encore que celle de l'Église, dépend à court terme de sa fécondité dans la société de son temps, une société devenue si «liquide» et insaisissable.

Soyons donc au courant de ce qui est partagé dans ce document. Cela peut nous aider à approfondir nos charismes propres, tel que définis, par exemple, dans la plaquette «Lève-Toi et Marche!».

Le numéro spécial peut être obtenu au prix de 10 €, en s'adressant à revuepastoralesante@cef.fr, Tél. 01 44 39 48 04.

Une année spéciale dédiée à Saint Joseph

Avec la Lettre Apostolique *Patris corde* «avec un cœur de Père» Le pape François rappelle le 150^e anniversaire de la proclamation de Saint Joseph comme patron de l'Église universelle. À cette occasion, une année spéciale Saint Joseph se tient du 8 décembre 2020 au 8 décembre 2021.



ALESSIA GIULIANI/CCP/CIRIC

Extraits de la Lettre *Patris corde* du Saint-Père François

■ Avec un cœur de père: C'est ainsi que Joseph a aimé Jésus, qui est appelé dans les quatre Évangiles «le fils de Joseph». Les deux évangélistes qui ont mis en relief sa figure, Matthieu et Luc, racontent peu, mais bien suffisamment pour le faire comprendre, quel genre de père il a été et quelle mission lui a confié la Providence.

Nous savons qu'il était un humble charpentier (cf.Mt13,55), promis en mariage à Marie (cf. Mt1,18;Lc1,27); un «*homme juste*» (Mt1,19) toujours prêt à accomplir la volonté de Dieu manifestée dans sa Loi (cf.Lc2,22.27.39), et à travers quatre songes (cf.Mt1,20;2,13.19.22). Après un long et fatigant voyage de Nazareth à Bethléem, il vit naître le messie dans une étable, parce qu'ailleurs «*il n'y avait pas de place pour eux*» (Lc2,7). Il fut témoin de l'adoration des bergers (cf.Lc2,8-20) et les mages (cf.Mt2,1-12) qui représentaient respectivement le peuple d'Israël et les peuples païens.

Il eut le courage d'assumer la paternité légale de Jésus à qui il donna le nom révélé par l'ange: «*Tu lui donneras le nom de Jésus, car c'est lui qui sauvera son peuple de ses péchés*» (Mt1,21). Comme on le sait, donner un nom à une personne ou à une chose signifiait, chez les peuples antiques, en obtenir l'appartenance, comme l'avait fait Adam dans le récit de la Genèse (cf.2,19-20).

Quarante jours après la naissance, Joseph avec la mère, offrit l'Enfant au Seigneur dans le Temple et entendit, surpris, la prophétie de Siméon concernant Jésus et Marie (cf.Lc2,22-35). Pour défendre Jésus d'Hérode, il séjourna en Égypte comme un étranger (cf.Mt2,13-18). Revenu dans sa patrie, il vécut en cachette dans le petit village inconnu de Nazareth en Galilée, d'où, il était dit, «*qu'il ne surgit aucun prophète*» et «*qu'il ne peut jamais en sortir rien de bon*» (cf.Jn7,52;1-46), loin de Bethléem, sa ville natale et de Jérusalem où se dressait le Temple.

Quand, justement au cours d'un pèlerinage à Jérusalem, ils perdirent Jésus âgé de douze ans, avec Marie ils le cherchèrent angoissés et le retrouvèrent dans le Temple en train de discuter avec les docteurs de la Loi (cf.Lc2,41-50).

Après Marie, Mère de Dieu, aucun saint n'a occupé autant de place dans le Magistère pontifical que Joseph, son époux. Mes prédécesseurs ont approfondi le message contenu dans les quelques données transmises par les Évangiles pour mettre davantage en évidence son rôle central dans l'histoire du salut: Le bienheureux Pie IX l'a déclaré «*Patron de l'Église catholique*». Le vénérable Pie XII l'a présenté comme «*Patron des travailleurs*». Saint Jean-Paul II comme «*Gardien du Rédempteur*». Le peuple l'invoque comme «*Patron de la bonne mort*».

Par conséquent, à l'occasion des 150 ans de sa déclaration comme Patron de l'Église Catholique faite par le bienheureux Pie IX, le 8 décembre 1870, je voudrais, comme Jésus, que «*la bouche exprime ce qui déborde du cœur*» (cf. Mt 12,34), pour partager avec vous quelques réflexions, personnelles si proches de la condition humaine de chacun d'entre nous.

Ce désir a mûri au cours de ces mois de pandémie durant lesquels nous pouvons expérimenter, en pleine crise qui nous frappe, que, «*nos vies sont tissées et soutenues par les personnes ordinaires, souvent oubliées*» qui ne font pas la une des journaux et des revues ni n'apparaissent dans les grands défilés du dernier show mais qui, sans aucun doute, sont en train d'écrire aujourd'hui les événements décisifs de notre histoire : médecins, infirmiers et infirmières, employés de supermarchés, agents d'entretien, fournisseurs de soins à domicile, transporteurs, forces de l'ordre, volontaires, prêtres, religieuses et tant d'autres qui ont compris que personne ne se sauve tout seul.

Que de personnes font preuve chaque jour de patience et insufflent l'espérance, en veillant à ne pas créer la panique mais la co-responsabilité !

Que de pères, mères, grands-pères et grands-mères, que d'enseignants montrent à nos enfants, par des gestes simples et quotidiens, comment affronter et traverser une crise en réadaptant les habitudes, en levant le regard et en stimulant la prière !

Que de personnes prient, offrent et intercèdent pour le bien de tous.

Nous pouvons tous trouver en Saint Joseph l'homme qui passe inaperçu, l'homme de la présence quotidienne, discrète et cachée, un intercesseur, un soutien et un guide dans les moments difficiles.

Saint Joseph nous rappelle que tous ceux qui, apparemment, sont cachés ou en «deuxième ligne» jouent un rôle inégalé dans l'histoire du salut.

À eux tous, une parole de reconnaissance et de gratitude est adressée.

1 - Père aimé, la grandeur de Saint Joseph consiste dans le fait qu'il a été l'époux de Marie et le père adoptif de Jésus. Comme tel, il «*se mit au service de tout le dessin salvifique*», comme l'affirme Saint Jean Chrysostome.

Saint Paul VI observe que sa paternité s'est exprimée concrètement dans le fait d'avoir fait de sa vie un service, un sacrifice au mystère de l'incarnation et à la mission rédemptrice qui y est jointe ; d'avoir usé de l'autorité légale qui lui revenait sur «*La Sainte Famille*» pour lui faire un don total de soi, de sa vie, de son travail ; d'avoir consenti sa vocation humaine à l'amour domestique dans la surhumaine oblation de soi, de son cœur et de toute capacité d'amour mise au service du Messie germé dans sa maison.

En raison de son rôle dans l'histoire du salut, Saint Joseph est un père qui a toujours été aimé par le peuple chrétien comme le démontre le fait que, dans le monde entier, de nombreuses églises lui ont été dédiées. Plusieurs instituts religieux, confréries et groupes ecclésiaux sont inspirés de sa spiritualité et portent son nom, et diverses représentations sacrées se déroulent depuis des siècles en son honneur.

De nombreux saints et saintes ont été ses dévots passionnés, parmi lesquels Thérèse d'Avila qui l'adopta comme avocat et intercesseur, se recommandant beaucoup à lui et recevant toutes grâces qu'elle lui demandait ; encouragée par son expérience, la sainte persuadait les autres à lui être dévots.

Dans tout manuel de prière, on trouve des oraisons à Saint Joseph. Des invocations particulières lui sont adressées tous les mercredis, et spécialement durant le mois de mars qui lui est traditionnellement dédié...

6 – Un père travailleur... La crise de notre époque, qui est une crise économique, sociale, culturelle et spirituelle, peut représenter pour tous un appel à redécouvrir la valeur, l'importance et la nécessité du travail pour donner naissance à une nouvelle «normalité» dont personne n'est exclu.

Le travail de Saint Joseph nous rappelle que Dieu lui-même fait homme n'a pas dédaigné de travailler. La perte du travail qui frappe de nombreux frères et sœurs et qui est en augmentation ces derniers temps à cause de la pandémie de la Covid-19, doit être un rappel à revoir nos priorités...

Vous trouverez la totalité de cette lettre sur le site de l'Église de France.

À Joseph, mon ami

Saint Joseph, on t'appelle le juste, le charpentier, le silencieux :

moi, je veux t'appeler «mon ami»

*Avec Jésus, ton fils et mon Sauveur
avec Marie, ton épouse et ma Mère, tu as ta place
dans mon cœur, tu as ta place dans ma vie.*

*Ta présence sur mon chemin, elle est discrète comme
ton silence ;*

*mais je te reconnais bien à ton regard attentif,
à ton cœur disponible, à ta main secourable.*

*Prends ma main et conduis-moi,
lorsque l'ombre et la nuit rendent mes pas incertains.*

*Toi tu as cherché le Seigneur, toi tu l'as trouvé,
dis-moi où il est.*

*Dis-moi où il est, quand l'épreuve et la souffrance
sont le pain quotidien.*

*Dis-moi où il est quand l'espérance relève mon
courage*

et m'invite à avancer avec plus d'entrain.

*Dis-moi où il est quand on vient près de moi
cherché réconfort, amitié et joie.*

*Joseph, mon ami, toi qui a cheminé à travers les
rayons et les ombres,
aprends-moi à rencontrer le Seigneur dans le
quotidien de ma vie.*

*Toi le témoin étonné de l'action de l'Esprit,
aide-moi à reconnaître ses merveilles et à lui être
soumis.*

*Saint Joseph, gardien fidèle de l'Église, a qui Dieu a
confié la garde
des mystères du salut, inspire-nous d'être des
témoins fidèles de l'Évangile.*

*Toujours et partout, au cœur du monde si
douloureusement
en quête de fraternité et de paix. Amen*



ALAIN PINOGES/CIRIC

Prière de Fraternité

Seigneur Jésus, Bon Pasteur, Tu es venu annoncer à tous

la Bonne Nouvelle du Salut, aux captifs la délivrance, aux affligés la joie...

Merci de nous établir ensemble, sous le signe de l'Amour Miséricordieux.

Éveille en nous la charité et la compassion pour notre monde.

Seigneur Jésus, tu es venu vivre la condition humaine à travers les réalités

les plus humaines du quotidien et tu continues de nous accompagner

dans l'ordinaire de nos vies.

Merci Seigneur pour la vie que tu nous donnes aujourd'hui et que tu donnes par nous.

Merci pour les petites attentions au jour le jour, pour les regards qui donnent confiance, pour les sourires qui donnent courage.

Accompagne-nous pour vivre le quotidien avec humilité et patience,

aide-nous à avancer sans découragement, donne-nous la force d'accepter ce qui

ne peut être changé et de transformer ce qui peut l'être.

Seigneur Jésus, tu t'es fait serviteur et tu t'es approché le premier des pauvres,

des malades, des petits, des rejetés.

Merci Seigneur pour l'amour échangé en toute rencontre, pour l'attention portée aux oubliés de nos sociétés...

Merci de nous appeler à avancer ensemble sur les chemins de la fraternité universelle.



CORINNE MERCIER/CIRIC

Seigneur Jésus, tu as vécu l'amour en vérité et dans le don de toi-même ;

Merci Seigneur de nous appeler à vivre comme toi, l'amour transformé par ta grâce.

Merci pour tous les gestes d'amour et de tendresse qui manifestent ta présence.

Merci pour tous les pardons accordés et les fidélités renouées.

Aide-nous à découvrir les richesses de nos engagements et à y être fidèles à tout moment.

MISSIONNAIRE DE LA PLAINE ET DE SAINTE THÉRÈSE

Avoir conscience d'être envoyé en mission

Message du Père François (Page 409 du livre rouge)

■ C'est une décision importante dans la vie. Accepter d'aller à ses frères et sœurs malades et handicapés, étant soi-même atteint dans sa santé. On accepte d'être envoyé en mission dans le monde des malades.

Pour bien remplir ce rôle, il faut être dans la vie de deux manières :

D'abord ne pas vivre replié sur soi-même, mais s'ouvrir aux autres, rechercher avec attention les personnes malades et handicapées dont on est proche. Comment les atteindre si on n'est pas ouvert ?

Être soi-même un vivant, autrement, on ne serait pas un bon témoin pour les autres. C'est plus par son témoignage que par des paroles qu'on les décidera à s'épanouir, à être des vivants.

La Fraternité n'est pas laïque, elle est chrétienne. Comment avoir la force de persévérer dans la mission si on ne va pas chercher cette force à sa source : le Saint-Esprit. S'il est bien normal d'épanouir la personne sur le plan naturel, ne pas oublier que le plus grand bien qu'elle puisse recevoir, c'est la rencontre avec Dieu, la foi en son amour.

Bien sûr, cela se vit dans l'humilié. Dieu veut bien se servir des pauvres que nous sommes pour l'avènement de Son règne dans le monde des malades et handicapés.



Ne pas agir isolé. On n'insistera jamais trop sur ce point. L'idée d'agir en équipe est une idée familière dans la Fraternité : équipe de base, diocésaine, provinciale, nationale, européenne, intercontinentale. Tout seul, on a du mal à persévérer dans les difficultés. En chacun, les dons sont différents. Quelle richesse de les mettre en commun !

Que ceux qui sont seuls cherchent vite un compagnon de route et profitent des moyens de communication pour se sentir

en communion fraternelle avec des frères.

Celui qui est en mission dans la Fraternité s'y sent engagé pour toute sa vie. Certes, il est normal que les structures de la Fraternité prévoient des renouvellements réguliers des chefs d'équipe à tous les niveaux. Mais celui qui a compris la Fraternité, qui est conquis par elle, ne cessera jamais d'être apôtre des malades.

L'aggravation du handicap ou le grand âge paralyseront peut-être son activité, mais le cœur restera saisi et il restera toujours normal d'offrir à Dieu ses prières, venant de partout, formeront la bonne terre. Les actifs y enfonceront leurs racines et y puiseront la sève qui fera produire à l'arbre des fruits abondants.

Faites passer tout cela où le Seigneur vous appelle.



Mon engagement pour la revue *De Tous à Tous*

La revue nationale participe à la mission du Mouvement. Elle crée du lien, entre les diocèses, les équipes, les personnes, elle informe, forme, publie la campagne d'année, propose des prières, des réflexions, initie aux débats de société.

Par **Christiane Morin**

■ Chaque trimestre l'équipe nationale est au travail, Michèle m'envoie vos comptes rendus, témoignages, photos... Bruno avec son édito nous donne la direction... Giulio assure la partie spirituelle. Pour ma part je récupère les articles et assure la mise en page, trouve les textes et photos qui manquent, transmet au journaliste de Bayard Service le dossier et corrige les épreuves.

Tout a commencé pour moi, il y a déjà quelques années, lors d'un Conseil National à Lyon. Gisèle Gouzien de Brest membre de l'équipe nationale en avait la responsabilité, ne se représentant pas, il fallait assurer la relève.

Responsable diocésaine à l'époque, mon mari imprimeur, éditait le bulletin diocésain des Côtes d'Armor c'est tout naturellement que Christine Balsan, responsable nationale me contacte et me propose de prendre la responsabilité de la revue *De Tous à Tous*.

Sans hésitation, j'accepte puisque le Mouvement avait besoin de moi. J'en profite pour demander à Édith Bruneau de me remplacer à la responsabilité diocésaine, elle accepte pour me permettre de me consacrer aux revues, diocésaine et nationale.

Je suis donc cooptée à l'équipe nationale, durant le mandat de Christine, j'ai vécu au cœur du Mouvement, national et international. Je suis restée agent technique au service de la revue pour l'équipe actuelle. Il y a un temps pour tout, il est temps pour moi qu'une autre personne prenne cette responsabilité. La chaîne doit continuer.

Ces années au service de la revue m'ont permis de

connaître mieux notre belle France, elles m'ont fait connaître des régions et faire de belles rencontres. Dans mes déplacements, j'ai trouvé partout le même état d'esprit, celui de notre Fraternité, des frères et des sœurs sur toute la France : Strasbourg, Valence, Blois, La Roche sur Yon, Laval, Rennes, Vannes, Quimper... Je me retrouvais chez moi, dans ma famille. Que de rencontres enrichissantes, heureuses, joyeuses! Cherchant toujours l'amitié, la paix, l'esprit fraternel, malgré des conflits parfois. Par expérience, rien ne remplace le contact physique.

Traverser Paris en bus, pour rejoindre notre bureau national aux Lilas... Sans trop de difficulté, quelle satisfaction pour moi d'avoir pu le faire, physiquement, je ne m'en sentais pas capable, le transport pour les personnes handicapées c'est beaucoup amélioré.

Vos comptes rendus de diocèses, réflexions d'équipes, journées diocésaines, galettes des rois, voyages, camps, joies et peines parus dans la revue, participent à la vie et l'Évangélisation du Mouvement auquel j'appartiens depuis 1966.

J'ai effectué cette période de rédactrice avec joie, inspirée par le Père François, ayant toujours son livre rouge à portée de main. Je souhaite aux lectrices et lecteurs de continuer à prendre plaisir à lire *De Tous à Tous*. La question étant posée pour trouver quelqu'un qui prendra ma suite. J'espère que ces quelques lignes vont contribuer à inciter des candidatures.

DIOCÈSE D'ÉVREUX

Le bonheur

Quels sont les petits bonheurs dans notre Fraternité du diocèse d'Évreux ? Le BONHEUR c'est une joie, un plaisir lié à une circonstance. Des expressions sont ici complétées par notre vécu en ces périodes de confinement.

**Avoir le BONHEUR...
ça peut indiquer
une certaine satisfaction**

- «Un éducateur sportif vient me voir 3 fois par semaine; il m'aide à sortir de mon fauteuil, à marcher et à mieux respirer tout en prenant les précautions nécessaires.»
- «Un nouveau kinésithérapeute m'a dit: «Ayez confiance en vous.» Depuis, je marche un peu mieux.»

**Avec BONHEUR...
avec un résultat heureux**

- «Confinée dans l'appartement, je regarde par la fenêtre les feuilles du marronnier aux couleurs de l'automne; la nature est si belle !»
- «Quand je suis en promenade, je prends des photos de la nature, c'est tout simple. Et puis, au retour je regarde à nouveau toutes ces merveilles que je ne voyais pas auparavant.»
- «Il faut innover! On pourrait chaque mois lire et réfléchir sur la campagne d'année, d'abord seul, puis en échangeant avec quelqu'un par téléphone. On pourrait également faire remonter à Bernadette nos découvertes; elle les mettrait dans le journal de «l'Eure en Fraternité.»

**Ce BONHEUR éternel est-il réservé
aux élus dans le ciel?**

- «Il n'y a plus de messe, elle est remplacée par un temps d'adoration. Et c'est bien de voir des per-



sonnes venir prier; elles sont des témoignages de foi, de persévérance.»

- «Je ne dis pas que je suis en prière mais que je suis en conversation avec Marie, avec le Seigneur.»
- «L'adoration, c'est un besoin de soleil... de sentir quelque chose de bien, alors tous les après-midi je prie.»
- Le chapelet occupe de nombreuses personnes de notre Fraternité.
- Témoignage d'un couple qui a été testé positif à la



Covid : «Nous avons vécu de nombreuses épreuves et le Seigneur était là. Tous les deux, nous avons été victimes de la Covid : fièvre, bronchite, Samu, hôpital... Nous avons pu découvrir le dévouement, le sourire et parfois l'amour du personnel hospitalier que nous remercions.»

Comment faire le BONHEUR de quelqu'un et le rendre heureux

- Un nouveau responsable d'équipe a pris le temps de téléphoner à chacun de ses équipiers...
- «Voici un conseil» dit l'un d'entre nous : «avec la Covid, prenez toutes les précautions pour l'éviter. Oser dire non à une demande de service quand on est une personne à risque, c'est penser à ceux qui peuvent avoir besoin de nous plus tard pour prendre soin d'eux.»
- «Une dame était tombée chez elle, elle souffrait. À la fin d'une réunion de Fraternité, elle a raccompagné une personne aveugle jusqu'à une voiture, elle en a oublié momentanément ses souffrances.»

CITATION

«Le vrai bonheur coûte peu ; s'il est cher, il n'est pas d'une bonne espèce.»

Chateaubriand

- «À l'hôpital, quand je suis tombée malade, la visite d'un membre de notre équipe m'a redonné du moral.»
- «Je continue d'accompagner ma voisine en courses malgré mes douleurs aux genoux»

Si par BONHEUR, j'avais de la chance ?

- «Je profite du jardin, du potager, ça me vide la tête et ça me fait du bien.»
- «Je bricole, je vais voir une dame, je joue avec elle aux triominos.»
- «J'ai 95 ans, je suis bien entourée et ça ne m'empêche pas de ramasser les feuilles devant ma porte.»
- «On peut recevoir le journal «Tous à tous» du National de la Fraternité en version sonore. C'est possible de s'y abonner.»

Enfin je peux porter BONHEUR à quelqu'un en ayant une influence favorable sur son avenir

- «Pour ne pas mettre ma grand-mère en danger à Noël, j'ai décidé de ne pas aller la voir. Mais je reste optimiste. Si nous respectons les mesures sanitaires, nous allons finir par nous en sortir. Le plus important pour moi maintenant est de finir l'année normalement et que ma grand-mère aille bien.»

DIOCÈSE DE BAYONNE, LESCAR ET OLORON

Une page se tourne

le bulletin diocésain «Amitié» lancé en 1967 s'arrête.
La disparition du bulletin diocésain de Strasbourg «Ton Frère» nous a été relatée dans le numéro 252 «De Tous à Tous».

Pour le bureau, Colette

■ C'est à notre tour de vous annoncer la fin de la parution d'*Amitié*, journal de la Fraternité Chrétienne des Personnes Malades et Handicapées du diocèse de Bayonne, Lescar et Oloron. Il avait 53 ans. C'est Marguerite Crampe et l'aumônier l'Abbé Ornon qui l'avaient lancé en 1967. Les plus anciens s'en souviennent.

Nous vieillissons tous. Avec l'âge, la maladie, nos capacités diminuent. En plus des problèmes de rédaction, nous connaissons des difficultés pour l'édition.

Mais l'abandon total est difficile

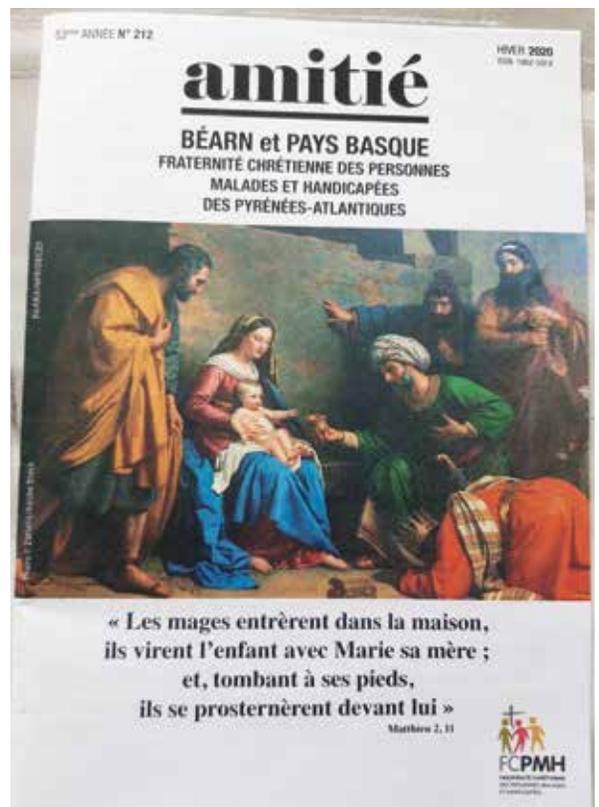
Une idée nous est venue : nous avons demandé à la F.C.P.M.H. des Landes, notre voisine si elle nous permettrait de publier quelques pages dans son journal *Regard*.

Notre proposition a été acceptée. Grâce à la générosité des frères landais, *Amitié* va en quelque sorte survivre.

Nous ne remercierons jamais assez Jean MORA et son équipe. Leur accueil renforce les liens entre les deux F.C.P.M.H. voisines.

La réflexion de mars 2021 «la joie de s'aimer comme des frères» s'illustre bien «Aimer ! C'est-à-dire : PARTAGER, VISITER, ACCUEILLIR, VÊTIR... Services concrets que nous nous efforçons de mettre en œuvre en Fraternité dans nos équipes de base. Voir en tout homme, en toute femme, un frère ou une sœur à aimer».

Que *Regard* nous aide à poursuivre fraternellement cet objectif.



Une idée nous est venue: nous avons demandé à la F.C.P.M.H. des Landes, notre voisine si elle nous permettrait de publier quelques pages dans son journal *Regard*.

12 MARS 2021

Rencontre à Artiguelouve

La F.C.P.M.H. 64 (Colette)

■ Étant donné la situation sanitaire actuelle, nous ne nous étions pas retrouvés depuis octobre 2020. Malheureusement nous n'étions que 6 ; beaucoup d'habitues étant absents pour raison de santé. Autour du café d'accueil, nous avons échangé de leurs nouvelles et avons bien pensé à eux.

Nous débutons la réunion sans Irène, sans son mot d'accueil et sa prière.

Nous entrons, de suite, dans la réflexion de la campagne d'année du mois de mars ; *«la joie de s'aimer comme des frères»*.

Nous commençons par lire le témoignage du Père André qui *«ne sait pas toujours comment il sera accueilli lors de ses visites aux malades»*, nous pouvons nous aussi rencontrer les mêmes difficultés. Dominique se souvient, d'il y a 40 ans, quand il pouvait encore se déplacer, d'une maman qui s'était opposée à ce qu'il voit son fils (à l'époque, les personnes handicapées étaient cachées dans les familles).

De nos jours, d'autres problèmes restent à surmonter. Marguerite évoque l'impossibilité de continuer à se rendre dans un EHPAD, suite à la pandémie. Pourtant Dominique souligne le bienfait de ces visites : sa sœur qui ne parle plus, sait lui manifester, par son sourire et ses yeux, la joie de le revoir. Bertrand apprend, incidemment, l'existence de certaines personnes âgées dans sa paroisse. Les mesures de sécurité (clôtures, portails codés) favorisent le manque de communication. Parfois certaines personnes, ne tenant pas à ce qu'on les voit diminuer et vieillir optent pour l'isolement. Par contre, lorsque des liens arrivent à se créer, c'est une formidable fraternité qui naît.

Au-delà des visites, nous n'oublions pas l'importance du téléphone.

Dans la période difficile que nous traversons, nous nous réjouissons de certains actes d'entraide. Des personnes aisées de Pau invitent, le dimanche, un étudiant : chacun y trouve du plaisir, l'étudiant rompt sa solitude habituelle et son hôte revit sa jeunesse. La matinée se termine par la messe que nous partageons avec une paroissienne dans l'église d'Artiguelouve.

Si nous ne savons pas aimer ou aider, comme l'a fait le samaritain, nous serons jugés sur l'amour que nous n'avons pas donné.

Puis vient le repas sorti du sac (le restaurant est bien sûr fermé). Dominique nous l'agrémente avec apéritif, vin, fromage de brebis et gâteau basque. Le café offert par Bertrand nous remet dans la réflexion pour l'après-midi.

Dans l'Évangile selon saint Mathieu, Dieu semble se poser en juge quand il fait le tri entre les bons et les mauvais. En réalité il propose plutôt un chemin de vie sur lequel nous pouvons avancer. Si nous ne savons pas aimer ou aider, en soulageant la peine et les souffrances de notre prochain, comme l'a fait le samaritain, nous serons jugés sur l'amour que nous n'avons pas donné.

Nous terminons par la lecture de *«Comme un soleil à inventer»* (verso de la page 23 du numéro 253 *De Tous à Tous* lu par Marguerite).

Nous nous séparons contents d'avoir partagé cette journée et pleins d'énergies pour continuer notre mission.

PROVINCE DE RENNES

Rendez-vous

Pour les diocèses de l'Ouest : Rennes – Laval – Angers –
Luçon – Quimper – Nantes - Saint-Brieuc – Vannes.

Par Marie-Andrée Lucas

─ Depuis plus d'un an maintenant nous sommes plongés dans une crise sanitaire inédite qui bouleverse nos vies, nos habitudes et nous a presque mis en léthargie... Par conséquent le Mouvement lui aussi vit au ralenti... Plus ou peu de rencontres d'équipe de base, idem en diocèse.

La situation s'améliore grâce aux mesures sanitaires, vaccins, distanciations sociales, gestes barrières, nous avons tous hâte de nous retrouver, de pouvoir s'embrasser fraternellement sans crainte... Bien sûr nous avons essayé de maintenir le lien entre-nous via, téléphone, mails, courriers mais la FRAT se vit vraiment à travers les rencontres.

Si tout va bien, nous aurons la joie de nous retrouver le samedi 25 septembre 2021 au Sanctuaire Marial à Pontmain. Pèlerinage reporté deux fois déjà.

À partir de 10 heures – Messe à 11 heures – Repas au Relais du Bocage – L'après-midi : Intervention du Recteur de la Basilique «Espérer malgré nos épreuves et nos difficultés» en lien avec le message de Pontmain.

Envoi par un responsable du Mouvement.

Une participation de 20 euros est demandée pour la journée.
Possibilité d'arriver la veille et d'être hébergé au Relais du Bocage.



NOTRE DAME DE BONNE ESPÉRANCE DE PONTMAIN

Son message :

«Mais priez mes enfants, Dieu vous exaucera en peu de temps, mon Fils se laisse toucher». L'apparition de la Sainte vierge Marie dont les enfants de Pontmain ont été gratifiés le 17 janvier 1871, montre comment la pureté de cœur est indispensable à l'union intime avec Dieu.

Cette proximité des enfants avec le ciel révèle l'incroyable puissance de la prière.

Rire c'est bon pour la santé !

Dix bonnes raisons de rire !

1 – C'est une source efficace de communication : Véritable langage universel, il abolit l'agressivité, fait tomber les barrières entre les gens et crée immédiatement une complicité dans un petit groupe.

2 – Il favorise l'estime de soi : Parce qu'il détend profondément et met de bonne humeur, le rire a la faculté de désinhiber les plus timides d'entre nous et aide à se mettre en avant !

3 – Il nous permet de surmonter nos complexes physiques : Pas en s'en moquant, mais parce qu'il n'y a rien de mieux qu'un éclat de rire pour se faire un corps de rêve ! «Lorsque l'on rit, les muscles du visage et quasiment l'ensemble de la musculature se contractent, explique le spécialiste. Une minute de rire équivaut à dix minutes de gym». Ainsi, plus on rit, plus on se fait belle...et plus on s'aime.

4 – Rien de tel pour cesser de se faire du mouron : Lorsque l'on rit, tout le corps se détend, les muscles des épaules se relâchent, les tensions nerveuses s'évanouissent et la pression artérielle diminue. Une minute de rire équivaut à 45 minutes de relaxation.

5 – Il redonne le sommeil : Le rire libère la sérotonine, un neurotransmetteur à l'action apaisante appelée «hormone du sommeil», car elle a un effet sédatif. Avant de se coucher mieux vaut regarder une comédie à la télé, qu'avaler un somnifère.

6 – Il combat la dépression : Cet excellent antidote contre la morosité, permet à la fois d'évacuer l'adrénaline et la noradrénaline, deux hormones responsables de la tristesse et des idées noires et de stimuler la sécrétion d'endorphine, une hormone

qui provoque une douce euphorie. Pour voir la vie en rose, les spécialistes recommandent de rire au moins un quart d'heure par jour.

7 - Le rire stimule nos défenses immunitaires : Il favorise l'augmentation de certains globules blancs (le NK =Natural Killer) ceux qui ont pour rôle de détruire les virus et bactéries entrant dans notre organisme.

8 – Il facilite la digestion et le transit intestinal : Lorsque nous rions, le diaphragme sautille. Il stimule alors tous les organes qui se trouvent à proximité de lui, l'estomac, le foie, la rate et les intestins. Cette petite gymnastique masse en profondeur les viscères et a aussi deux avantages : elle accélère le transit intestinal et booste la production de sucs gastriques, ce qui a pour effet de diminuer l'acidité de l'estomac et de faciliter la digestion.

9 – Il diminue la douleur : Rire stimule la production de catécholamines, une hormone qui apaise l'inflammation, en particulier au niveau des articulations.

10 – Il protège le cœur : Lors d'un éclat de rire, les artères se dilatent, ce qui entraîne une diminution de la tension artérielle. Il faut aussi savoir que le cholestérol apporté par l'alimentation est éliminé par les sécrétions biliaires, accélérant ainsi l'élimination du cholestérol. Ces deux phénomènes préviennent efficacement le durcissement des artères et protègent ainsi le cœur des maladies cardio-vasculaires.

Tiré d'un bulletin
diocésain

Renaître à la vie grâce à la FRAT !

La vie n'est jamais un long fleuve tranquille...
Et nous membres de la Frat savons ce qu'il en est
par nos maladies et handicaps...

Par **Marie-Andrée Lucas**

■ Je nais en 1965 porteuse d'une cardiopathie congénitale sévère (un seul ventricule cardiaque). Bien évidemment l'échographie n'existait pas encore et cette malformation n'est décelée que 15 jours après ma naissance. Hospitalisation à la Roche Sur Yon, Nantes... Pronostic vital engagé. Mes parents catholiques pratiquants me font baptiser à l'hôpital... Après plusieurs semaines, je vais mieux, bien que fragilisée par cette pathologie cardiaque, et ce tout au long de ma vie. Je suis essoufflée à l'effort donc ne pourrai jamais pratiquer de sport, ni même courir ou très peu. En 1981 je subis une première chirurgie cardiaque à Nantes qui m'améliore nettement et me permet de poursuivre mes études, bac, formation de secrétaire médicale.

En 1983 diplômés en poche j'entre dans la vie active comme secrétaire médicale, puis rencontre celui qui va devenir mon mari... Mariage en 1985... Issus tous les deux de familles catholiques pratiquantes nous faisons de même. Allons à la messe tous les dimanches, nous familiarisons et créons de nouveaux liens avec la paroisse de notre ville. Deux ans et demi après notre mariage nous avons la joie d'avoir un enfant : Rémi qui sera notre seul enfant, une seconde grossesse étant fortement déconseillée du fait de ma pathologie cardiaque.

Et c'est déjà une joie et satisfaction profonde pour moi d'être maman ! Je suis suivie régulièrement par les cardiologues à Nantes. Les années suivantes



► MARIE-ANDRÉE AU CENTRE DE SON ÉQUIPE DE BASE.

sont bien occupées entre notre travail, l'éducation de notre fils, la famille, les amis, et le Christ a bien sûr toujours sa place dans notre vie. Je m'engage dans l'Éveil à la foi quand Rémi atteint l'âge de 5 ans puis la catéchèse. Nous avons fait construire une maison... sommes heureux.

Tout bascule soudainement ce dimanche 14 avril 1996 où je suis victime d'un AVC massif... : Pompiers, SAMU, CHU Nantes. Pronostic vital à nouveau engagé, 3 jours de coma... puis réveil... Je vis mais le verdict tombe : je suis hémiparétique (paralysie de tout l'hémicorps gauche), passe du statut de personne valide à celui de personne handicapée physique. Heureusement je n'ai pas perdu l'usage de la parole. Je resterai cependant hospitalisée durant 7 mois en rééducation pour réapprendre à marcher et à être autonome. Des examens approfondis révèlent que

l'AVC que j'ai eu est d'étiologie cardiaque et de ce fait je serai réopérée du cœur plusieurs fois après (en 1998, 2006 et 2016) et demeure vite fatigable. Énorme chamboulement pour moi, notre couple et pour nos familles.

Avec le temps je redeviens à peu près autonome, me déplace avec une canne à l'extérieur, suis aidée par une auxiliaire de vie pour les tâches ménagères. Je réapprends à conduire sur une voiture aménagée, mais ne pourrai jamais reprendre mon activité professionnelle, à mon grand regret, et je suis très vite fatiguée physiquement et cérébralement.

Se relever de l'épreuve

Je suis bien vivante, mais handicapée... Il me faut «avancer» tout de même. Que de larmes versées, de colère intérieure «pourquoi moi? Qu'ai-je fait pour mériter ça? Mon mari est proche de moi, fait de son mieux mais doit aussi assumer sa vie professionnelle. J'essaie tant bien que mal de pourvoir à l'éducation de Rémi notre fils, même si je ne serai plus jamais tout à fait la même maman. Toutefois il demeure la maman qui aime fort son enfant.

La foi, précieuse offerte par Dieu a été et demeure toujours ma force. Merci Seigneur!

Trois années passent après mon AVC, et un jour de 1999, Marie-Hélène vient me voir et m'invite à une rencontre de Fraternité sur notre secteur. Je ne connais pas du tout la FCPMH. Je me dis que cela ne m'engage à rien d'aller à cette rencontre et de voir. Je fais ainsi mes premiers pas à la Frat chez Philippe, membre de l'équipe. Je me sens de suite accueillie... Nos partages de vies me font du bien, j'apprends à connaître ces frères et sœurs malades, handicapés physiques mais bien vivants! Belle rencontre, je repars contente me disant qu'il faut que je revienne pour voir si cela me convient... A la réunion de secteur suivante je suis présente. Et au fil des rencontres des liens d'amitié et de confiance se créent... Je me sens plus à l'aise et apprécie nos rencontres.

Grâce à la Frat ma rage de vivre a été plus forte que le désespoir

Merci à vous membres de la FCPMH, merci Seigneur! J'ai mis beaucoup de temps à accepter mon handicap, à m'accepter telle que je suis... avec un corps

en partie inerte... à m'aimer... Et encore maintenant j'ai des périodes de révolte. Je crois que réellement on apprend à s'accepter et s'aimer différemment et c'est toujours difficile à vivre parfois

La FCPMH a été pour moi un «socle» dans ma foi. Grâce à nos partages de vie, de foi, j'ai pu dire mon mal être, ma souffrance et me libérer. J'apprécie la confiance instaurée entre nous en équipe de base, et le respect de ce que chacun est et vit. Nous nous écoutons les uns les autres. De plus les temps de prière et partages en lien avec la Parole de Dieu me nourrissent spirituellement et suscitent en moi toujours plus l'envie de suivre le Christ mon roc, ma force. Avec le temps, ma foi en notre Dieu d'amour et de vie, mon engagement à la FCPMH m'ont vraiment aidé à «sortir la tête de l'eau»... Et vingt ans plus tard je réalise que j'ai besoin de la Frat... Pour aller toujours plus loin avec mes capacités et mes limites à la suite de notre Dieu de Jésus Christ «*Venez à moi vous tous qui peinez sous le poids du fardeau et moi je vous procurerai le repos*» (Matthieu 11, 28).

Je crois que la Frat m'a permis de reprendre un peu plus confiance en moi... et m'a aussi «stimulé» pour aller vers... pour oser aller vers... Oser aller vers d'autres personnes malades ou handicapées, oser aller vers les personnes valides. Oser s'engager. Certes nous avons des limites mais sommes avant tout des personnes à part entière et nous sommes tous enfants bien-aimés de notre Dieu ! cependant c'est toujours à nous d'aller vers les autres, et cela m'est encore difficile quelquefois.

Malheureusement depuis 1 an la pandémie nous prive de rencontres, en secteur comme en diocèse. Nous n'avons vécu qu'une rencontre de secteur et une réunion d'équipe diocésaine. Nous essayons de maintenir les liens par téléphone et mails régulièrement. Nous organisons une journée Provinciale (Membres FCPMH Province de Rennes) le samedi 25 septembre 2021 à Pontmain et espérons vraiment que celle-ci pourra avoir lieu...

Dans un avenir plus ou moins proche il nous faudra peut-être repenser et vivre la Frat un peu différemment.

Demeurons dans la confiance, le Christ notre espérance et notre force est là présent, nous guide et éclaire chacun de nos pas. !

C'est l'inaction qui fait mal !

Témoignage de Carole Robert Présidente de Fibromyalgie France du 12 mai, journée mondiale de la fibromyalgie.

▀ Atteinte de fibromyalgie depuis l'adolescence, je côtoie ma pathologie comme une vieille amie... À cause de cette «maladie du mal partout», je souffre en permanence : j'ai constamment l'impression qu'on me donne des coups de couteau dans les cuisses, qu'on serre mes pieds dans un étau et que mon dos est brûlé. Bien que fluctuantes, les douleurs sont toujours là.

Je dis souvent que j'ai «une petite vie». Je ne peux pas marcher longtemps, car ça aggrave mes douleurs. Je ne peux pas prendre le métro fréquemment, encore moins aller au restaurant, le bruit est terriblement fatigant pour nous autres, fibromyalgiques. J'ai très peu d'amis, la maladie a fait le tri dans mes cercles sociaux. Ma vie à 68 ans, c'est celle d'une vieille dame de 90 ans, isolée et malade. Pourtant je n'ai jamais été en colère. Malgré les douleurs, les maux de tête, la fatigue, ce sont les trois principaux symptômes de la fibromyalgie, je reste joyeuse et optimiste... Je m'efforce de prendre tout ça avec légèreté. Ma fibromyalgie, je lui donne des coups de pied en permanence : je ne la laisse pas prendre la première place sur scène. Pour lutter contre les troubles cognitifs (liés à la pathologie), je m'efforce de toujours faire plusieurs choses à la fois – j'écoute la télé quand je suis sur l'ordinateur, par exemple. Et je sors aussi souvent que possible pour faire du bien à mes muscles.

Le problème avec la fibromyalgie, c'est que l'impact de la maladie au quotidien n'est pas reconnu. Beaucoup de malades ne se sentent pas «légitimes» ils ne sont pas vraiment sûrs d'être malades. Ils n'osent pas affirmer cet état de douleur chronique. Quand je rencontre un médecin pour la première fois, j'ai toujours une appréhension lorsque j'affirme «j'ai

une fibromyalgie» va-t-il me croire ? Va-t-il prendre ma maladie au sérieux ? Il a fallu que j'attende 30 ans, pour être enfin diagnostiquée en 1998 : pour les fibromyalgiques, l'errance médicale peut durer des décennies.

Une activité physique adaptée est essentielle pour les fibromyalgiques.

Lorsque les autorités ont déclaré le confinement, je me souviens m'être dit «ouf» enfin un peu de repos ! Mais j'ai rapidement déchanté, pour les fibromyalgiques l'inaction est un poison. J'ai passé les quinze premiers jours du confinement au lit, terrassée par la fatigue et les douleurs, je dormais entre 12 et 14 heures par jour.

Je souffrais de maux de tête, de fatigue et de douleurs diffuses : j'ai cru que j'avais attrapé le coronavirus, j'ai refusé d'aller chez le médecin, par peur de contaminer quelqu'un... Les symptômes de notre maladie font (parfois) penser à une vilaine grippe. Ensuite j'ai décidé de rebondir, sur les conseils de mon médecin, je me suis fait livrer un petit vélo d'appartement pour reprendre une activité physique douce, elle est essentielle lorsque l'on souffre de fibromyalgie, elle tient la douleur à distance. Je pédale 2 heures chaque soir, en douceur ! Et je vais marcher au soleil (avec mon masque), dès que j'en ai l'occasion.

Pas question de se laisser abattre : la fibromyalgie ne m'aura pas, et je continuerai de m'en moquer avec mes amis, aussi longtemps que possible.



► CAROLE ROBERT

Une maladie encore méconnue

▀ La fibromyalgie est une maladie encore méconnue et sous-diagnostiquée. Grosse fatigue, douleurs, troubles du sommeil. Insoutenable ou gérable, la douleur est là.

Une douleur chronique diffuse, musculaire, articulaire et/ou tendineuse depuis au moins 3 mois. Exercer une pression douloureuse dessus, le diagnostic est orienté vers une fibromyalgie.

Les points de contrôle du diagnostic de la fibromyalgie : Base du cou – Base du crâne – Articulations entre la 2ème côte et le sternum – Trapèzes – Bords internes des omoplates – Coudes – Parties supérieures des fesses – Hanches – Intérieur des genoux.

L'expertise Inserm et ses recommandations :

Entre 1,4 et 2,2% des Français seraient atteints de fibromyalgie, mais l'absence de marqueur biologique spécifique, tout comme les résultats, très variables, des études d'imagerie cérébrale réalisées jusqu'à présent, rendent le diagnostic difficile à poser. La prise en charge de ces patients est également complexe et nécessite souvent une approche multidisciplinaire adaptée à chacun.

Enfin, les investigations chez les jeunes souffrant de douleurs chroniques diffuses doivent être renforcées, ainsi que les recherches sur l'origine et les conséquences d'une telle douleur survenant dans l'enfance et l'adolescence. Ce sont là quelques-unes des conclusions et des recommandations de l'expertise Inserm, demandée par la Direction Générale de la Santé rendue publique en octobre 2020. Plus de 2000 documents scientifiques publiés au cours des dix dernières années ont été épluchés par les quinze experts.

Françoise Laroche, rhumatologue au Centre d'évaluation et de traitement de la douleur à l'hôpital Saint-Antoine à Paris :

Les lésions à l'origine des symptômes ne sont pas objectivables par des examens de routine, comme une prise de sang ou une radiographie, elle déroutent les soignants et les patients... La fibromyalgie est, à l'image des troubles fonctionnels intestinaux par exemple, une authentique maladie de la douleur. Il semble que le cerveau ne soit pas capable de moduler les circuits de la douleur.

S'il est vrai que nous avons des structures dédiées en France, les fibromyalgiques sont si nombreux, 1,6 million, qu'elles ne suffisent pas. Et les médecins de famille, qui ne sont pas formés à cette maladie, dont on sait encore si peu, peuvent être dans le déni. Il existe un autoquestionnaire de dépistage en six questions, FIRST, accessible sur le site fibromyalgiesos.fr

On recourt éventuellement aux médicaments pour calmer la douleur, régler un problème d'insomnie, mais, ces des roues de secours, non spécifiques, n'apportent pas toujours le soulagement escompté. Nous sommes loin d'avoir compris tous les déterminants de la fibromyalgie et les pistes pour des traitements spécifiques sont actuellement incertaines.

Une journée mondiale et une campagne

Une journée mondiale a eu lieu le 12 mai doublée d'une campagne de sensibilisation lancée par la Société Française d'étude et de traitement de la douleur, en lien avec Fibromyalgie France. Le film présente des scènes de la vie quotidienne anodines, mais qui sont des épreuves pour les malades. Fibromyalgiesos.fr

PLUS D'INFOS

www.fibromyalgie-france.org

Souffrance et joie chez Madeleine Delbrêl

■ Madeleine Delbrêl (1904-1964) a écrit toute sa vie sur la souffrance et la joie. L'Église a beaucoup de choses à se faire pardonner en ce domaine: un dolorisme, une forme de justification de la souffrance par l'espérance de la vie éternelle, aujourd'hui inaudible. Madeleine elle-même trompe son monde car elle était toujours gaie, au témoignage de ceux qui l'ont connue. L'histoire de sa vie montre que la souffrance l'a assez intimement touchée: séparation d'avec celui qu'elle aimait, mésentente puis séparation de ses parents et maladie psychique de son père, ses propres problèmes de santé, les crises de l'Église en France, avec en particulier la question des prêtres-ouvriers, la crise des Équipes entre 1956 et 1958, et ce n'est là qu'une énumération sommaire et extérieure.

Il faut aller à la source de sa gaieté qui n'est pas seulement son amour naturel de la vie, mais aussi et surtout la joie de la Résurrection. Ces textes nous font parcourir sa vie entière. Certains d'entre eux sont inédits, comme plusieurs de ses poèmes, encore inconnus du grand public.



FAITES CONNAÎTRE LA REVUE
PARRAINEZ QUELQU'UN AVEC CE COUPON

**COUPON D'ABONNEMENT À LA REVUE NATIONALE
DE LA FCPMH "DE TOUS À TOUS"**

Tarif 2021 : 24€ (25% de réduction pour tout nouvel abonnement, soit 18€)

À renvoyer à UFFCPMH, 66 rue du Garde-Chasse - 93260 Les Lilas

NOM : PRÉNOM :

ADRESSE :

CODE POSTAL - VILLE :

ci-joint mon règlement de 24 euros

ci-joint mon règlement de 18 euros (nouvel abonnement)

Pour vous contacter rapidement en cas de problème avec l'abonnement :

TÉL. : MAIL :

