

Aïn-Karim



Sommaire

Aïn-Karim

Journal trimestriel de liaison, de formation et d'information pour visiteuses et visiteurs de malades et personnes âgées à domicile, en EMS, à l'hôpital.

Service de la
Pastorale de la Santé
Bd de Pérolles 38
1700 Fribourg
Pastorale-sante@cath-fr.ch

Éditorial	3
Une page de la Bible	6
Dix conseils pour progresser dans la prière	7
Pour un partage en équipe	18
La vie dans nos équipes	19
Journée Cantonale 2017	33
Calendrier des rencontres	34

Éditorial

Avez-vous déjà entendu une personne visitée vous confier : « je ne sais plus prier », « j'ai oublié comment prier », « je ne sais pas si je prie juste » ?

Ces petites phrases me bouleversent toujours. Et je m'empresse de proposer à cette personne d'en discuter. Oui, il est vrai qu'à certaines époques, la prière silencieuse ou spontanée était moins pratiquée. Les temps de prière étaient alors très codifiés et ils faisaient essentiellement partie de la vie communautaire. Les prières étaient apprises, répétées... Mais la prière, ce n'est pas que cela !

Prier, c'est d'abord se mettre en présence de Dieu. Comme le dit le Père Jean-Marie Gueullette, « Reconnaître les difficultés à prier fait partie de toute expérience spirituelle. Ce n'est en rien un aveu d'échec. On a quelquefois oublié que **prier consiste à se tenir en présence de Dieu**, et donc d'accepter d'être totalement dépassés. **Le désir de prier est déjà une façon de prier**¹ ».

¹Interview dans « La Croix » le 21.10.2016

Lorsque l'âge ou la maladie me font perdre la force ou la capacité de prier comme je l'ai appris, je peux m'ouvrir à une autre forme de prière, plus intime, plus simple, dans l'abandon.

Même si les mots sont oubliés, même si l'attention n'est plus là, le désir de rencontrer Dieu et de lui laisser une place dans nos vies est le plus important. Et même si la personne s'endort récitant son chapelet ou pendant la messe, elle est semblable à un petit enfant qui, en confiance, s'endort dans les bras de son papa, juste heureux de sentir sa force et son amour.

Nous aussi, nous nous demandons parfois si nous « prions juste » avec les personnes que nous accompagnons. N'oublions pas que, même s'il n'y a aucun moment de prière dans notre visite, l'important est de **nous mettre en présence de Dieu** – en prière - avant celle-ci, afin de permettre au Seigneur d'être pleinement avec nous dans notre rencontre. Ainsi, la personne visitée pourra peut-être s'ouvrir à cette Présence et peut-être exprimer l'envie de mettre avec nous des mots appris, oubliés ou nouveaux, spontanés sur ce désir d'entrer en relation.

Dans ce numéro, nous allons découvrir quelques conseils pour progresser dans la prière. Et dans le prochain

Aïn Karim, l'Abbé Bernard Miserez nous partagera de précieux apports sur ce thème qu'il avait développé le 16 décembre dernier lors de la formation des visiteuses bénévoles. Un nouveau parcours de formation va d'ailleurs bientôt commencer. Il vous est présenté à la page 25.

Belle Montée vers Pâques (en prière !), et que la Joie du Ressuscité vous aide à re-susciter la Vie de toutes celles et ceux que vous rencontrez,

Florence Murphy

Une page de la Bible

Enseignement sur la prière

Il arriva que Jésus, en un certain lieu, était en prière. Quand il eut terminé, un de ses disciples lui demanda : « Seigneur, apprends-nous à prier, comme Jean le Baptiste, lui aussi, l'a appris à ses disciples. »

Il leur répondit : « Quand vous priez, dites : Père, que ton nom soit sanctifié, que ton règne vienne. Donne-nous le pain dont nous avons besoin pour chaque jour. Pardonne-nous nos péchés, car nous-mêmes, nous pardonnons aussi à tous ceux qui ont des torts envers nous. Et ne nous laisse pas entrer en tentation. »

Lc 11, 1-4



Dix conseils pour progresser dans la prière ¹

La prière est un chemin vers Dieu, parfois semé d'embûches. À la lumière de leur expérience, prêtres, religieuses ou laïcs donnent des repères pour construire une vie de prière.

I. Quand prier ? Où ? Combien de temps ?

« Des amis, rappelle le P. Jean-Marie Gueullette, professeur de théologie à l'université catholique de Lyon, directeur du centre interdisciplinaire d'éthique de l'université, s'ils veulent se rencontrer, doivent faire des choix et décider des priorités dans leur agenda. S'ils en restent au stade du désir, ils

ne se verront jamais. Avec la prière, c'est la même chose. Si vous priez quand vous en avez envie, vous ne prierez pas souvent.

En ce qui concerne le lieu, l'essentiel est de trouver l'endroit qui favorise pour soi la prière, le recueillement. Mais on ne prie pas seulement dans les chapelles ou dans la chaleur des lieux aménagés. Dieu est avec nous en tout lieu, puisqu'il réside en nous. Si nos journées comportent un temps de prière, même court, il devient peu à peu possible de reprendre conscience de la présence de Dieu, au supermarché ou dans l'ascenseur. »

Un conseil. Se fixer une durée réaliste et s'y tenir. Ne pas se poser la question de savoir si on a envie ou pas, ce qui change tout car on ne part pas de soi et de ses états d'âme, mais de Dieu, en présence de qui on se tient.

À lire. Deux ouvrages de Jean-Marie Gueullette : *Prier au quotidien* (Presses de la Renaissance) et *Laisse Dieu être avec toi* (Cerf).

2. Le corps participe-t-il à la prière ?

« On est allé trop loin dans la rupture entre l'esprit et le corps, et nous sommes encore des êtres coincés, déplore sans détours soeur Catherine Aubin, dominicaine, licenciée en psychologie et docteur en théologie spirituelle. Le corps est le moyen de notre relation au monde et aux

autres.

Quand j'aime quelqu'un, je lui tends la main, je lui souris et l'embrasse. La prière est du même ordre, car elle est relation. Une relation tout intérieure avec Dieu. Le corps, loin de gêner, aide à prier, à mettre mon cœur en mouvement.

Si j'embrasse l'Évangile avant de commencer à prier, cela met mon corps en disposition. Chacun peut laisser venir de l'intérieur de lui-même les gestes intimes qui mettent en mouvement son cœur. Parfois, il n'est plus besoin de parler. Le corps est prière. »

Un conseil. Commencer par retrouver le sens de la respiration. En inspirant, j'accueille le don que Dieu me fait de la vie. En expirant, je rends à Dieu ce qu'il m'a donné : le souffle de la vie.

Chaque matin au lever et chaque soir au coucher, faire un exercice de respiration profonde, afin d'être au contact de soi, des autres et de Dieu.

À lire. Deux ouvrages de soeur Catherine Aubin : *Prier avec son corps : à la manière de Saint-Dominique* et *Les Fenêtres de l'âme : aimer et prier avec ses cinq sens* (Cerf).

3. Comment entrer en prière ?

« La prière, rappelle frère Jean Marie, depuis trente ans à Taizé, est un espace où on se laisse conduire, attiré par Dieu. À Taizé, les jeunes ont cette possibilité de s'arrêter, de se laisser conduire. La musique est belle, les chants simples. Mais le vocabulaire est celui des psaumes. Un verset résonne en nous. Peut-être nous parle-t-il. Le chant

nous décentre en douceur, ouvre un accès à la Parole de Dieu. Ensuite, les lectures s'éclairent souvent d'une autre manière, et dans le temps de silence, nous nous laissons rejoindre dans les recoins les plus cachés de notre coeur par la Parole de Dieu. »

Un conseil. Privilégier la simplicité des moyens et des gestes. Une icône. Une croix. Une Bible ouverte. Commencer avec un beau signe de croix. Chacun porte aussi en lui des paroles, comme « Me voici Seigneur, je suis là ».

4. Faut-il parler pour prier ?

« Laisser la prière devenir oraison, explique le P. Dominique Sterckx, carme, animateur des Amitiés carmélitaines à l'Institut catholique de Paris, c'est accepter de se taire, laisser le silence s'établir en nous dans l'oubli de nous-mêmes pour nous concen-

trer sur les paroles de Jésus et laisser l'Esprit les graver dans nos coeurs jusqu'à ce qu'elles y portent des fruits de foi, d'espérance et de charité.

Ensuite peut-être parler en des mots brefs et simples, en serviteur et en ami, pour dire "Que veux-tu que je fasse ?" L'oraison, comme toute rencontre d'amitié, prend des tonalités différentes selon les jours.

Parfois, un verset de l'Écriture m'imprègne, et me donne de goûter la présence de Dieu. Parfois, il me suffit de prononcer le seul nom de Jésus pour qu'il soit présent. Je me contente alors de le regarder et de me laisser regarder par lui. Mais parfois aussi, il me semble qu'Il n'existe plus pour moi. Croire malgré tout à sa présence en moi est un acte de foi en sa parole. Le Seigneur

ne prend pas de gyrophare pour se faire entendre ! »

Un conseil. « Le silence, c'est comme brancher l'ADSL sur son ordinateur, explique le P. Antoine d'Augustin, prêtre de l'institut Notre-Dame de vie et formateur au séminaire de Paris, accompagnateur d'écoles d'oraison à Paris. Il ouvre la capacité à recevoir Dieu, en commençant par abandonner entre ses mains ce que nous sommes, avec nos faiblesses, nos névroses. »

À lire. L'Oraison des débutants, par le P. Marie Eugène de l'Enfant Jésus (Éd. du Carmel). L'Oraison, une école d'amour, par Antoine d'Augustin (Parole et Silence).

5. Comment nourrir sa prière ?

Le recours régulier à l'Écriture est indispensable pour ap-

prendre à connaître celui à la rencontre de qui l'on va, et chercher à donner corps à sa Parole. À la suite des Pères du désert, les moines pratiquent dans la solitude une lecture priante de la Bible (lectio divina) qui est le pendant de la prière des heures, prière communautaire qui rythme la journée. Cette pratique peut être reprise par tous les chrétiens, en l'adaptant.

« La parole de Dieu est une boussole qui oriente tout le reste, explique le P. David, père abbé d'En-Calcat. Depuis vingt ans, je lis l'Écriture crayon à la main. Dieu s'est fait à l'image de l'homme. Il nous confie, nous délègue par son Esprit la compréhension de l'Écriture. Je m'efforce de comprendre, avec les connaissances qui sont les miennes. Puis je copie le mot, le

verset qui me touche, je le laisse se déployer, au-delà de la pensée. Copier, c'est lire sept fois, dit-on. Dans le silence, j'écoute ce que Dieu, au travers de ce verset, a à me dire, comment il me rejoint dans ma personnalité, ma vie, mes épreuves. Cela m'imprègne, m'accompagne pour la journée, me permet peut-être de reconnaître dans la parole d'un frère, d'un hôte, d'un ami, comment l'Esprit est à l'oeuvre. »

Un conseil. L'Écriture est une petite goutte qui perce la pierre. Lire un passage biblique, sans chercher trop à l'analyser. Choisir un mot, celui qui interpelle, l'écouter, le réécouter pour laisser résonner la parole de Dieu. Même un quart d'heure chaque jour .

À lire. Quand la parole prend feu. Propos sur la lectio divina, de François Cassingena-Treverdy (Éd. Bellefontaine).

6. Existe-t-il des méthodes pour guider la prière ?

Apprendre à prier, c'est apprendre à exprimer son désir de Dieu en présence de Dieu. La liturgie commune est le lieu fondamental de cet apprentissage. Elle s'articule avec la prière solitaire, personnelle, dans laquelle le chrétien se tient en présence du Père « qui est là dans le secret » (Mt 6,6).

« Des écoles spirituelles, des méthodes, se sont développées au cours des siècles pour encourager, guider, évangéliser cette prière, constate Pascale Paté, engagée au Chemin-Neuf avec son mari depuis 1992, responsable

de la revue de la Communauté et animatrice de retraites. Chacune correspond à l'expérience d'un homme ou d'une femme.

Ignace de Loyola, par exemple, propose une pédagogie de la prière, fruit de l'expérience qui l'a conduit à discerner l'action de l'Esprit de Dieu en lui, qu'il a transmise dans ses Exercices spirituels. Ces écoles peuvent être nécessaires pour se mettre en chemin, aller plus loin, persévérer, apprendre à se laisser transformer. »

Un conseil. C'est à chacun de trouver sa voie, celle qui lui convient. Commencer par regarder ce qui est proposé près de chez soi, dans sa vie de tous les jours, écouter les conseils de ses proches, aller voir, expérimenter.

7. Réciter une prière, est-ce prier ?

Jésus a condamné le rabâchage, mais il a aussi donné en exemple la veuve qui ne craint pas de venir importuner le juge avec la même demande (Lc 18,1-8). La tradition chrétienne offre de nombreuses prières. Le Notre Père, enseigné par Jésus à ses disciples, tient une place privilégiée. D'autres possèdent une référence évangélique, comme le Je vous salue Marie ou le Magnificat, ou tiennent une place importante dans la tradition de l'Église comme le Symbole des apôtres ou le Gloire à Dieu. On peut aussi méditer les mystères du rosaire, ou reprendre la Prière du coeur « Seigneur Jésus, Fils de Dieu, aie pitié de moi pécheur ».

« Le risque, explique le P. Patrice Gourrier, prêtre à Poitiers et animateur de l'association Talitha Koum, c'est de réciter machinalement, du bout des lèvres, sans être animé par le désir d'être uni au Christ. La prière du coeur a par exemple été mise au point par les Pères orientaux pour éloigner le flot des pensées, faire le vide et libérer un espace de silence intérieur afin que le Christ habite toujours plus notre personnalité. »

Un conseil. Pratiquer l'une ou l'autre de ces prières avec un groupe de priants évite une récitation mécanique. La prière en groupe est un soutien et une expérience de communion.

8. Qui prier : le Père, le Fils, l'Esprit Saint ?

« Les premiers disciples priaient le Dieu de leurs Pères, rappelle le P. Michel Rondet, jésuite, mais il est devenu pour eux le Père de Jésus, Celui que Jésus a aimé et fait connaître comme son Père et notre Père. C'est à Lui que l'on rend grâces en particulier pour le don qu'Il nous a fait en son Fils. En laissant l'Esprit prier en nous, nous communions à l'amour de Jésus pour le Père. C'est pourquoi la prière chrétienne s'adresse au Père, par le Fils, dans l'Esprit.

Notre prière peut partir du Fils, de la méditation de ses paroles, de la contemplation de ses gestes, elle nous conduit nécessairement au Père. Réciproquement, nous ne pouvons pas prier le Père sans revêtir les sentiments qui furent ceux de Jésus

et vivre de son Esprit. La prière nous introduit dans le mouvement qui lie le Père, le fils et l'Esprit, dans leur communion. Nous ne prions pas Marie ou les saints comme nous prions le Père. Nous leur demandons : Priez pour nous, et non pas : Exaucez-nous. »

Un conseil. Dans la communion des saints, nous rejoignons la prière de Marie pour les hommes dont elle est devenue mère au pied de la croix. Nous lui faisons confiance car elle est dans notre humanité celle qui est associée d'une manière unique à l'oeuvre de la Trinité. Et nous associons les saints à notre prière parce que nous croyons qu'ils participent avec nous aux soucis du Royaume.

À lire. Petit Guide de la prière, de Michel Rondet (DDB).

9. Faut-il être accompagné spirituellement ?

Toutes les familles spirituelles, s'appuyant sur le récit des Évangiles où Jésus fut poussé au désert pour y être tenté (Mt 4,1), le disent : celui qui prie est forcément confronté à ses démons. Au IV^e siècle, Jean Cassien, dans ses conférences aux moines sur la prière, comparait notre esprit à un moulin dont les ailes sont mues par le vent. Il ne nous appartient pas de les empêcher de tourner, disait-il, mais nous pouvons leur donner à moudre du froment ou de l'ivraie.

« À certains moments, reconnaît soeur Véronique Fabre, supérieure de la communauté du Cénacle animant le centre spirituel

de Versailles, l'accompagnement spirituel peut être nécessaire pour vérifier que nous ne faisons pas fausse route, pour déjouer les pièges de l'illusion et de la toute puissance.

Par exemple, lorsque nous n'entendons que ce que nous avons envie d'entendre, en laissant de côté certains passages de l'Écriture sous le prétexte que nous ne les comprenons pas. L'accompagnement peut également aider à ne pas juger notre prière à l'aune de la seule émotion. »

Un conseil. L'accompagnement n'est pas le seul moyen d'être aidé à cheminer dans la prière. Le plus important est de ne pas rester seul. Il peut suffire de rejoindre un groupe pour se nourrir de la parole de Dieu, en ac-

ceptant d'être interrogée par cette Parole.

10. Que faire lorsque disparaît le goût de la prière ?

« Cette sécheresse n'a rien d'inouï, explique Maurice Bellet, prêtre, philosophe et psychanalyste, auteur de *Minuscule traité acide de philosophie* (Bayard). Elle est même quasiment normale. Les vieux auteurs la jugeaient utile et féconde. Purifier la prière, c'est purifier le désir, jusqu'à ce qu'il rejoigne la volonté de Dieu.

À l'époque moderne, l'ennui, le dégoût viennent souvent du côté réglementaire et obligatoire de la prière, d'un sentimentalisme ambigu, d'un dogmatisme devenu stérilisant. Certains continuent coûte que coûte. C'est peut-être la prière la plus pure, car c'est

l'acceptation que la relation soit nue, sans rien qui satisfasse.

Mais ce vouloir croire ne doit pas devenir une obstination vide de sens. Prier, c'est être avec Dieu dans une relation vivante où Dieu est Dieu. Où Dieu est Don et aime vraiment l'homme. François de Sales invitait Jeanne de Chantal à "quitter Dieu pour Dieu". La contemplation, disait-il aussi, doit se faire "avec plaisir".

Alors, puisqu'il s'agit d'être avec Dieu, je peux me demander quelle prière me ferait plaisir : lire le commentaire d'un texte biblique avec un désir fort de vérité ? écouter La Passion de Jean Sébastien Bach ? En tout, je peux me tourner vers celui qui m'est insaisissable. »

Un conseil. Quand vous ne savez plus prier, faites ce qui vous con-

vient sans juger le chemin choisi par d'autres. En n'oubliant pas quelque chose de très concret, ce qu'annonce Jean en sa première épître (4-12). Dieu est cet Inconnu, par-dessus le gouffre de l'absence, qui s'éveille en nos coeurs et nos mains lorsque nous nous faisons proches du prochain.

¹Propos de Martine de Sauto, *La Croix*, 12.11.2010.

Pour un partage en équipe

- . Comment adapter notre approche des malades ou des personnes âgées dans les moments de prière vécus avec eux / elles ?
- . Dans ma vie de prière personnelle, que puis-je mettre en pratique de ces conseils ?

La vie dans nos équipes

Le groupe de visiteuses de notre unité pastorale s'agrandit : nous avons la joie d'accueillir Denise dans le groupe de Riaz, Marie-Jeanne pour Sâles ainsi que Françoise et Nicole pour Bulle. Soyez les bienvenues ; que la joie des rencontres entre-nous et avec nos aînés enrichisse votre vie !

Un chaleureux MERCI À TOUTES pour votre implication et

UP Notre-Dame de Compassion Bulle et Basse-Gruyère

vos présence lors
des célébrations de
l'onction des ma-
lades qui se sont

déroulées du 5 au 10 mars dans les différents EMS de notre unité pastorale. Vous êtes certainement touchées, tout comme moi, par l'attente des résidents... mains ouvertes pour ceux et celles qui le peuvent encore, yeux embués parfois... d'être réconfortés par Dieu qui les rejoint dans un cœur à cœur empli de tendresse. On peut percevoir dès lors, la grâce particulière donnée par l'Esprit Saint lors de ce sacrement, et combien cette force reçue par nos frères et sœurs âgés et malades est indispensable pour continuer la route malgré les difficultés du chemin.

Par sa naissance à Bethléem, sa vie, sa souffrance, sa mort et sa résurrection, notre Seigneur Jésus-Christ a traversé les routes de toute vie humaine ; ce donné existentiel difficile à accueillir, si

bouleversant parfois, ne lui a pas été épargné par Dieu son Père. Prions pour nos frères et sœurs, afin que ceux et celles d'entre nous qui traversent le chemin du deuil, de la souffrance, de la maladie ou de la séparation se sentent portés par cette force de communion mutuelle.

Chères visiteuses, que ce chemin vers Pâques emplisse vos cœurs d'espérance.

*« Au seuil de notre vie,
nous sommes appelés au bonheur éternel,
tel que Dieu l'a promis ».*

Véronique Yerly-Zurlinden, coordinatrice et aumônière

Communauté Saint-Paul, Fribourg

A la fin mars, notre groupe de visiteuses paroissiales et notre équipe d'aumônerie de la Résidence des Chênes ont été durement éprouvés par le décès inattendu de notre chère Sœur Bernadette Volant.

Depuis son arrivée à Fribourg, il y a un peu plus de deux ans, Sœur Bernadette s'était activement engagée dans nos équipes, apportant aux personnes visitées un accompagnement pastoral unanimement apprécié. Ses compétences théologiques, notam-

ment dans le domaine biblique, et la profondeur de sa réflexion spirituelle ont enrichi les rencontres de nos équipes. Sa cordiale attention aux autres, son regard toujours bienveillant, la joie dont elle rayonnait malgré ses souffrances, son courage discret mais souvent héroïque nous ont profondément impressionnés et constituent un authentique exemple de vie. Par sa foi vécue dans l'humilité du quotidien, elle reste pour nous le signe de la présence agissante du Christ ressuscité au cœur de notre monde et nous rendons grâce à Dieu d'avoir placé Soeur Bernadette sur notre route.

Durant les quatre derniers mois, nos équipes ont poursuivi leurs visites pastorales et leurs activités marquées par nos traditionnels temps forts du premier trimestre : Célébration œcuménique et Sacrement des malades à la Résidence des Chênes, fleurs apportées aux personnes visitées à l'occasion de la Journée des malades.

Dominique Ruiz-Badanelli, coordinatrice

La fête de Chandeleur au HIB, le 2 février

En saluant les bénévoles, ministres de la communion, les aumôniers ajoutent : « L'hiver n'est pas encore fini ! » Ah bon, et pourquoi ? Les patients, accompagnés des bénévoles et même de certaines de leurs visites s'installent gentiment autour d'une grande table où les fleurs sont remplacées par des confitures, du Nutella, du miel, du fromage, et les vases par des fours à crêpes ! « C'est quoi, la Chandeleur ? », demande un patient ? Et l'aumô-

nière Agnès attire tous les regards lorsqu'elle raconte :

« C'est une fête de tradition

catholique. On l'a souvent oubliée, mais la Chandeleur est la dernière fête du temps de Noël. En Provence, on laisse la crèche jusqu'à la Chandeleur.

Pour les chrétiens, elle est le jour de la présentation de Jésus au temple, 40 jours après sa naissance. Depuis des siècles, elle est symbolisée par les cierges, (les chandelles), bénis ce jour-là ...et les crêpes ! Selon certains, les crêpes seraient un souvenir des galettes que le pape Gélase I^{er} offrait aux pèlerins venant en pèlerinage à Rome ; mais c'était surtout une pâtisserie facile et économique à portée de toutes les familles pour fêter la Chandeleur. En plus elle a la forme et la couleur du soleil qui nous apporte la lumière

Il existe de nombreux dictons sur le temps à venir, déduit du temps de ce jour :

HIB Estavayer-le-Lac

- « Le soleil et le beau temps du jour de la Chandeleur est signe que l'hiver se terminera tard. »
- « Le soleil de la Chandeleur annonce hiver et malheur. »
- « Si le soleil se montre à la Chandeleur, croyez qu'hiver encore vous aurez. »

Mais la Chandeleur est avant tout la fête de la Lumière et de la Joie ! Elle nous invite à nous arrêter un instant pour garder le cap et contempler le visage du Christ, Lumière des nations !

Un magnifique moment de soleil pour les participants à la crêpe-party ; un moment de contemplation, une halte joyeuse et conviviale dans la longue marche de l'épreuve et de la maladie.

Une bénévole, Claire

Un partage

La personne âgée dans la Bible

Pour cette nouvelle « édition », je souhaite partager avec vous, un extrait du document, publié à l'occasion de l'Année internationale

des personnes âgées (1999), par le Conseil pontifical pour les laïcs, (5 octobre 1998), *Dignité et mission des personnes âgées*.

Je viens de le relire, il me paraît encore tout à fait d'actualité, non seulement pour mon ministère, mais également pour ma vie personnelle. L'extrait que j'ai retenu pour ce jour, concerne le cha-

pitre « la personne âgée dans la Bible » :

Il suffit d'ouvrir la Bible pour mieux comprendre le sens et la valeur de la vieillesse. Seule la Parole de Dieu peut nous rendre capable de sonder la plénitude spirituelle, morale et théologique de cette saison de vie. « Tu honoreras la personne du vieillard ». [Lv 19, 32] « Nos pères nous ont raconté l'œuvre que tu fis de leurs jours, aux jours d'autrefois ». [Ps 43 (44), 2] « Dans la vieillesse encore ils portent fruit ». [Ps 91 (92), 15] « Abraham expira, il mourut dans une vieillesse heureuse, âgé et rassasié de jours, et il fut réuni à sa parenté ». [Gn 25, 8] « Fais-nous savoir comment compter nos jours, que nous venions de cœur à la sagesse ». [Ps 89 (90), 12] « En toi, Seigneur, j'ai mon abri, sur moi pas de honte à jamais » [Ps 70 (71), 1.]

Dans ce document, les passages ci-dessus sont accompagnés d'observations et de réflexions qui peuvent nous aider à nous rappeler ou à approfondir la signification du troisième et quatrième âges, et les défis qui se présentent à ceux-ci dans la société contemporaine.

Par son témoignage, Jean-Paul II a souhaité encourager les liens entre les générations, « les personnes âgées tendent la main aux plus jeunes avant de chercher un bras sur lequel s'appuyer au soir de leur vie ».

Bonne lecture à tous ! Je vous souhaite une très belle et joyeuse Fête en Christ ressuscité !

Erika Kovacs

Du Bureau Cantonal

Un nouveau parcours de **Formation initiale des bénévoles visiteuses et visiteurs de personnes âgées et malades** va commencer au mois de mai.

Nous aimerions vous présenter brièvement les sept matinées vécues à l'Abbaye de la Maigrange lors du parcours qui vient de se terminer.

1ère rencontre

Présentation de la Pastorale de la Santé

Mais aussi les motivations, craintes, compétences, peurs des participantes. D'une manière ludique, elles ont pu exprimer leur ressenti :

- *Bien se former. Est-ce que le Seigneur est en train de me dire quelque chose ? Je me réjouis. Je n'ai pas d'expérience, mais espère faire le mieux possible.*
- *J'attends une aide spirituelle pour avancer dans la visite. C'est un appel du Seigneur. C'est le côté spirituel qui m'attire.*
- *L'action de Dieu passe par des rencontres, je cherche une nourriture spirituelle → l'esprit qui aide à décider.*
- *Dans ma profession, je n'arrive plus à écouter, car le métier a changé et cette formation c'est un pas vers la relation, la relecture. J'ai envie de traiter l'être humain dans son ensemble. Appro-*

fondir, découvrir.

- *Pour prendre de l'assurance. La visite c'est précieux. Merci Seigneur !*
- *Je cherche des conseils. Une voix me dit : Vas-y !*
- *Pour aider, mieux écouter les autres et mieux parler.*

2ème rencontre

Écoute centrée sur la personne et ses états du moi.

Intervenante : Mme Pascale Ott, Formatrice à « l'écoute centrée sur la personne » auprès de l'association AKOUO.

Aider à comprendre comment la personne est structurée pour qu'elle prenne conscience que visiter ce n'est pas que de la bienveillance. Comment se mettre à l'écoute et comment s'écouter. Mme Ott présente un outil de travail qui utilise l'empathie, le non-jugement et l'authenticité. Trois éléments permettant d'aller vers l'autre en étant ce que nous sommes au plus profond de nous-mêmes. *Plus je sais qui je suis, plus je peux laisser à l'autre d'être qui il est. Je ne souhaite que le rejoindre ici et maintenant.*

3ème rencontre

Communication et relation avec une personne souffrant de troubles cognitifs. Principes de base de l'approche relationnelle avec les personnes souffrant de démence.

Intervenante : Mme Marie-Christine Baechler, infirmière spécialisée (RFSM).

En prenant comme exemple la maladie d'Alzheimer, Mme Bae-

chler nous rend attentifs au fait que souvent on met la maladie avant la personne alors que c'est la personne qui devrait passer avant.

Il faut nommer les sentiments, dit-elle : *Ah ! vous êtes triste, en colère...* Souvent leur agressivité est la réponse à ce qu'ils considèrent « notre agressivité ». Un bénévole restaure leur dignité sociale → *quelqu'un s'intéresse à moi*. Cela augmente leur estime.

Par une technique de « jeux de rôles », Mme Baechler permet au groupe d'entrer plus en profondeur dans l'appropriation de son exposé.

4ème rencontre

Dimension spirituelle de l'écoute. Approche humaniste avec des valeurs chrétiennes, mais sans exclure les autres.

Intervenante : Mme Pascale Ott, Formatrice à « l'écoute centrée sur la personne » auprès de l'association AKOUO.

Mme Ott rend sensible à l'identité du bénévole : *Je suis une personne bénévole envoyée par la Pastorale de la Santé (cela me donne une légitimité), et tenue à la confidentialité. J'ai comme mission de respecter inconditionnellement la personne, d'écouter et de témoigner par ma disponibilité et ma bienveillance de la tendresse de Dieu.* Comment en tant que personne mettre en lumière la tendresse de Dieu ? Dans l'écoute, la dimension spirituelle se manifeste dans la paix qui se met à la disposition de l'autre.

5ème rencontre

L'épreuve, la maladie, le deuil. Dieu et la souffrance.

Intervenant : M. Thierry Collaud, médecin et théologien. Professeur d'éthique.

Dieu fait d'abord vivre, il crée le monde et le crée bien. Le mal n'a pas une existence en soi, il apparaît quand il y a destruction du bien. La maladie c'est la destruction de la santé. Aller chercher la vie bonne qui reste toujours là → accompagnement !

La souffrance :

- . Comment est-elle perçue chez l'autre ?
- . Comment chemine-t-on avec elle ?
- . Comment lui donner un sens ?
- . Et Dieu là-dedans, comment intervient-il ?
- . Qu'est que cela nous fait de voir l'autre souffrir ?
- . Comment peut-on cheminer sans être brûlé ou détruit ?

6ème rencontre

Prière et sacrements.

Intervenant : Abbé Bernard Miserez.

La prière est toujours celle du Christ et notre prière devient la sienne. Elle est la manifestation de l'Esprit en nous. En regardant comment Jésus prie, nous pouvons apprendre de lui que la prière est déjà l'expression de son exhaussement. On ne prie pas pour mais parce que : *Père, je te rends grâce parce que...*

Le sacrement c'est ce qui fait de nous des chrétiens. C'est

Dieu qui s'approche pour nous faire renaître. Le sacrement vient restaurer en nous l'image de Dieu, la ressemblance à Dieu.

7ème rencontre

Relecture du parcours.

Intervenant : Abbé Philippe Matthey.

Selon l'abbé Matthey, dans chaque être humain il existe « un acte de foi premier ». Se demander de quelle manière pouvons-nous faire émerger chez l'autre quelque chose qui est déjà existant et l'aider à naître plus à lui-même. C'est-à-dire, faire émerger dans l'autre la foi première d'abord, et puis cette foi en Dieu dont nous sommes les témoins. La foi peut se communiquer, dit-il, mais elle n'est pas transmissible. Nous pouvons « juste » faire émerger la foi de l'autre (Pastorale d'engendrement).

Nous croyons en la vie qui est dans la personne que nous visitons, surtout si elle est dans la fragilité, surtout si elle est dans le doute ; à ce moment-là, non seulement nous la portons, mais nous sommes aussi portés par elle.

Lors de la relecture du parcours que chaque participante a fait, l'abbé Matthey a su trouver la Parole d'Évangile susceptible de l'accompagner pendant la suite de son ministère.

Quelle meilleure manière de présenter ce parcours que par un témoignage ? Mme Chantal Vogler le fera à la page suivante.

Carmen Pina-Meier, secrétaire

Retour sur un parcours, un chemin... vers l'autre, vers Dieu

Lorsque je me suis inscrite à ce parcours de formation, j'avais le désir d'en apprendre plus sur la visite aux personnes malades ou âgées et j'étais dans une grande joie à l'idée de me former sur ce domaine encore relativement méconnu pour moi. Cette joie ne s'est pas démentie, de par la qualité des intervenants et le contenu des cours, ainsi que par toute l'atmosphère qui a entouré ce parcours.

Ce qui m'a frappé dès la première rencontre a été l'esprit de fraternité et la chaleur humaine qui régnait entre tous : une dizaine de bénévoles, pour la plupart déjà engagées dans des visites de personnes âgées, et l'équipe des responsables. Il n'y avait ni différences ni distance entre les personnes réunies dans ce monastère de la Maigrauge, mais bien plutôt un attachement particulier qui nous liait. Notre objectif commun, la visite à des personnes malades, et notre désir de nous mettre au service des souffrants, a probablement été le ciment de notre relation. De plus, nous étions tous reliés par une même foi, même si elle pouvait se décliner différemment, et envoyé en mission d'Eglise, ce qui ajoutait certainement une transcendance à ce lien. Le lieu, imprégné de la prière des religieuses et emprunt de sérénité, favorisait aussi cette ambiance fraternelle, et le partage de la prière des Sœurs y contribuait.

Parmi les thèmes abordés, celui qui m'a peut-être le plus tou-

chée et intéressée a été la relation avec des personnes souffrant de troubles cognitifs et de démences. De nombreux outils de communication nous ont été donnés pour rejoindre ces personnes dont l'approche peut être difficile. La base de toute visite étant l'écoute, nous avons également travaillé cet aspect, en y intégrant aussi la composante spirituelle. Une matinée nous a confrontés à la souffrance et à l'épreuve, et à la présence de Dieu dans tout chemin de souffrance. Dans ce cadre, on nous a rappelé combien la dignité de la personne humaine demeure toujours, même lorsqu'elle est défigurée. Un enseignement sur la prière et les sacrements a soutenu le volet spirituel de cette formation.

Des temps de partage vécus dans une grande confiance m'ont permis d'avancer dans la réflexion, d'apprendre de mes compagnes plus expérimentées et de m'enrichir des divers parcours personnels. Les moments de pause et le repas, pris en commun pour ceux qui le pouvaient, ont aussi été le lieu d'échanges tantôt joyeux, tantôt profonds, mais toujours chaleureux.

Au terme de ce parcours, j'évoquerai quelques éléments qui m'ont le plus interpellée. C'est bien la rencontre, de personne à personne, qui est importante. Chacun, le visiteur comme le visité, est présent avec son propre vécu. Chacun va parcourir un chemin vers l'autre, et si possible un chemin de croissance. Pour cela, il faut trouver la flamme de vie qui est présente en toute personne, même en la plus abîmée. C'est à une pastorale de vie que l'on prête ses forces et donne son temps. Tout cela ne serait pas possible si Dieu n'était pas présent au cœur de cette visite. Dans

cette rencontre à trois, Il est toujours présent, même lorsqu'il est caché.

Je suis au début du chemin... La prochaine étape sera d'approfondir la réflexion, non seulement personnellement mais aussi à partir de l'expérience d'autres visiteurs ou visiteuses, afin de mettre en pratique ce que j'ai reçu durant ce parcours.

Je ne voudrais pas terminer sans remercier chaleureusement toute l'équipe des responsables de la pastorale de la santé pour la mise en place de cette formation, pour leur accueil et leur soutien, ainsi que toutes mes compagnes bénévoles qui ont enrichi ces moments de leurs partages et de leur présence. « Soyez toujours dans la joie, priez sans cesse, rendez grâce en toute circonstance : c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus. » (I Th 5, 16-18).

Chantal, une participante

Journée Cantonale

Vendredi 23 juin 2017

Dans nos nouveaux locaux
Bd de Pérolles 38, Fribourg



Dans les
UP

Calendrier des rencontres

Bulle- La Tour : **le lundi de 19h30 à 21h, au salon paroissial de la Tour-de-Trême.**

22.05.17

Gruyère : **le mercredi de 14h30 à 16h au salon paroissial de la Tour-de-Trême.**

10.05.17 (intervenant extérieur)

Fribourg : **le mardi de 14h à 15h30
Bd de Pérolles 38, Fribourg.**

16.05.17 (intervenant extérieur)

ND de la Brillaz : **le vendredi de 14h à 15h30, à la salle paroissiale de Matran.**

19.05.17 (intervenant extérieur)

Réseau Santé Glâne : **le vendredi à 18h.**

02.06.17 Home de Vuisternens

Message du Pape François pour le Carême 2017

Chers frères et sœurs,

Le Carême est un temps favorable pour nous renouveler dans la rencontre avec le Christ vivant dans sa Parole, dans ses Sacrements et dans le prochain.

Le Seigneur qui – au cours des quarante jours passés dans le désert a vaincu les pièges du Tentateur – nous montre le chemin à suivre.

Que l'Esprit Saint nous aide à accomplir un vrai chemin de conversion pour redécouvrir le don de la Parole de Dieu, être purifiés du péché qui nous aveugle et servir le Christ présent dans nos frères dans le besoin.

J'encourage tous les fidèles à manifester ce renouvellement spirituel en participant également aux campagnes de Carême promues par de nombreux organismes ecclésiaux visant à faire grandir la culture de la rencontre au sein de l'unique famille humaine. Prions les uns pour les autres afin que participant à la victoire du Christ nous sachions ouvrir nos portes aux faibles et aux pauvres.

Ainsi nous pourrons vivre et témoigner en plénitude de la joie pascale.

