

# La Famille Camillienne

N°24



Mars 2001



**SANTO GIUSEPPE**  
ESPERANZA DEGLI AMMALATI

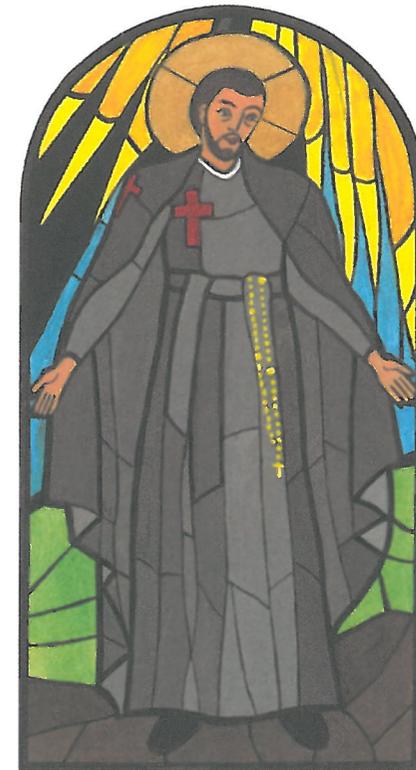
### ESPERANCE des MALADES

Ô saint Joseph, vous êtes l'espérance des malades et la toute-puissance de Jésus est dans vos mains. Rien ne vous est alors impossible. Écoutez avec bienveillance notre prière pour les membres souffrants de votre Église.

Nous vous prions d'adoucir les peines des personnes que nous vous recommandons spécialement aujourd'hui. Obtenez leur la grâce d'une entière soumission à la volonté divine. Mais aussi, montrez leur votre bonté en leur accordant la patience et l'espoir de la guérison, avec la grâce d'une vie toujours plus agréable à Dieu.

Ô saint Joseph, ne permettez pas que nous vous ayons prié en vain, mais par cette faveur que nous vous demandons, faites grandir notre confiance et notre reconnaissance envers vous comme envers notre Père. Amen.

Oratoire Saint-Joseph  
3600 Cassano Crespi Street  
Montreal, Québec, Canada H3V 1H6  
Tel: (514) 733-6111 Fax: (514) 733-9735  
www.camillians.org



VITRAIL DE SAINT CAMILLE  
Sanctuaire de Bucchianico, sa ville natale

● <b>SOMMAIRE</b>	
● <b>Editorial :</b>	<b>p.1</b>
● <b>Saint Camille et la croix rouge</b>	<b>p.2</b>
● <b>Une initiative originale : la gestion du stress</b>	<b>p.7</b>
● <b>Prière de consécration de nos cinq sens</b>	<b>p.12</b>
● <b>Le corps, sacrement de l'âme</b>	<b>p.14</b>
● <b>Le saint du mois : Saint Jean de Dieu</b>	<b>c. 3</b>
● <b>Prière à saint Joseph, espérance des malades</b>	<b>c. 4</b>

*Toute personne désireuse de rejoindre la Famille Camillienne de France doit se faire connaître auprès des responsables à l'adresse ci-dessous :*

Famille Camillienne de France

179 bis, bd Pasteur, B.P. 26

94363 BRY-SUR-MARNE

E-mail : [famille.camillienne@worldnet.fr](mailto:famille.camillienne@worldnet.fr)

Prochain bulletin : Avril 2001.

Participation aux frais : 100 F (10 numéros).

**LE SAINT DU MOIS :  
SAINT JEAN DE DIEU (1503-1550)**

*« Par les corps, aux âmes »  
fête le 8 mars*

En ce début du XVI<sup>e</sup> siècle, un petit garçon de 8 ans, Juan Cidade, quitte sa famille et son Portugal natal. Pourquoi ? Nul ne le sait. Épuisé de fatigue à cent cinquante kilomètres de Madrid, il est recueilli par un riche propriétaire, qui l'emploie comme berger. Douze ans plus tard, Juan s'engage dans les troupes de Charles Quint, alors en guerre contre les Français. Il tombe ensuite dans une vie d'errances, de voyages, de fuites, qui l'emmène jusqu'à Grenade, où il s'établit comme marchand de livres de piété. Là, une prédication de saint Jean d'Avila le bouleverse, il se convertit radicalement ; il est âgé d'une quarantaine d'années.

Juan se repent publiquement d'une manière si spectaculaire qu'on le prend pour un fou et l'enferme dans un asile. Après plusieurs mois terribles, il en sort décidé à passer le reste de sa vie à secourir ceux qu'il a côtoyés : paralytiques, vagabonds, prostituées, et surtout malades mentaux.

Dans un premier temps, il accueille ces souffrants dans un abri de fortune et mendie pour eux le pain. Il devient populaire, on l'appelle Jean de Dieu. Sa vision de l'accueil et des soins apportés aux malades fait de lui « le père de l'hôpital moderne ».

Ce n'est qu'après sa mort, en 1550, que ceux qui l'ont accompagné dans son apostolat fondent les Frères hospitaliers de saint

Jean de Dieu, et font édifier les premiers hôpitaux où ils exercent leur charisme et procurent des soins. Ils ont pour devise une parole qu'on entendait souvent dans la bouche de Jean : « Par les corps, aux âmes ».

Aujourd'hui, cette œuvre compte deux cent quatre-vingt-treize hôpitaux généraux psychiatriques, et diverses maisons d'accueil à travers le monde. Les Frères veillent même sur la santé du pape, comme infirmiers et pharmaciens du Vatican.

Proclamé, avec saint Camille de Lellis, patron des hospitaliers et des malades en 1886, et protecteur des infirmiers en 1930, Jean est un fou de Dieu, qui a su être le confident et le réconfort des plus faibles.

*M-C Lafon, Famille Chrétienne n° 1207, 3 mars 2001*

◆ *Nos gestes d'adoration disent-ils notre prière ?*

Le corps est impliqué dans notre vie religieuse. Il y a des lieux et des moments qui sont plus propices à une rencontre avec Dieu. A genoux devant une icône, on entre plus facilement dans la prière qu'assis devant un ordinateur. Mais dans n'importe quelle situation, on peut toujours prier. Il existe une multitude de gestes pour dire notre adoration, jusqu'à celui du prêtre allongé sur le sol le jour de son ordination, comme signe d'une donation totale.

Ces gestes expriment quelque chose de notre foi, ils sont un témoignage. Une phrase de la règle de saint Benoît m'a toujours intrigué : *mens concordet voci* « que l'esprit s'accorde à la voix ». Spontanément, on tend à penser le contraire... En fait, dans une communauté, chanter ensemble convertit l'esprit de celui qui chante, le hisse au niveau de ce qui est chanté, au niveau spirituel de la communauté. A certains moments, notre corps va être le moteur de notre esprit. S'il arrive que nous soyons assaillis de distractions dans l'oraison, nous pouvons, par le corps, exprimer notre volonté profonde d'être là devant Dieu. Ce qui nous permet alors de persévérer, c'est notre corps en prière.

*Recueilli par Denis Solignac  
Chemins d'Eternité n°186, mars-avril 2001*

## EDITORIAL

*Bien chers tous,*

*Bien cher Père André Primault,*

*Nos pensées vont d'abord vers vous, notre accompagnateur spirituel, qui êtes hospitalisé, après un accident vasculaire cérébral, survenu le 27 février, tandis que vous étiez présent à une réunion diocésaine de la Pastorale de la Santé.*

*Après trois jours de coma, deux semaines en soins intensifs, vous vous remettez peu à peu, dans une maison de convalescence.*

*Ce bulletin vous est dédié. Avec notre prière, qu'il soit un lien ajouté à tous les messages d'amitié que vous recevez de France et de l'étranger, de vos proches, de vos confrères, des membres de l'aumônerie, d'amis, tous touchés par ce qui vous arrive.*

Ce temps de carême prend une réalité très forte lorsque l'on est malade, lorsque l'on touche douloureusement ses limites, lorsque l'on vit Gethsémani. Il n'y a pas de résurrection sans croix... il n'y a pas de croix sans résurrection.

Vous trouverez dans ce numéro l'un de vos enseignements sur **saint Camille et la croix rouge**.

Nous présentons ici aussi le détail d'une belle initiative, signe de la vitalité et de la fraternité de notre groupe : Simone et Anne-Marie, après avoir suivi les formations adéquates, se sont proposées pour nous initier au massage sensitif et à la sophrologie, afin de nous aider, en tant que proches des malades, à savoir mieux gérer nos stress.

Nous y avons ajouté un article d'un aumônier d'hôpital : « **Le corps, sacrement de l'âme** » et une prière de consécration de nos cinq sens, ce qui rejoint le quotidien de chacun.

*Nous avons laissé une belle place à **saint Jean de Dieu**, dont la devise était : « **Par les corps, aux âmes** », déclaré, en 1886, avec saint Camille, patron des malades et des infirmes, puis en 1930, tous deux patrons du personnel hospitalier, et fêté le 8 mars.*

*Bien sûr, nous n'oublions pas, le 19 mars, « **saint Joseph, espérance des malades** », vocable sous lequel on le prie à Montréal, ville dont il est le saint patron (prière en dernière page).*

*Bien fraternellement,*

Marie-Christine Brocherieux, Présidente de la FC de France

## L'enseignement du Père André Primault

### Saint Camille et la croix rouge.

Camille venait d'obtenir du souverain pontife la reconnaissance de sa famille spirituelle sous le nom bien déterminé de « **Société des Ministres des Infirmes** ». Dès le 20 avril 1586, il réunit ses compagnons et, par votes secrets, il procéda à l'élection du premier supérieur.

C'est lui, Camille, qui fut élu à l'unanimité. Il s'inclina devant cette décision, estimant que la supérieur n'était, en réalité, que le serviteur de tous les autres. Il le croyait ainsi, et il ne cessa jamais d'agir en conséquence. Son premier geste fut de se passer une besace au cou et d'aller mendier en compagnie d'un autre père de la congrégation.

Le succès fut complet : ils revinrent avec un peu plus de pain, mais après bien des moqueries et des grossièretés. La quête fut toujours une source d'humiliations, et la tâche des quêteurs, une des tâches les plus ingrates et les plus ardues. Les quêteurs étaient pourtant les pionniers indispensables de toutes les œuvres providentielles ; c'étaient les grands semeurs des moissons futures. Et quand, malgré la générosité de leurs efforts, leur besace restait vide des offrandes des hommes, c'est Dieu qui leur venait en aide : et il le fit dès le temps de Camille en inspirant au cœur de bienfaiteurs très charitables les sentiments d'une grande libéralité.

Aux bienfaits matériels si nécessaires, vinrent s'ajouter des appuis très appréciables. Le Cardinal de Sens s'éprit pour le fondateur et sa congrégation d'une véritable vénération et d'une affection réelle. Il en parlait volontiers à Sixte Quint et toujours en termes très avantageux. **Ce prêtre et ses compagnons, disait-il, donnaient à la ville de Rome l'exemple de la plus extraordinaire charité.** Le souverain pontife en conçut un ardent désir de voir lui-même et d'entendre le serviteur de Dieu. Informé d'une telle condescendance, Camille s'empressa de se rendre au Vatican. Il fut introduit auprès du Saint-Père, se prosterna à ses pieds et lui exposa, en toute humilité,

d'une personne et les événements qu'elle traverse. C'était déjà la grande interrogation de Job.

◆ *Dans notre vision du corps, devons-nous conserver celle du Christ flagellé et crucifié ?*

Toute l'ambition de la sainteté chrétienne, c'est d'imiter le Christ (comme saint Paul) ou le suivre (comme saint Jean). Cette imitation a souvent été prise à la lettre au cours des siècles. Les parfaits imitateurs du Christ sont les martyrs. En même temps, on s'est rendu compte qu'imiter le Christ, c'est imiter avant tout son attitude intérieure, ce qui se traduit de multiples manières dans la vie des chrétiens. L'aventure de la sainteté a des conséquences, au quotidien et sur le corps. Il reste, comme dit saint Paul : « Je complète ce qui manque aux tribulations du Christ en ma chair pour son Corps qui est l'Eglise » (Col, 1, 24), que tout ce qui a été vécu par celui qui est la tête du corps de l'Eglise doit être vécu d'une manière ou d'une autre dans ses membres. Par son incarnation, le Christ s'est manifesté comme l'archétype de l'humanité et nous serons tous configurés à lui dans notre mort corporelle. Certains dans l'Eglise le signifient d'une manière plus visible ; je pense, par exemple, aux stigmatisés, tel saint François d'Assise.

◆ *Quelle place tient l'Eucharistie dans notre croissance personnelle ?*

L'Eucharistie est le viatique, la nourriture du chemin. Dieu a voulu que nous progressions dans notre vie spirituelle en utilisant l'analogie de la nourriture nécessaire à la croissance du corps. Ce n'est pas par la connaissance ou la science mais par la nourriture que l'on grandit. La Parole s'est faite chair et pas seulement papier. Elle construit l'unité du corps mystique et ceci par-delà les générations. L'Eucharistie que nous célébrons aujourd'hui rend contemporain le mystère pascal du Christ. Toute l'Eglise, sur terre, au ciel et au purgatoire, est réunie quand nous communions au corps du Christ.

## Le corps, sacrement de l'âme.

Le Père Eric Iborra, 42 ans, a enseigné l'anthropologie chrétienne au séminaire de Paris. Il a rejoint, il y a deux ans, l'aumônerie de l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière. Il livre quelques-unes des lumières que l'Eglise enseigne sur le corps.

◆ *L'Esprit Saint nous permet-il d'édifier, dès ici-bas, le corps spirituel qui nous est promis dans la vie éternelle ?*

Oui. L'aspiration profonde de l'être humain, c'est de vivre uni corps et âme. Le judaïsme et le christianisme reprennent bien l'idée que la vie est un tout et la mort un traumatisme dans l'ordre de la création : elle n'entre dans le monde que par le péché. L'homme est fondamentalement un. Il est un esprit incarné. Cet esprit fait subsister la matière qu'il assume de sorte que son corps est la manière d'être de l'esprit dans le monde matériel. Le corps est en quelque sorte la visibilité de l'esprit, le sacrement de l'âme. Nous construisons notre corps spirituel du fait qu'il existe un lien entre cette vie et la vie à venir.

On ne peut évidemment avoir aucune idée de ce que sera notre corps glorieux, pour la simple raison que l'expérience que nous avons du monde matériel est celle d'un monde abîmé, périssable. Ce corps glorieux sera la manifestation dans un univers renouvelé de ce qu'aura été notre vie d'ici-bas. Il dira notre degré de sainteté, c'est-à-dire la manière dont nous aurons vécu de foi, d'espérance et de charité à travers les actes de liberté que nous aurons posés dans ce monde.

◆ *Le corps peut donc dire la sainteté ?*

Dans le ciel, la qualité de l'existence des personnes sera signifiée visiblement par la splendeur de leur corps. Il est vrai qu'ici-bas, nos corps ne sont pas toujours l'expression de la beauté de nos âmes. Des personnes à l'âme très belle peuvent avoir un corps sans grande beauté et pour d'autres, c'est le contraire. Il n'y a pas de correspondance immédiate, ici-bas, entre la qualité

comment le Seigneur avait daigné se servir de lui, « *vil instrument* », pour former cette société que Sa Sainteté venait de reconnaître et d'approuver.

Le pape scruta d'un long regard pénétrant cet humble prêtre agenouillé devant lui. Il en admira la candeur, mais en même temps, il reconnut le prodigieux travail de la grâce dans cette nature si forte, si pleine de fierté et de vigueur.

Il le félicita cordialement et l'exhorta à mettre sa confiance dans la protection apostolique qui ne lui manquerait pas.

**Encouragé par une telle bienveillance, Camille sollicita du souverain pontife la faculté de porter au côté droit de l'habit et du manteau une croix rouge** qui distinguerait les nouveaux religieux des autres clercs réguliers portant tous à peu près le même costume. Le Saint-Père fit aussitôt droit à cette requête et demanda que lui soit présenté un mémoire à ce sujet.

Quelques jours après, le mémoire était présenté, avec un modèle en papier, de la croix rouge.

La Sacrée Congrégation donna un avis favorable. Le bref d'autorisation est daté du 26 juin 1586. Trois jours plus tard, c'était la fête des saints apôtres Pierre et Paul ; le fondateur et sept de ses religieux se rendirent à la Basilique Saint-Pierre avec leur nouveau signe distinctif. La foule, très nombreuse à Rome en pareil jour, se montra très étonnée et réagit de diverses manières. Les uns disaient que c'étaient des Jésuites revenus des Indes ou du Saint-Sépulcre ; d'autres, en se moquant, prétendaient que c'étaient des Chevaliers du Caillou, compagnie tombée à l'époque en discrédit.

La croix rouge camillienne ne devait jamais cesser de piquer la curiosité des gens. Combien de fois n'a-t-on réclamé sa signification ?

Quelles sont donc les raisons qui ont poussé Camille lui-même à demander le privilège de ce signe très particulier ?

Camille avait pensé à une croix, afin, disait-il, de faire connaître au monde que nous tous, marqués du saint emblème de la croix, nous sommes comme des esclaves vendus et voués au service des pauvres malades ; en vue aussi de montrer que c'est l'Ordre de la Croix, c'est-à-dire de mort, de souffrance et de fatigue. Ainsi, ceux qui voudront s'exercer à notre genre de vie devront se disposer à embrasser la croix, à pratiquer le renoncement et à suivre Jésus-Christ jusqu'à la mort. Il disait encore à ses religieux : « *La croix que vous portez sur votre poitrine doit vous servir de continuel avertissement à porter en tout lieu la mortification et la patience du Christ et à bien accueillir, par amour du prochain, toute fatigue et toute peine* ».

Voici maintenant des remarques particulières faites au sujet de cette croix par le premier chroniqueur de l'Ordre :

« **Aux curieux qui désirent savoir la raison de cette croix sur le côté droit**, plutôt que sur le côté gauche de la poitrine, comme c'était l'usage de tant d'Ordres de Chevaliers, je répons brièvement que Camille le voulut ainsi, non pas pour se singulariser, mais uniquement pour la rendre plus apparente et plus visible et empêcher absolument qu'on puisse la cacher en la couvrant avec le manteau. J'ajoute que cela n'arriva pas sans une permission spéciale de la Providence du Seigneur, pour rendre les Ministres des Infirmités terribles et formidables aux démons. Car tous les autres religieux, seigneurs et chevaliers, qui la portent à gauche, la portent comme une arme défensive et comme un bouclier pour se défendre eux-mêmes des coups et des tentations des ennemis infernaux. Mais notre congrégation, ayant pour but spécial d'aider les âmes dans le dernier combat et le conflit de la mort, la porte du côté droit comme une épée tranchante et une arme offensive pour vaincre et dominer les démons, les pires ennemis de ce puissant signe de la croix ».

**On peut aussi se rappeler le songe que la mère de Camille vit durant sa grossesse** : un enfant, portant une croix sur la poitrine, précédait d'autres enfants, chacun d'eux portant aussi le même signe sur la poitrine : une croix. Et ce songe la bouleversa, parce que, se disait-elle, « les malfaiteurs vont au gibet avec la croix au cou et donc mon fils devenu grand connaîtra cette fin

Seigneur, purifie mon toucher.  
Que ma capacité de réceptivité  
Soit sans cesse en contact avec le réel.  
Que je puisse recevoir  
Toutes ces choses belles et bonnes  
Que tu as disposées pour moi  
Et, à travers elles, te recevoir et t'aimer.

Seigneur, je te consacre mon odorat.  
De mes cinq sens, il est celui  
Qui a été le plus préservé de la chute.  
Que, par lui, je sente et goûte les odeurs et parfums  
Et pressentent ainsi les délices du monde à venir.  
D'après Jo Croissant (« Le corps temple de la beauté » Ed. des Béatitudes, 1997)



## PRIERE DE CONSECRATION DE NOS CINQ SENS

Seigneur, je te rends grâce pour le corps que tu m'as donné  
Et que tu as choisi pour être tabernacle de ta présence.

Seigneur, purifie mes oreilles.  
Que par elles, je puisse accueillir ta parole.  
Que par elles, je sois à ton écoute et à l'écoute de mes frères.

Seigneur, purifie mes yeux.  
Que par eux, je puisse voir l'invisible,  
Reconnaître ta présence qui se cache  
Derrière chaque chose, chaque événement.

Seigneur, purifie ma bouche.  
Que par elle, je te bénisse  
Et bénisse mes frères  
Que, par elle, je proclame ta Parole  
Et chante tes louanges en tous lieux  
Et en tous temps.

Seigneur, je te consacre mon goût.  
Que je sache apprécier  
La saveur des aliments  
Et grandir  
Dans la reconnaissance envers toi.

en compagnie d'autres brigands ». Mais le Seigneur permit qu'il en fût tout autrement ; et Camille lui-même, dans sa vieillesse, avait coutume de le rappeler à beaucoup de ses concitoyens, en disant : « *Voyez cette croix, que notre mère pensait devoir être pour la ruine et la destruction de sa maison, voyez comment Dieu l'a convertie pour la résurrection d'un grand nombre et l'accroissement de sa gloire* ».

Nous avons laissé Camille et ses compagnons en route vers la basilique Saint-Pierre. Ils y donnèrent libre cours aux élans de leur âmes ferventes, se recommandant à la protection spéciale des saints apôtres Pierre et Paul, s'offrant entièrement à Dieu et le remerciant d'avoir reçu la grâce de porter sur eux l'emblème de la croix.

Il y a **croix rouge et croix rouge**, mais **Henri Dunant**<sup>1</sup>, venu exprès à Solférino quémander une faveur à Napoléon III pour une affaire personnelle, fut très probablement témoin, en 1859, de l'immense détresse des blessés, abandonnés sans soins sur le champ de bataille. Lui-même, dans une lettre, signale la présence d'un prêtre italien bénévole, soignant les belligérants blessés ou malades. On sait par ailleurs que des camilliens furent dépêchés sur les lieux par une communauté lombarde. La rencontre de non-combattants, reconnaissables à leur croix rouge, assistant sans discrimination tous les belligérants, quelle que soit leur nationalité, aura suggéré à Henri Dunant l'idée d'un emblème conventionnel de neutralité, universellement reconnu, réservé aux seuls membres de la Croix-Rouge internationale.

C'est donc bien à Camille que revient tout l'honneur d'avoir le premier levé l'étendard de la croix rouge, de l'avoir déployé pour l'encouragement des malades et comme signe de ralliement suprême pour les

---

<sup>1</sup> **Henri Dunant** : philanthrope suisse, né à Genève (1828-1910). Il fit adopter la Convention de Genève (1864) et fut le principal fondateur de la Croix-Rouge. Prix Nobel de la Paix (1901)

agonisants. La grande et vive sympathie que ce symbole devait susciter à travers les siècles, ne peut faire oublier à personne ses humbles origines. Saint Camille ne fut donc pas seulement un précurseur de la croix rouge, il en fut et il en reste le véritable inventeur et l'ardent apôtre. **C'est lui qui, le premier, a organisé une œuvre de haute bienfaisance chrétienne, en groupant sous l'insigne de la croix rouge tout un Ordre religieux qui n'aura jamais d'autre mission dans l'Eglise de Jésus Christ que de faire rayonner dans les âmes et sur les pauvres corps malades la plus pure charité.**

Cette belle croix de saint Camille nous apparaît teinte du sang même de Jésus, chaude de son amour et brûlante de sa charité. Qui dira jamais toute l'œuvre mystérieuse qu'elle a accomplie pendant ces quatre siècles de sa lumineuse existence ; combien de malheureux, de personnes désemparées, de pauvres agonisants surtout, ont retrouvé dans son rayonnement l'apaisement, la joie et la véritable vie !

Croix de Jésus Christ, croix de vie, croix de gloire : la seule explication de la croix, c'est l'amour qui va jusqu'au bout. « Jésus ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, les aima jusqu'au bout » (Jn 13, 1). **La célébration du vendredi saint, c'est déjà la célébration de la gloire de la croix, de la gloire de la résurrection.**

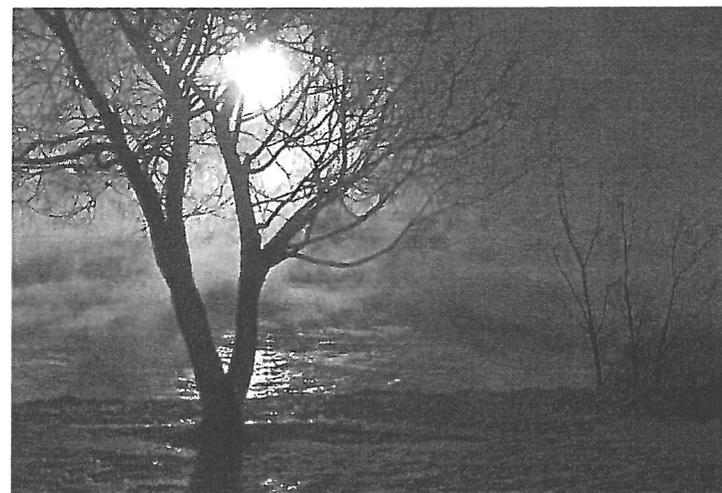
Aimons donc cet emblème de la croix : s'il nous parle de renoncement, s'il nous parle de lutte, il nous parle surtout d'amour, d'amour sans mesure.

Et voilà pourquoi saint Camille a voulu que ses disciples promettent au Seigneur de toujours servir les malades, même au risque de leur vie. « Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime ». (Jn 15, 13).

reçoit ce qui est dit mais elle n'analyse pas le pourquoi de tel ou tel ressenti ; son rôle a été de l'avoir **induit**, et à partir de là de permettre à la personne d'en prendre conscience et, s'il le désire, d'aller plus loin dans sa reconstruction.

**Visiblement, ces séances nous font à tous du bien.** Nous repartons détendus, confiants en nous et en l'autre, le sourire aux lèvres, plus aimants, mieux préparés à affronter les réalités parfois dures de ce qui attend chacun. Merci Simone, merci Anne-Marie, de nous aider ainsi à « fleurir là où nous sommes semés ».

Marie-Christine



Lorsque Simone et Anne-Marie m'ont parlé de nous faire bénéficier de leurs formations en initiant le groupe à la gestion du stress, de façon à toujours mieux nous préparer à aller vers ceux qui souffrent, j'ai tout de suite compris que leur initiative était **un cadeau pour nous**.

Simone et Anne-Marie nous ont exposé leur projet, et nous avons pris trois dates, le samedi après-midi, de 14 h à 18 h, dans une salle que nous prête la communauté.

A chaque séance, lorsque nous arrivons, **elles nous accueillent fraternellement** et déjà une part du stress du monde extérieur reste à la porte. Tout est bien prévu, que ce soit le matériel pour le cours, la répartition du temps de chacune, le petit goûter, qui est non seulement une détente mais un partage de paroles entre nous. Tout semble simple et aller de soi parce qu'elles aiment ce qu'elles font (elles en connaissent les bienfaits pour elles-mêmes) et parce qu'elles s'entendent bien.

Elles ont **un véritable enseignement** à nous donner, avec une partie théorique et une partie pratique. Certains d'entre nous ont déjà des notions de relaxation ou de massage ; cela les aide à entrer facilement dans l'exercice qu'elles nous montrent, que nous expérimentons pour nous-mêmes, puis que nous faisons à notre voisin ou notre voisine.

Anne-Marie est une soignante, Simone, une bénévoles qui aide des anciens dépendants de l'alcool à se reconstruire, à réapprendre à se connaître, à s'aimer. Elles ont toutes les deux de la patience, de la douceur, et **elles mettent en confiance**. Elles vérifient que chaque exercice soit bien intégré intellectuellement (la proposition) et physiquement (l'exercice reçu et donné), avant de passer au suivant.

Il y a aussi la part du silence, du calme retrouvé, de la respiration contrôlée, de la concentration sur telle ou telle partie du corps, de la compassion pour soi et pour l'autre dans le geste reçu et donné. Parfois, elles sentent une résistance, une difficulté... En effet, un événement du passé, récent ou plus lointain, peut surgir. Chacun, à tour de rôle, dit comment il a vécu l'exercice. Nous nous écoutons les uns les autres, sans jugement. L'animatrice

### I - LE MASSAGE SENSITIF

#### *Un groupe de Massage Sensitif (MS), au sein de la Famille Camillienne, pour quoi faire ?*

Proposer un groupe de MS, allié à un travail de Sophrologie, avec Anne-Marie, nous est venu spontanément comme une évidence pour apporter deux techniques humaines de croissance personnelle d'une part, et de communication bienveillante et d'écoute avec les malades, d'autre part.

Le MS a été créée en 1956 par Claude Camilli, psychologue, analyste Jungien, mis au point et enseigné à partir de 1975, au terme de 19 années de recherche et d'application. Il est aujourd'hui reconnu et pratiqué dans plusieurs pays d'Europe et d'Amérique du Nord.

Le MS n'est pas un massage à proprement parler et il ne répond pas à la définition du massage médical ou du massage kinésithérapeute. C'est une approche originale par le toucher, basée sur l'interaction du physique et du psychique. C'est un moyen de communication non verbal qui privilégie la libre expression corporelle du massé.

Le MS et la Sophrologie vont bien ensemble. Certains des formateurs en MS ont même suivi la formation de sophrologue avec le professeur Alphonse Cayado, créateur en 1960 du terme « sophrologie ». Claude Camilli a aussi été élu au Conseil d'Administration de la Société Française de Sophrologie, à partir de sa pratique en MS.

Dans ma proposition, il y a le désir d'enseigner et de faire vivre l'esprit et l'essence de cette méthode : l'écoute et le respect de soi et des autres ainsi que de favoriser le dialogue intérieur qui invite au décodage de ce qui s'exprime.

Dans le MS, il y a plusieurs niveaux. Ce que j'ai choisi d'enseigner dans notre groupe, c'est une approche simple et pratique pouvant se mettre en œuvre facilement dans la vie courante avec la famille, les amis, les malades.

Pour le moment, nous n'avons eu qu'une petite approche de cette technique. C'est en pratiquant régulièrement que nous pourrons entrer plus avant au cœur de l'esprit et de l'essence même du MS, ce qui nous permettra de travailler sur les attitudes fondamentales de l'écoute et de la Relation d'Aide : bienveillance, respect de soi et de l'autre, non jugement, foi dans ses capacités à s'en sortir, authenticité.

Nous n'avons encore eu que quelques réunions mais déjà je me suis aperçue que nous sommes devenus plus proches les uns des autres et que les participants sont restés fidèles à nos réunions.

Par cette contribution, j'espère faciliter, au sein de la Famille Camillienne, un climat chaleureux de confiance mutuelle, de bienveillance, d'amour inconditionnel, de croissance spirituelle qui nous permettra d'être épanouis pour aider et accompagner les malades et leur donner la force de vie nécessaire pour surmonter les difficultés de la vie.

Simone

## II – LA SOPHROLOGIE



### Découverte de la Sophrologie

Nous avons décidé au sein de la Famille Camillienne d'échanger nos savoirs et nos expériences. Ainsi, en décembre dernier, nous avons mis en place, à côté d'un atelier de massage sensitif, un atelier de sophrologie à raison d'un samedi après-midi par mois.

Mais qu'est-ce que la Sophrologie ?

La Sophrologie a été créée en 1960, par un médecin neuropsychiatre d'origine colombienne, le Professeur Alfonso Caycedo.

C'est une méthode qui permet d'aider l'être humain au développement de son équilibre et à l'harmonie de son corps et de son esprit. En alliant des techniques mentales (techniques de visualisation, de concentration, activation du positif) et des techniques corporelles (exercices respiratoires, techniques dynamiques), réalisées en état de relaxation, elle permet de travailler sur les différentes structures de son être.

La Sophrologie considère l'être humain dans sa globalité : corps et esprit indissociables et dans toutes ses dimensions (physique, mentale, spirituelle, historique, sociale, culturelle...). Chaque être est unique même s'il obéit à des lois universelles et il a en lui-même des potentialités pour vivre harmonieusement.

Pourquoi pratiquer la Sophrologie ?

- pour mieux se connaître,
- se sentir bien avec soi-même et avec les autres,
- acquérir de la confiance en soi,
- découvrir ses potentialités afin de les développer,
- lutter contre le stress,
- mieux appréhender les événements de la vie,
- se maintenir en bonne santé...

L'atelier de Sophrologie est un moment privilégié où nous pouvons apprendre à « prendre soin de nous-mêmes afin de mieux prendre soin des autres ». Car dans toute relation d'aide, il est indispensable d'être d'abord « bien avec soi-même » pour inspirer de la confiance à l'autre et pouvoir l'accompagner...En effet, comme il nous l'est rappelé dans l'Évangile : « Un aveugle peut-il guider un autre aveugle ? »...

Anne-Marie HUET

Sophrologue-Relaxologue