

# zelie

100% féminin • 100% chrétien

**COMME MARIE,**  
RECEVOIR  
ET DONNER DIEU

**LES ÉMOTIONS**  
DANS LE COUPLE

« **J'AI FAIT UN AN  
DE CÉSURE**  
EN ÉCOLE DE VIE »

**Marie-Antoinette**  
reine de France

Puissance de  
**LA POÉSIE**

# édito

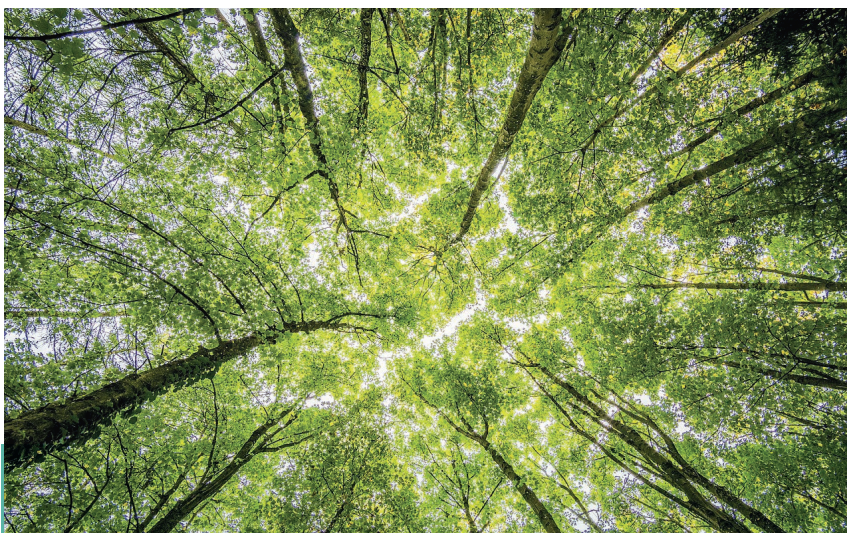


15 avril 2019 : la cathédrale Notre-Dame de Paris est en proie aux flammes. Rapidement, sur les réseaux sociaux et dans les médias, on cite des écrivains et des poètes : Victor Hugo, dont le *Notre-Dame de Paris* a été dévalisé en librairie dans les jours suivants, mais aussi Charles Péguy, qui parle de Notre-Dame – la Vierge Marie : « À elle qui est infiniment droite. Parce qu'aussi elle est infiniment penchée. À celle qui est infiniment joyeuse. Parce qu'aussi elle est infiniment douloureuse. » Paul Claudel, qui se convertit dans la cathédrale de Paris en 1886, écrit, vingt ans plus tard : « Il est midi. Je vois l'église ouverte. Il faut entrer. / Mère de Jésus-Christ, je ne viens pas prier. / Je n'ai rien à offrir et rien à demander. / Je viens seulement, Mère, pour vous regarder. » Des poètes discrets ont également écrit quelques vers sur Facebook pour évoquer le « brasier ». Comme si dans la sidération et la tristesse, seules les ressources de la poésie – des mots venus de soi ou d'un autre – étaient à même de dire l'indicible : cette immense émotion, révélatrice de l'attachement à une cathédrale multiséculaire, symbole de l'histoire et de la foi. Comme si seule l'élégance de la poésie pouvait être à la hauteur de la splendeur de Notre-Dame de Paris. Comme si ces mots portaient un souffle venu d'au-delà des années, à rebours de l'éphémère et de la poussière. Cependant, la poésie n'est pas réservée à l'exceptionnel. C'est sa puissance que nous vous invitons à redécouvrir, dans les chansons et les heures.

*Solange Pinilla, rédactrice en chef*

## SOMMAIRE

- 3 Comme Marie, recevoir et donner Dieu
- 5 Sainte Julie, patronne de la Corse
- 6 Témoignage : « J'ai fait un an de césure en École de vie. »
- 7 Mode : chapeau l'artiste !
- 9 Les bonnes nouvelles d'avril
- 10 Puissance de la poésie
- 13 Odile Coche-Dury : « La poésie classique, c'est la musique des mots. »
- 15 Pause lecture : aimer à la folie
- 16 Liberté chérie ou smartphone chéri ?
- 17 Apprivoiser Le Havre
- 18 Marie-Antoinette, reine de France
- 19 Les émotions dans le couple



« Il semble que tout rit, et que les arbres verts  
Sont joyeux d'être ensemble et se disent des vers. »

Victor Hugo, « Printemps »



### Magazine Zélie

Micro-entreprise Solange Pinilla  
R.C.S. Saint-Malo 812 285 229  
10 rue des Fours à Chauv  
35 400 Saint-Malo. 09 86 12 51 01  
contact@magazine-zelie.com

**Directrice de publication :**  
Solange Pinilla

**Rédactrice en chef :**  
Solange Pinilla

**Magazine numérique gratuit.**  
Dépôt légal à parution.

Maquette créée par Alix Blachère.  
Photo page 1 : vwpix/Adobe Stock  
Les images sans crédit photo indiqué sont  
sous licence sans attribution requise.



## Comme Marie, recevoir et donner Dieu

La jeune fille qui s'élançait d'un pas rapide sur les routes montagneuses de Judée porte en elle un trésor. Elle vient de prononcer un « oui » qui emporte toute sa personne dans une aventure hors du commun. Ce « oui » a fait venir Dieu en elle. En réalité, une telle parole est en profonde syntonie avec toute sa vie passée, comme avec son être même : Marie est l'Immaculée conception, préservée du péché originel. Sa virginité, d'abord signe d'une fidélité à Dieu, devient celui de sa maternité exceptionnelle.

Cependant, recevant le Seigneur en son sein, Notre-Dame ne Le garde par pour elle-même. Son premier acte est d'accourir chez sa cousine Élisabeth afin de

“ Marie est la première Église.  
J. Ratzinger et H. U. Balthasar ”



l'aider dans les derniers mois avant la naissance de saint Jean-Baptiste. Il s'agit bien sûr d'une charité concrète mais, au moment-même où elle offre ses mains pour le service quotidien, Marie apporte Dieu. Jean-Baptiste ne s'y trompe pas, lui qui tressaille de joie. Élisabeth non plus ne manque pas de saluer comme il se doit l'arrivée du Seigneur en personne <sup>(1)</sup>. Recevoir Dieu afin de le donner, telle est la mission de Marie, si visible dans les premiers événements de la Nouvelle Alliance. Telle est aussi la mission de l'Église.

De fait, Notre-Dame est le modèle de l'Église. Certains expliquent même qu'elle est « première Église <sup>(2)</sup> ». Bien sûr, il est impossible d'oublier que le mystère de l'Église est intimement lié à celui de l'eau et du sang jaillis du Cœur du Christ au Calvaire. C'est également trempée dans le feu de l'Esprit de Pentecôte que l'Église sera rendue visible et féconde aux yeux de la multitude. Toutefois, il n'est pas interdit de voir dans la Madone celle qui, la première, a fait partie de ce mystère. À l'Annonciation, l'Église était pour ainsi dire incarnée en sa personne, puisque Marie était alors la seule créature engagée dans la Nouvelle Alliance. Notre-Dame sera d'ailleurs également présente aux événements fondateurs du Golgotha et du Cénacle, conservant ferme la foi en son Fils puis priant pour que descende l'Esprit promis par le Sauveur <sup>(3)</sup>.

Par son mystère de sainteté et de maternité, Marie montre donc la voie à l'Église sainte – quoique non sans pécheurs – et mère. L'une comme l'autre vivent d'une charité virginale et féconde : dans un « oui » pur à Dieu, elles reçoivent afin de pouvoir ensuite donner.

La charité virginale est fidélité au Seigneur, elle rejette tout « adultère » dans la vie spirituelle. C'est pourquoi « le Christ, désirant établir la virginité de l'Église dans le cœur à tout d'abord préservé celle de Marie dans son corps <sup>(4)</sup> ».

Quant à la fécondité, Marie a fait naître la Tête du « Corps du Christ », selon l'expression de saint Paul <sup>(5)</sup>. Pour sa part, l'Église donne naissance aux membres. Une belle homélie antique chante : « Qu'elle se réjouisse en ce jour, l'Église du Christ, qui, à la ressemblance de la bienheureuse Marie, se trouve enrichie par l'opération de l'Esprit Saint

<sup>(1)</sup> Cf. Lc 1, 43-44. <sup>(2)</sup> Cf. Cardinal J. Ratzinger, H.-U. von Balthasar, *Marie, première Église*, Médiaspaul, Paris, 1998 (3<sup>e</sup> éd). L'homélie de Benoît XVI le 25 mars 2006 est un écho de son travail théologique. <sup>(3)</sup> Cf. Jn 19, 25 ; Ac 1, 14 et 2. <sup>(4)</sup> Cf. Saint Augustin, S. 188, 4. <sup>(5)</sup> Cf. Ep 1, 23 ; Col 1, 18.

et devient Mère d'une progéniture divine ! (...) L'Esprit couvrit Marie de son ombre, et sa bénédiction fait de même avec l'Église à la fontaine baptismale. Marie a conçu son Fils sans péché, et l'Église détruit tout péché dans ceux qu'elle régénère <sup>(6)</sup>. » L'une et l'autre sont, à des titres divers, « Mère du Christ ». L'Église fait naître d'« autres christes », des chrétiens, elle ajoute des membres au Corps mystique du Christ.

**Que la charité du Christ** puisse irriguer les âmes comme elle habite Marie, tel est le but de l'Église. Le cœur de la sainteté réside précisément dans cet amour fidèle et fécond. C'est ce qu'avait perçu la petite Thérèse : « Je compris que si l'Église avait un corps, composé de différents membres, le plus nécessaire, le plus noble de tous ne lui manquait pas, je compris que l'Église avait un Cœur, et que ce Cœur était brûlant d'amour. Je compris que l'Amour seul faisait agir les membres de l'Église, que si l'Amour venait à s'éteindre, les Apôtres n'annonceraient plus l'Évangile, les Martyrs refuseraient de verser leur sang (...). Je compris que l'Amour renfermait toutes les vocations, que l'amour était tout, qu'il embrassait tous les temps et tous les lieux... En un mot, qu'il est éternel ! <sup>(7)</sup> »

**Et pourtant, l'Église n'est-elle pas** d'abord caractérisée par le ministère de Pierre, des évêques et des prêtres ? En réalité, ce service essentiel voulu par le Christ <sup>(8)</sup> est présent pour faire naître et grandir la charité dans le cœur des fidèles : les grandeurs de hiérarchie sont au service des grandeurs de sainteté, selon la formule du cardinal Journet <sup>(9)</sup>. La dimension mariale de l'Église apparaît donc la plus fondamentale. Saint Jean-Paul II peut alors conclure : « Le Concile Vatican II, en confirmant l'enseignement de toute la tradition, a rappelé que, dans la hiérarchie de la sainteté, c'est justement la « femme », Marie de Nazareth, qui est « figure » de l'Église. Elle nous « précède » tous sur la voie de la sainteté ; en sa personne « l'Église atteint déjà à la perfection qui la fait sans tache ni ride (cf. Ép 5, 27) ». En ce sens, on peut dire que l'Église est « mariale » en même temps qu'« apostolique » et « pétriniennne » <sup>(10)</sup>. » Bref, l'Église apparaît ainsi comme une communauté de charité que vient structurer le sacerdoce.

Notons d'ailleurs que, dans l'éternité, la fonction « pétriniennne » n'aura plus cours, tandis que la fibre « mariale » sera pleinement vivante. La charité de type marial

apparaîtra alors dans sa dimension glorieuse, déjà présente en Notre-Dame qui, en réalité, a toujours un temps d'avance : à l'Annonciation Marie prononçait la première le « oui » des fidèles de la Nouvelle Alliance ; au pied de la Croix, elle conservait seule la foi en son Fils ; à présent elle est la seule créature glorifiée en son corps. Elle est Mère de l'Église, tout en lui appartenant : elle est son membre le plus éminent et son modèle <sup>(11)</sup>.

**Il reste que toute âme est appelée** à vivre à sa manière le mystère marial, féminin. En disant oui à Dieu, l'âme Le reçoit en elle pour le donner aux autres. Toute personne recevant la grâce baptismale devient le Temple de Dieu. Par sa vie et son apostolat, elle contribue à ce que grandisse chez les autres le Corps du Christ. L'âme participe alors à la maternité de l'Église, comme l'enseigne Jésus lui-même : « Quiconque fait la volonté de Dieu, voici mon frère, ma sœur, ma mère <sup>(12)</sup> ». La vie chrétienne achève donc en chaque âme le mystère de l'Église : dans une goutte d'eau se trouve la quintessence de la mer <sup>(13)</sup>.

La mission « mariale » est ainsi confiée à chaque âme chrétienne. En ce mois de Marie, affermissons donc notre « oui » à Dieu par nos actions quotidiennes et en réduisant au maximum le règne du péché en nous. De bien des manières, cherchons ensuite à donner Dieu à ceux qui nous entourent. Offrir moins que ce Trésor serait donner trop peu. Ou, comme disait sainte Jeanne Beretta Molla : « Notre corps est un cénacle, un ostensorio : à travers son cristal le monde doit voir Dieu <sup>(14)</sup>. »

*Abbé Vincent Pinilla*  
*Fraternité Saint Thomas Becket*

<sup>(6)</sup> Cette homélie est attribuée à saint Césaire d'Arles. <sup>(7)</sup> Manuscrit B. <sup>(8)</sup> Cf. par exemple Mc 3, 14. <sup>(9)</sup> Cf. aussi Concile Vatican II, Lumen gentium, n° 10. <sup>(10)</sup> Saint Jean-Paul II, *Mulieris dignitatem*, n° 27. On pourrait mentionner aussi le chapitre 12 de l'Apocalypse, la Femme étant tout à la fois Marie et l'Église. <sup>(11)</sup> Le Concile Vatican II dans la constitution dogmatique *Lumen Gentium*, a particulièrement souligné cela (cf. n° 53) et a voulu parler de Marie dans le cadre du texte sur l'Église. Quant au titre « Mère de l'Église », il donne désormais lieu à une célébration particulière instituée par le Pape François le lundi de Pentecôte. Pour approfondir ce thème, on pourra également lire : André-Joseph Léonard, *L'Église au féminin*, EdB, Nouan-le-Fuzelier, 2014. <sup>(12)</sup> Mc 3, 34-35. <sup>(13)</sup> Cf. Père de Lubac, *Méditation sur l'Église*, Collection Œuvres complètes VIII, Cerf, Paris, 2003, p. 290. <sup>(14)</sup> Cité en : Abbé Thierry Lelièvre, *Sainte Jeanne Beretta Molla*, Téqui, Paris 2002, p. 147.

PRIMAIRE- COLLÈGE- LYCÉE

Votre fils aime chanter ?  
Il a entre 8 et 16 ans ?  
L'Académie peut être le lieu idéal de son épanouissement !

**Journée Portes Ouvertes**  
À l'Académie Musicale de Liesse  
Samedi 25 mai de 11h à 16h Suivi d'un spectacle musical

Contactez-nous !  
07-55-63-90-96  
academiemusicaledeliesse@gmail.com

**Rencontrez-nous !**  
À Paris  
Dimanche 26 mai

www.academimusicaledeliesse.fr EXCELLENCE- JOIE- TRAVAIL- FORMATION INTÉGRALE

**IT** INSTITUT  
DE THEOLOGIE  
DU CORPS

Établissement privé d'enseignement supérieur

**MASTERE  
EN THEOLOGIE DU CORPS**

• **CURSUS**  
de sept. 2019 à juin 2021



## Sainte Julie, patronne de la Corse

**19** octobre 439 ! Genséric, le roi des Vandales, entre dans Carthage qu'il met à feu et à sang. Les édifices publics sont pillés et rasés. Chaque Carthaginois doit livrer son or, son argent, ses pierres précieuses, ses meubles de prix. Les patriciens sont réduits en esclavage et vendus sur la place publique. Le barbare persécute surtout les chrétiens.

Parmi les nobles vendus comme esclaves, se trouve une jeune fille, Julie. Elle est chrétienne. Eusèbe, un Syrien, marchand d'esclaves lui-même, l'achète. Il est païen. Cependant, il respecte la jeune fille et lui permet de pratiquer sa religion. Lors de son voyage en Gaule, il l'emmène avec lui.

Son bateau s'approche de la pointe septentrionale de la Corse, le Cap Corse. Eusèbe débarque à Nonza. Nonza se trouve sur la côte ouest du Cap Corse, perchée sur un à-pic impressionnant d'une centaine de mètres, dont parle Ptolémée qui le nomme « *le promontoire sacré* ». Le village domine la mer. Quand Eusèbe arrive avec ses compagnons, les insulaires se préparent à célébrer un sacrifice en l'honneur de leurs divinités païennes et pour cela, à immoler un taureau. Julie se tient à l'écart. Elle ne veut pas participer à ce culte des idoles. Elle se permet même, courageusement, de critiquer l'aveuglement et l'extravagance des païens.

Ses propos sont rapportés au gouverneur Félix Saxo. Sa colère est terrible. Il appelle Eusèbe : « *Voici quatre jeunes et robustes prisonniers. Je te les donne en échange de cette jeune chrétienne.* » « *Tout votre bien ne suffirait pas pour payer ce que vaut cette jeune fille. Je sacrifierais tout ce que j'ai de plus cher et de plus précieux pour la conserver.* »

Dépité, le gouverneur, qui trouve Julie très belle, ne laisse rien paraître mais invite Eusèbe à un banquet. Discrètement, il ordonne à ses serviteurs de lui faire boire du

vin jusqu'à ce qu'il soit ivre. Quand il est profondément endormi, les soldats s'emparent de Julie. Il lui est demandé de renier sa foi. Devant son ferme refus, ils la giflent, la traînent par les cheveux, la flagellent. Puis, ils la clouent sur une croix et, pour finir, lui coupent les seins et les jettent dans les rochers. Deux sources miraculeuses d'eau chaude et fumante jaillissent à cet endroit. À l'instant de la mort de Julie, une colombe s'échappe de sa bouche. Des anges annoncent le martyre de la jeune chrétienne aux moines de l'île de Gorgone. Ils viennent en Corse, descendent le corps de la croix et l'emportent avec eux pour l'ensevelir.



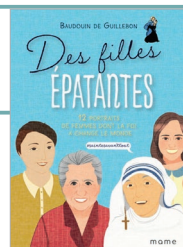
Vassil/Wikimedia commons CC

Sur les lieux des sources miraculeuses, une chapelle a été bâtie. Chaque année, le 22 mai, les habitants vont honorer et prier leur patronne, sainte Julie de Nonza à la chapelle et à la Fontaine de Sainte Julie, dite Fontaine des Mamelles.

Pour les Corses, Giulia n'est pas née à Carthage mais à Nonza. Ils disent même que les Romains l'appelèrent « sainte Julie du Rocher ». Pour eux, elle est contemporaine de sainte Dévote, qui vécut sous le règne de Dioclétien et est l'autre patronne de la Corse. Aujourd'hui encore, la Sainte Julie est fêtée dans toute la Corse par de fastueuses cérémonies.

Mauricette Vial-Andru

### 12 FEMMES DE FOI Un livre pour les jeunes ados



La plume fine et vivante de Baudouin de Guillebon propose dans *Des filles épatantes* (Mame), « 12 portraits de femmes dont la foi a changé le monde ». Ces figures inspireront les jeunes à partir de 9-10 ans. On discerne chez ces femmes des XIX<sup>e</sup> et XX<sup>e</sup> siècle un amour et une foi immenses : des plus connues comme Teresa de Calcutta, religieuse, ou Zita de Habsbourg, impératrice, en passant par Madeleine Daniélou, fondatrice d'écoles, Dorothy Day, journaliste et militante, Raïssa Maritain, écrivain, ou Geneviève de Gaulle Anthonioz, résistante... Un peu notre rubrique *Une femme dans l'histoire* version ados ! *J. P.*

TÉMOIGNAGE

## « J'ai fait un an de césure en École de vie »



© Alix Dieudonné

**Lucie, 22 ans, a décidé en 2016 de passer un an à l'École de vie Don Bosco, dans l'Oise. Elle raconte en quoi cette année a été fondatrice pour elle, à tous les niveaux.**

« **J'**ai choisi de partir pendant un an faire l'École de vie Don Bosco, juste après le BTS en arts appliqués que je passais. Cette vie d'étudiante en art dans le milieu parisien m'avait un peu déboussolée, je me sentais oppressée par la pression de la course au succès. Je commençais à comprendre que j'avais choisi mon orientation un peu vite, poussée par mon orgueil et l'envie d'avoir un métier qui rapporte. En parallèle à cela, je me préparais aux fiançailles. Donc je voulais prendre le temps de me former et de répondre aux grandes questions que j'avais sur la vie, sur la société et sur Dieu. Ayant eu l'impression d'avoir été parachutée dans la vie d'adulte sans avoir le temps de réfléchir, j'avais besoin de « me poser » pour mieux rechoisir mon avenir.

Je me suis d'abord tournée vers des organismes qui permettent de donner un an de mission : soit à l'étranger – Fidesco, MEP... –, soit auprès des personnes handicapées – l'Arche – ou dans les cités françaises – Le Rocher. Puis j'ai compris que ce serait encore une fuite de moi-même et que mon besoin était de me former et de me connaître d'abord, pour être plus solide et mieux me donner après.

L'année à l'École de vie Don Bosco m'a permis cela : elle a été conçue pour offrir à de jeunes bacheliers – ou après quelques années d'études – de faire une pause au début de la vie d'adulte pour

grandir en maturité, asseoir leur foi et découvrir la société dans sa complexité. L'année se compose d'expériences très variées. Tout d'abord, nous recevons plusieurs formations livrées par des professeurs très divers, le plus souvent exerçant dans la vie active : médecins, avocat, financier, militaire, philosophes, metteur en scène, prêtres, éducateurs, artistes... Nous vivons également des temps de mission auprès de jeunes lycéens de Paris, qui nous permettent de sortir de notre zone de confort, d'aller à la rencontre de l'autre et aussi de travailler avec le groupe-promo pour tout préparer !

Plusieurs fois dans l'année, nous sortons du domaine de vie pour partir en visites et voyages dans des lieux de rencontre avec nos frères plus fragiles ou avec des grands saints ( Lourdes, l'Arche, Tours, Lisieux, Turin). J'ai été personnellement très touchée par les rencontres avec les personnes de l'Arche à Beauvais : leur ouverture à l'autre et leur gentillesse, leurs sourires, leurs râleries, leur rythme de vie très lent qui rend chaque petit geste quotidien tellement important... Elles m'ont beaucoup enseigné.

Et plus quotidiennement, la vie est rythmée de temps de vie en communauté avec la petite promo, de jeux (théâtre, foot) et de services dans le lieu de vie (une hôtellerie). Le tout étant encadré par la vie de prière (laudes, prière à Marie, adoration, messe proposée). C'est une année très dense pour permettre à chacun, au travers de toutes les choses vécues, de mieux se connaître et de s'orienter.

Au delà de la satisfaction de ma curiosité intellectuelle, cette année a été fondatrice pour moi sur la manière de vivre les relations humaines. Alors que je n'avais d'ordi-

naire aucune difficulté de sociabilité, j'ai ressenti beaucoup d'impatience en côtoyant les autres camarades de la promo. Leurs conversations, leurs délires avaient tendance à m'insupporter et nous étions tout le temps ensemble. Alors je m'isolais et cherchais à les fuir. C'est peu à peu que j'ai compris que j'allais passer à côté de mon année. J'ai dû travailler ma disponibilité pour entrer dans la rencontre réelle de l'autre, et non juste en surface : ne pas aimer uniquement ce qu'il a de « stylé » dans sa vie, mais tout ce qu'il est, avec ses misères et ses limites. J'ai vraiment pu redécouvrir et apprendre ce qu'est la véritable écoute, et la patience. J'ai pris conscience des bases de l'amitié, compris l'importance de la fraternité, découvert l'essentialité d'une communication vraie...

J'ai aussi pris le temps de me recentrer et de choisir de vivre avec les talents que j'ai en moi plutôt que d'en chercher toujours d'autres et de me disperser.

J'ai pu expérimenter combien accepter de lâcher prise sur la maîtrise de sa vie en « donnant » un an, en acceptant de « perdre son temps » entre les mains de Dieu, est bénéfique et cela m'enseigne aujourd'hui sur ma manière d'appréhender le quotidien.

En sortant de l'École de vie, j'ai rebondi dans une Licence de Philosophie de l'art à la Sorbonne pour compléter mon BTS. Et aujourd'hui, instruite par ces enseignements, j'ai décidé de faire confiance et me suis lancée dans le métier à risque d'artiste peintre et illustratrice, pour chercher à faire réellement fructifier mon talent. J'ai quitté la région parisienne et je travaille dans mon atelier dans l'appartement nancéen où nous nous sommes installés avec mon mari. »



© Bailey



Trilby

**A**vant même de parler de mode, de tendances et de nouveautés, déterminons nos besoins. L'été approche – et aussi Roland Garros... – et l'une de ses nécessités est bien évidemment le chapeau ! Aussi indispensable que les sandales et les lunettes de soleil, et bien que pratique, il ne doit pas pour autant être dénué de style !

L'intérêt de cet accessoire est qu'il est indispensable, donc, autant le choisir indémodable et de qualité pour le garder très très longtemps ! Et le *panama hat* comme l'appelait Roosevelt, est LE chapeau qu'il faut. Comme son nom ne l'indique pas, le panama nous vient d'Équateur... Son vrai nom est en réalité *sombrero fino de paja toquilla*, mais forcément... c'est un peu plus long à dire ! Pourquoi panama ? Eh bien pour la simple raison que les ouvriers du chantier du canal de Panama devaient tous en porter pour se protéger du soleil ; le président américain se rendant sur les lieux l'a nommé ainsi, et plus d'un siècle après, c'est resté. Ce chapeau au tissage ancestral, toujours tissé à la main dans son pays d'origine, d'une grande légèreté et également très solide, a rapidement conquis l'Amérique et Hollywood, pour traverser l'Atlantique et devenir une valeur sûre chez nous aussi.

Produit de luxe puisqu'entièrement réalisé manuellement selon un savoir-faire unique – cela nous change du chapeau en papier *made in Bangladesh...* –, son prix commence à 65 euros pour atteindre des sommes un peu plus élevées : jusqu'à 3000 euros ; cela dépend du temps de tissage, pouvant atteindre plusieurs mois, et de la position de l'artisan, s'il est assis, debout ou pendu par les pieds...

Le panama est soit « naturel » (beige), soit blanchi après le tissage, entouré d'un gros grain marron ou noir. Pour être certaine qu'il ne s'agit pas d'une vulgaire copie – quelle horreur ! –, regardez à l'intérieur : vous devez voir une rosace au centre de la calotte du chapeau, cela prouve qu'il a bien été tissé en rond à la main.

# Chapeau l'artiste !



Capeline

© Costa y soler



Roll-up

© Bailey



Fedora

Il existe plusieurs formes. D'abord, le trilby (qui tient son nom du roman *Trilby* de Georges du Mourier, publié en 1894). C'est un petit chapeau rond, avec de petits bords, relevé à l'arrière et baissé à l'avant, et pincé à l'avant à l'endroit où on le saisit – on dit que la calotte est mascottée. Il convient aux femmes de petite taille ou dont la tête est menue.

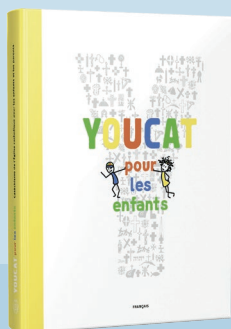
Sinon, pour un visage moyen ou une stature moyenne : le fedora – à cause du chapeau que portait Sarah Bernhardt lorsqu'elle interprétait l'héroïne de la pièce *Fédora*, c'est fou tout ce qu'on apprend ! Les bords sont plus larges que le trilby, il est idéal pour les visages un peu carrés et les silhouettes plus sportives...

Et pour celles qui vivent très bien leur hauteur, qui ont abandonné leurs efforts pour toujours prouver qu'elles ne sont ni hautaines ni méprisantes, qu'elles sont justes grandes et minces : la capeline. Alors, pour le quotidien, c'est vrai qu'un diamètre de 70 centimètres pourrait sembler snob, mais ce ne serait surtout pas très pratique ; 40 centimètres suffiront, comme celui de Costa y Soler qui a une classe folle.

**Mais il y a un mais !** Faites attention, si vous voulez plier votre panama, il faut que cela soit précisé. S'il n'y a rien d'écrit nulle part, c'est qu'il contient de l'apprêt – un produit qui permet au chapeau de garder sa forme – et qu'il ne faut pas le plier, surtout pas ! Ne se plient que ceux qui sont prévus pour être pliés. Et si c'est le cas, c'est vraiment génial de pouvoir plier son chapeau ! Mais juste pour un voyage, pas en solution de rangement, je préfère préciser...

**Ce chapeau a tout pour plaire :** il est écolo, tissé par des adultes..., fonctionnel, très chic, et permet de ne pas se coiffer en vacances ! En choisissant une belle qualité, c'est vraiment une valeur sûre, un investissement à long terme, un pari sur l'avenir ! Bref, je ne le range pas dans les caprices de la mode. D'ailleurs il existe depuis belle lurette, puisque déjà les Romains en plein soleil au cirque réclamaient « *panama et circences !* ».

Lucie Morin, styliste



16,90 € - 240 p.



14,90 € - 160 p.



24,90 € - 304 p.

DES LIVRES  
POUR DÉCOUVRIR  
ET TRANSMETTRE  
la foi !



15,90 € - 96 p.



16,90 € - 80 p.



10 € - 52 marque-pages



14,90 € - 128 p.



8,50 € - 16 p.



## Les bonnes nouvelles d'avril

**FOI** Destiné aux adolescentes et jeunes filles à partir de 15 ans, le [camp Sainte Geneviève](#) a pour but d'allier une « formation civique, culturelle et spirituelle » à des temps de détente. Les matinées sont consacrées à des exposés et travaux sur la Doctrine sociale de l'Église ou des sujets culturels, les après-midi à des loisirs et visites, et le soir à des films ou des jeux de société. Le camp Sainte Geneviève aura lieu du 21 au 30 août 2019 à Châteaulin (Finistère). Sur le même principe, le camp Sainte Jeanne d'Arc pour les adolescents et jeunes gens se déroulera du 16 au 30 août. Ces séjours formation-détente sont organisés par la Fraternité Saint Thomas Becket.

**PATRIMOINE** L'incendie de la toiture et de la charpente de la cathédrale Notre-Dame de Paris le 15 avril a plongé de nombreuses personnes dans la tristesse. Nous avons été également attentifs à ce qui demeure positif : l'absence de morts, le courage héroïque des pompiers, notamment ceux montés dans les tours au péril de leur vie, le sauvetage et la préservation de la Couronne d'épines et de la Présence réelle, les promesses de dons de très nombreuses personnes et organisations – totalisant plus d'un milliard d'euros – ou encore l'émotion nationale. Un site d'évangélisation a été créé : [touspournotredame.com](http://touspournotredame.com)

**RURALITÉ** Depuis 2017, la communauté de communes Thiérache Sambre et Oise, territoire rural de l'Aisne, a développé un service public itinérant. Il s'agit d'un camping-car sillonnant les communes pour apporter les services publics au plus près des usagers. Ceux-ci ont été confrontés à de nombreuses fermetures ; pour des structures telles que la CPAM, la Caf ou Pôle emploi, il faut parcourir de 20 à 50 km. Le camping-car propose de réaliser les démarches administratives sur place, ou



© Sully Casagneau

bien facilite leur réalisation en mettant les personnes en relation avec les bons interlocuteurs. Les habitants plébiscitent ce système, dont le ministère de la Cohésion des territoires s'est fait l'écho récemment, avec le souhait que cette expérience soit répétée ailleurs en France.

**SOCIÉTÉ** Les dons aux associations en France ont considérablement augmenté depuis 10 ans, d'après un rapport publié par la Fondation de France. Les dons des particuliers ont augmenté de 70 % sur la période ; une bonne part de ceux-ci sont défiscalisés, ce qui encourage la générosité. Ainsi, en 2015, les Français ont donné 7,5 milliards d'euros. Si les particuliers ont versé 2,62 milliards, principalement dans les foyers aisés, on note 2,9 milliards de dons des entreprises, majoritairement des TPE et PME, et le plus souvent sans déduction fiscale. Viennent ensuite les legs, les collectes de rue et les dons en nature.

**ÉGLISE** Une soirée intitulée « *Abus sexuels dans l'Église, comment surmonter la crise ?* » se déroulera le mercredi 15 mai 2019 à la Librairie La Procure, rue de Mézières à Paris. L'enjeu : « *Des milliers de victimes innocentes, des hommes et des femmes de foi en profond désarroi : l'Église catholique affronte l'une des plus graves crises de son histoire contemporaine. Comment en sortir et retrouver les chemins de l'espérance ?* » Les intervenants seront Mgr Luc Ravel, Véronique Margron, théologienne et présidente de la Corref, Marie-Jo Thiel, médecin et professeur d'éthique, et François Euvé, jésuite et professeur de théologie.

Gabriel Privat

**Vous ou un proche souhaitez vendre un bien immobilier ?**

**Nous vous proposons tous les atouts gagnants pour réussir :**

- La force d'un Réseau national
- L'expertise d'un Conseiller immobilier local
- Une stratégie Publicitaire efficace
- Un vrai apport de Clients financiers
- Un accompagnement personnalisé

Clients satisfaits à 97%



Trouver votre conseiller sur :  
[www.saintjosephimmobilier.fr](http://www.saintjosephimmobilier.fr)

[contact@saintjoseph.immo](mailto:contact@saintjoseph.immo)

Réseau national de conseillers immobilier de proximité - 752 267 963 RCS MRS CARTE PROFESSIONNELLE AGENT IMMOBILIER N° CP 1310 2016 000 008 701 DELIVREE PAR LA CCIMP - GARANTIE FINANCIERE GALIAN 380 000 € - Au 27/03/2019 - Avis certifiés par Copinion System enregistré sous le n° 13 8677 - certifié ISO 20152



**Ecole du Service**  
à la Personne

**100%**  
de réussite  
au bac

**PORTES**  
**OUVERTES**

14h - 19h

• **mercredi 15 mai 2019**  
• **samedi 15 juin 2019**

Tél. : 01 71 01 88 58

Courriel : [emmanuellevidal@esp-paris.fr](mailto:emmanuellevidal@esp-paris.fr)

# Puissance de la poésie

**Jeu avec les mots et souffle de vie, la poésie est un trésor littéraire et charnel à redécouvrir !**

« Certains se font de la poésie une idée si vague qu'ils prennent ce vague pour l'idée même de la poésie » disait Paul Valéry. Il faut dire qu'entre un dossier à avancer et une ampoule à remplacer, la poésie peut sembler le cadet de nos soucis. Et quand nous voyons la souffrance et la pauvreté dans le monde, la poésie ne nous semble pas des plus primordiales... Pourtant, elle peut jouer un rôle thérapeutique (lire page 12).

La poésie a une utilité, d'abord en tant que moyen mnémotechnique. Comment se fait-il que nous nous souvenions parfois de poèmes appris à l'école primaire ? « Le vers, soutenu par les régularités qui le constituent, les parallélismes, le retour de la rime, les allitérations <sup>(1)</sup> et autres jeux de sonorités, a aussi pour fonction d'aider le travail de la mémoire, explique l'universitaire Jean-Louis Joubert dans *La poésie* (Armand Colin). Il est arrivé que des so-



Markus Spiske/Pexels License

ciétés connaissant déjà l'écriture aient préféré confier à la mémoire poétique et à la transmission orale leurs textes les plus précieux. » L'oralité garde ainsi la parole vivante. Dans la culture française, nous vivons aussi cette mémoire par la poésie, dans les proverbes par exemple : « En mai, fais ce qu'il te plaît ! ».

**Mais au fait, qu'est-ce que la poésie ?** Elle a souvent été considérée comme un texte en vers avec des rimes, mais depuis la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, le vers libre et le poème en prose ont montré les limites de cette approche. Poésie vient du grec *poiein* qui signifie « fabriquer un objet, créer » ; cette étymologie met en avant l'idée de construction et de jeu sur une organisation particulière de la langue. Jean-Louis Joubert souligne que dans le sens dominant, le poème est « un texte de poésie, en vers ou en prose, resserré par une unité marquée d'inspiration et de composition ». Pour Paul Claudel, la poésie est utilisation du langage au-delà de l'usage habituel. Paul Valéry affirme : « La poésie a pour devoir de faire du langage d'une nation quelques applications parfaites ». Il utilise la métaphore de la poésie comme danse, différente de la prose comme marche : la prose suit une ligne droite vers son objet, tan-

<sup>(1)</sup> Allitération : répétition d'une même consonne dans une phrase : « Pour qui sont ces serpents qui sifflent sur vos têtes ? » (Racine)

## POÉSIE POUR ÉCOLIERS Un livre de référence



Publié par les jeunes éditions Critérion, le livre *Les plus belles poésies françaises pour les écoliers* rassemble des poèmes par tranche d'âge : 5-6 ans, 7-9 ans et 10-11 ans. Classiques ou contemporains, ces poèmes sont de Maurice Carême, de Théophile Gautier ou encore d'Alice Cluchier. Illustrée avec grâce et tendresse, cette anthologie sera mise à profit tant par les enseignants que par les parents soucieux de transmettre l'harmonie de la langue : « Qu'elle était belle, ma Frégate, / Lorsqu'elle voguait dans le vent ! / Elle avait, au soleil levant, / Toutes les couleurs de l'agate ; / Ses voiles luisaient le matin / Comme des ballons de satin. » (Alfred de Vigny).



dis que la poésie ne va pas vers un but précis mais crée plutôt un état : « *Le poème est une sorte de machine à produire l'état poétique au moyen des mots.* »

**Cet état poétique**, on le vit dans son corps. En effet, la parole poétique crée une vibration particulière : « *La composition orale se calque sur les rythmes du corps ; la scansion des « vers » épouse la respiration*, explique Jean-Louis Joubert. *Cette inscription de la poésie dans les gestes et le corps perdure même lorsqu'on s'éloigne de l'oralité. C'est elle qui fonde le rythme, élément essentiel du texte poétique.* » Le jeune enfant expérimente le jeu buccal lorsqu'il gazouille, s'essaie à prononcer des sons, écoute et prononce des comptines, formulettes et chansons. « *Tout se passe comme si la poésie maintenait le souvenir de cet ancien plaisir du corps* » : une « *danse laryngo-buccale* ».

Le poème fait vibrer, et il s'inscrit depuis bien longtemps dans l'art de la séduction amoureuse. Dans *Cyrano de Bergerac* d'Edmond Rostand, Roxane s'éprend de celui qu'elle croit être Christian – et qui est en réalité Cyrano –, en recevant ses lettres en vers. « *Tant pis pour vous si je cours ces dangers ! / Ce sont vos lettres qui m'ont grisée !* » s'écrie-t-elle. Il est difficile de ne pas frissonner en entendant *Les Colchiques* de Guillaume Apollinaire : « *Le colchique couleur de cerne et de lilas / Y fleurit tes yeux sont comme cette fleur-là / Violâtres comme leur cerne et comme cet automne / Et ma vie pour tes yeux lentement s'empoisonne* ».

Comment se fait-il que l'on ne ressent parfois aucune émotion en lisant un poème, et que celui-ci nous semble particulièrement poussiéreux, ennuyeux ou obscur ? Il est vrai que certains poètes ont revendiqué un certain hermétisme ; ainsi Stéphane Mallarmé écrit que « *toute chose sacrée et qui veut demeurer sacrée s'enveloppe de mystère* », souhaitant pour la poésie « *une langue immaculée – des formules hiératiques dont l'étude aride aveugle le profane* ». De fait, quand on lit le poème de Mallarmé suivant, on a tendance à froncer les sourcils, perplexe : « *À la nue accablante tu / Basse de basalte et de laves / À même les échos esclaves / Par une trompe sans vertu* ». (Poésies)

Pour autant, même si l'on ne comprend pas toutes les significations de chaque poème, on peut se laisser toucher. « *La poésie, c'est une matière, une chair qui s'adresse à une chair* » affirmait la poétesse Blandine Merle dans un débat au Collège des Bernardins en 2012. Cette rencontre entre poète et lecteur ou auditeur peut se produire et provoquer une vibration... ou non. « *La lecture est une amitié* » selon Proust, et mieux vaut continuer à ouvrir des recueils jusqu'à ce que l'on ait trouvé un poète ami.

**La poésie peut aussi déstabiliser**, car elle invite souvent à explorer l'enfance, la mort, l'inconscient et le rêve. Jean-Louis Joubert fait remarquer que la poésie et le rêve exploitent parfois les mêmes outils, par exemple,

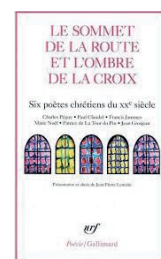
## À LIRE EN CE MOMENT

Notre sélection en poésie

• **La nuit du cœur** (Gallimard) est une variation poétique de l'immense écrivain Christian Bobin, à propos de l'abbatiale de Conques près de laquelle il a séjourné. Ce livre n'est pas en vers, mais le langage porte la puissance poétique : « *Les bancs de l'abbatiale de Conques, la nuit, sont occupés par des anges. Au matin, chaque visiteur en fait se lever un qui lui cède sa place, comme dans le métro.* »



• **Le sommet de la route et l'ombre de la croix** (Poésie/Gallimard) est une sélection de poètes chrétiens du XX<sup>e</sup> siècle : Charles Péguy, Paul Claudel, Francis Jammes, Marie Noël, Patrice de La Tour du Pin et Jean Grosjean. Ce recueil a été imprimé à l'occasion des 100 ans de La Procure cette année – il est offert à partir de 30 euros d'achat. Une façon simple d'aborder ces poètes, et de goûter ces vers de Marie Noël, dont le procès en béatification est en cours : « *Faible comme un enfant parti pour l'inconnu / Qui s'avance à tâtons de blessure en blessure / Et qui parfois a tant besoin qu'on le rassure / Et qu'on lui donne un peu la main, le soir venu...* » (Les Chansons).



• **Enfin le royaume. Quatrains** de François Cheng (Poésie/Gallimard) est l'un des rares succès commerciaux en poésie : 28 000 exemplaires vendus pour sa publication en grand format. Une poésie dense pour ce poète né en Chine : « *Sur fond de brume, l'aube desine / Un ruisseau bordé de saules / Et puis, tout au bas du ciel / Elle appose, rouge, le sceau.* »



“ La poésie est une chair qui s'adresse à une chair. Blandine Merle ”

la condensation – « *processus de l'inconscient par lequel plusieurs représentations et contenus de pensée sont fondus en un seul : c'est l'équivalent de la métaphore poétique* ».

La relative indifférence vis-à-vis de la poésie – en effet, celle-ci suscite peu de ventes en librairie – peut trouver sa cause dans une approche scolaire trop limitée : récitation un peu formelle en primaire, « objet d'étude » dans

le secondaire ; seul l'enseignement supérieur peut parfois permettre d'entrer plus en profondeur dans la beauté de la poésie. Mais dans ce cadre restreint, celle-ci n'est pas considérée comme vivante et populaire – même s'il existe des manifestations telles que « Le Printemps des poètes », et que la poésie peut s'inviter dans des chansons ou encore dans le slam, poésie urbaine et scandée.

**Avant tout, la poésie est un regard neuf**, une forme d'étonnement et une invitation à sortir des habitudes de langage pour mieux accéder à l'universel et à ce qui nous dépasse. La dimension spirituelle de la poésie est difficile à éluder, car *L'Illiade* et *L'Odyssée* d'Homère – parmi les premières grandes œuvres poétiques connues, au VIII<sup>e</sup> siècle avant Jésus-Christ – commencent par une invocation à la Muse, fille de Zeus. Les Muses restent par la suite une figure de l'inspiration sacrée, ainsi que l'évoque Joachim Du Bellay au XVI<sup>e</sup> siècle dans un magnifique sonnet, où il affirme avoir perdu l'inspiration – on voit que non : « *Où sont ces doux plaisirs qu'au soir sous la nuit brune / Les Muses me donnaient, alors qu'en liberté / Dessus le vert tapis d'un rivage écarté / Je les menais danser aux rayons de la Lune ?* »

Les psaumes de l'Ancien testament montrent à quel point la forme poétique est reliée à l'inspiration divine. Paul Claudel, poète chrétien du début du XX<sup>e</sup> siècle, a

“ La poésie est co-naissance au monde et à soi-même. *Paul Claudel* ”

développé sa théorie de l'inspiration, rapportée par Jean-Louis Joubert : « *Le poète inspiré obéit à une « espèce d'excitation rythmique* », impulsion régulière, souffle d'un désir, « *poussée de l'âme* » ; ainsi se prépare-t-il à recevoir le souffle de Dieu, à épouser le rythme même du monde, à atteindre la connaissance : « *co-naissance au monde et à soi-même* ». » Ce n'est pas pour rien que « *le Verbe s'est fait chair* » (Jean 1, 14).

Des initiatives chrétiennes ont à cœur de valoriser la poésie en lien avec la foi, même si de nouvelles pourraient être entreprises. On peut citer, parmi d'autres, les spectacles que propose le Frère Grégoire Plus, à partir de textes du poète chrétien Christian Bobin, ou encore le Festival biblique qui proposait en juin 2018 une récitation de poèmes de Marie Noël. La comédienne chanteuse Clémentine Stépanoff et la pianiste Yuko Ono ont créé un récital poétique et musical à partir des poèmes d'Édith Stein. Parmi les maisons d'édition chrétiennes, les éditions Ad Solem se distinguent par la publication de plusieurs recueils de poésie chaque année.

**Lire de la poésie**, aller en écouter, en écrire seul ou avec un groupe... Tout est possible pour réenchanter le monde au rythme des mots ! De plus, la poésie est reliée au pôle féminin symbolique, puisqu'elle incarne un regard sur le monde différent du rationnel et du cloisonnement. Elle crée des liens, des émotions, des images, une vie intérieure... Alors oui, en attendant le bus, sortons un recueil pour vibrer doucement dans la musique du verbe, dans la gratitude !

*Solange Pinilla*

## EMMANUELLE DUPRÉ : se reconstruire avec la poésie

« *La poésie est devenue une passion, un mode de vie, un cri et une louange* » affirme Emmanuelle Dupré. La jeune femme vient de publier un recueil de poèmes, *Tiré des sables* <sup>(1)</sup>, qui a une genèse particulière. Subissant des violences conjugales, Emmanuelle a quitté son mari, alors enceinte d'un deuxième enfant. Elle a été accueillie dans une structure d'accueil pour mères en difficulté. À la fin de son séjour, Emmanuelle écrit un témoignage en vers libres : « *J'ai retrouvé le même plaisir que j'avais eu en peignant ou en dessinant, car j'ai*

*fait les Beaux-arts.* » Elle continue alors à prendre la plume : « *Dans les moments de grande fatigue, de grande perplexité ou d'angoisse, écrire m'a permis de reprendre le dessus.* » Vivant seule avec ses deux filles de 3 et 5 ans, elle écrit au fil des « *petits trous de la vie* » : « *J'ai un carnet de notes et dès que j'ai une idée, une envie de poème je la note. Ensuite je travaille mes textes, au rythme de mes soirées.* » Le recueil, en vers libres, évoque notamment son quotidien de maman seule. Emmanuelle apprécie la liberté que permet la poésie : « *On peut passer d'un thème autobiographique à un thème culturel ou autre, à une prière.* »

Et ce n'est pas tout : « *Écrire un texte permet d'exprimer au monde des*



*ressentis. Cela met de la lumière dans une situation qui était tue. Et faire du beau en général est toujours une revanche. C'est tellement valorisant. On offre le meilleur de ce que l'on est : son goût, sa sensibilité, son intelligence.* »  
S. P.

<sup>(1)</sup> Disponible sur la plateforme d'autoédition [www.thebookedition.com](http://www.thebookedition.com), et à La Procure de Chartres (Eure-et-Loir).



## Odile Coche-Dury : « La poésie classique, c'est la musique des mots. »



igorovsyannykov/Pixabay License

**La poésie n'est pas l'apanage d'un microcosme littéraire parisien. À Meursault, en Bourgogne, Odile Coche-Dury a créé un groupe de poètes locaux, « Vers le Cristal ». Entretien avec uneoureuse de poésie classique, qui est aussi déléguée régionale de l'Académie de la poésie française.**

**Zélie : Comment en êtes-vous arrivée à vous passionner pour la poésie ?**

Odile Coche-Dury : Quand j'avais 21 ans, je lisais beaucoup de poésie et j'ai écrit un poème. Puis je me suis mariée et j'ai eu trois enfants, et j'ai délaissé malgré moi la lecture de poésie. J'ai vraiment commencé à en écrire à 51 ans. Étant viticultrice, alors que mes mains travaillaient dans les vignes, mon esprit était libre et je composais des poèmes dans ma tête. Comme je suivais les règles de la poésie classique du XVI<sup>e</sup> siècle, c'était un travail de longue haleine : parfois j'inventais seulement deux alexandrins en un après-midi. Tout dépend de l'inspiration. En effet, être inspirée pour composer un poème ne se commande pas ; parfois, cela surgit à 2 heures du matin. J'ai pu passer quatre mois et demi sans aucune inspiration... J'ai à présent écrit plus de 400 poèmes ; on m'a demandé d'organiser un recueil : *Murmures et reflets*, paru aux éditions du Douayeuil. « *Murmures* », car les choses nous parlent, et « *reflets* », car la poésie est une façon de regarder les choses. Les poètes regardent et écoutent des choses qui nous livrent des messages. Ainsi, au fil des saisons, la vigne me parlait, me livrait – livrait – des messages.

**Il y a cinq ans, vous avez créé une association, « Vers le Cristal », où vous enseignez et pratiquez les règles de la poésie classique. Pourquoi ?**

Je souhaitais faire partager ma passion pour la poésie et fonder un groupe de poètes à Meursault. À la première réunion en 2014, onze personnes sont venues – alors que lorsque j'avais fait part de mon idée dans le journal local, je n'avais reçu aucune réponse ; les poètes écrivent souvent de façon secrète et isolée. En mars 2015, l'association « Vers le Cristal » a été créée. « Vers » rappellent les vers

poétiques – mais aussi le « verre » de vin de Meursault –, le cristal évoque la beauté, la pureté et la vibration, et « vers le » souligne la progression vers le haut. Aujourd'hui, nous sommes vingt personnes à nous retrouver tous les lundis soirs ; dans l'amitié, mais aussi davantage dans une forme de symbiose, car on ne peut être dans la superficialité quand on parle de poésie.

Ce n'est pas un atelier d'écriture. Nous apportons des poèmes déjà écrits, en fonction de l'inspiration que chacun a eue ou non. Nous écoutons le poème, puis nous nous demandons comment l'améliorer au niveau de la musicalité et des règles de la prosodie classique. Nous le retravaillons et le ciselons. Ainsi, quand nous cherchons un synonyme, nous demandons au poète : « *Est-ce que ce mot pourrait convenir ?* », et il répond parfois : « *Non, ce mot est trop faible par rapport au précédent* ».

**Pourquoi privilégier les règles de la poésie classique plutôt que le vers libre ?**

Je suis complètement hermétique au vers libre, car il me manque la dimension musicale. Je suis musicienne depuis l'âge de 10 ans – j'ai pratiqué le piano, l'orgue, la clarinette, et maintenant la trompe de chasse –, et pour moi la poésie classique, c'est la musique des mots : rimée, rythmée et musicale. D'ailleurs, lorsque nous chantons nos poèmes sur les chansons de chanteurs à texte, comme Jean Ferrat ou Charles Aznavour, l'équilibre et le rythme correspondent parfaitement. Le sonnet est la forme la plus pure en poésie classique et elle comporte énormément de contraintes, avec certaines rimes, suivies, plates ou encore embrassées. Il faut tout dire en quatorze vers et aboutir sur une chute. Mais nous pratiquons aussi d'autres formes comme le triolet (*poème de huit vers, avec deux rimes, ndlr*), ou encore l'alternance de rimes féminines et masculines, les hexasyllabes, les octosyllabes... De la même façon qu'un compositeur de musique écrit dans une tonalité, chaque poète a une façon personnelle de composer. Je crois que la poésie a les mêmes effets que la musique décrits par Augustin Savard : « *charmer l'oreille, émouvoir le cœur, intéresser l'esprit, exalter l'âme* ». La sensibilité est le point commun des poètes et des autres artistes. C'est



pourquoi tout le monde peut écrire de la poésie, à condition d'avoir cette sensibilité particulière.

### Quelles sont vos sources d'inspiration ?

Un poème part toujours d'une émotion, plus que d'un thème. Par exemple, une visite de Paris peut être une source d'inspiration, ou peut-être pas. J'ai du mal à écrire un poème qu'on me demande pour l'anniversaire d'une amie, si je n'ai pas une émotion personnelle au départ. Je ne peux pas m'asseoir à mon bureau et me dire : « *Je vais écrire une poésie* ». La poésie nécessite un regard sur les choses, une vision aérienne de la vie. Victor Hugo dit : « *Sous le monde réel, il existe un monde idéal, qui se montre resplendissant à l'œil de ceux que des méditations graves ont accoutumés à voir dans les choses plus que les choses* ».

### La poésie doit-elle être lue ou dite à voix haute ?

Rares sont ceux qui savent lire la poésie classique. Un professeur de l'université d'Aix-Marseille me confiait que la diction ne s'apprend plus en France. J'ai eu la chance de l'apprendre auprès d'un professeur. Aujourd'hui, quelqu'un qui achète les œuvres d'un poète classique ne saura pas toujours les lire ; il va par exemple éluder certaines syllabes. On devrait éditer des disques ou DVD pour entendre cette musique des mots ! Dans notre groupe « Vers le Cristal », nous travaillons beaucoup la diction, et notamment la « voix projetée », qui utilise les accents toniques et la mise en relief des mots ; elle s'appuie sur la respiration abdominale, la colonne d'air qu'utilise un chanteur ou un joueur d'instrument à vent. Cette voix projetée, qu'on doit utiliser même au micro, est à distin-

guer de la voix parlée, de la voix lue, de la voix chantée et de la voix déclamée.

### Que vivez-vous également dans votre groupe de poètes ?

La poésie comporte un aspect psychologique, car on se confie à sa page. Nous ne sommes pas dans le superficiel, mais dans les souvenirs, dans ce qui nous marque. Cela peut prendre des allures de thérapie, et de thérapie de groupe. Je remarque qu'il y a quatre ans, les poèmes de notre récital annuel comportaient beaucoup de tristesse et de mélancolie ; cette année, ils sont beaucoup moins sombres ! Je vois aussi des personnes qui avaient des problèmes de santé et qui se sentent mieux ; il est possible qu'extérioriser leurs émotions ait pu soigner des maux psychosomatiques. Par ailleurs, certains poètes du groupe sont croyants, tandis que d'autres non ; certains poèmes qui parlent de Dieu interpellent, et cela éveille d'intéressantes conversations.

### Vous préparez votre récital annuel. Quel sera le programme ?

Le samedi 11 mai 2019 à Meursault, nous proposons un récital de poésie avec vingt personnes sur la scène : poètes, musiciens et chanteurs lyriques, sous le nom d'une « *Réverie aux chandelles* ». Deux musiciennes auront composé des airs à partir de nos poèmes inspirés, selon leur propre ressenti : ce sera une cascade d'inspirations ! Il y a quatre ans, 80 personnes étaient présentes, et l'année dernière, 130. Lors du buffet convivial que nous organisons après, des personnes nous disent : « *Nous sommes venus pour faire plaisir à notre beau-frère qui fait partie des poètes ; nous nous disions que nous allions nous ennuyer, mais en fait pas du tout !* » En effet, pour beaucoup, le mot « poésie » fait peur, parce qu'on ne leur a pas toujours expliqué le sens des poèmes appris à l'école primaire, ou bien parce qu'on leur reprochait de ne pas bien la connaître par cœur : ils ont gardé en tête que la poésie est rébarbative. Ou bien ils ont peur de ne pas comprendre la poésie, s'ils ont lu certains poèmes avec énormément de métaphores. Nous avons même évité le mot « poésie » dans l'intitulé du récital, qui se nommera « *Vins, poètes, musiciens et chanteurs : réverie aux chandelles* ». Alors que la poésie, c'est, selon Vigny, « *Penthousiasme cristallisé* » !

Propos recueillis par S. P.

#Maman Soleil #Maman Sourire  
#Maman Sereine ...

... et si c'était **VOUS** ?



**LE livre** qui donne envie d'y croire !

« Un livre qui fait du bien, inspirant et portant à la réflexion pour l'avenir » Anna

« Au secours je me noie, comprendre et éviter le burn-out maternel »  
par Axelle Trillard [www.coaching-ailesdemaman.net](http://www.coaching-ailesdemaman.net)

à offrir ou se faire offrir pour la **Fête des mères** !

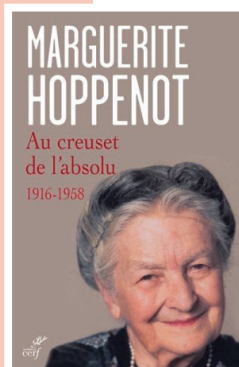






## Aimer à la folie

JOUR-  
NAL



### AU CREUSET DE L'ABSOLU - Marguerite Hoppenot - Éditions du Cerf

En 1938, à l'invitation du cardinal Verdier, Marguerite Hoppenot fonde à Paris le G.D.A.C.F. (Groupement diocésain d'Action catholique féminine), qui deviendra en 1968 le mouvement Sève. Le G.D.A.C.F. a pour but d'évangéliser les milieux bourgeois, grâce à des réunions de prière et de réflexion. À la demande d'un prêtre et ami, Marguerite Hoppenot raconte, dans des cahiers réunis dans ce livre, ce qui fut sa « vocation » à travers le mouvement, et son propre itinéraire spirituel. Depuis sa Première communion et à travers les épreuves qu'elle vécut dans la vie du mouvement et dans sa vie personnelle, on suit avec intérêt son intimité sans cesse renouvelée avec Dieu et son abandon croissant au Seigneur, dans le renoncement à faire « œuvre personnelle ». Vivant une histoire d'amour avec son mari Philippe et connaissant des épreuves avec leurs cinq enfants - notamment le décès de leur fils Manuel -, on perçoit la fécondité qu'a pu avoir cette femme, jusqu'à sa mort en 2011, même si le récit s'arrête dans ce livre en 1958. Une belle découverte.

Solange Pinilla

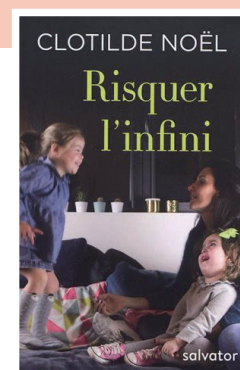
TÉMOI-  
GNAGE

### RISQUER L'INFINI

Clotilde Noël - Salvator

Après avoir eu six enfants, Clotilde et Nicolas Noël ont adopté une petite fille trisomique, Marie, aventure qu'ils ont raconté dans *Tombée du nid* (lire *Zélie n°6*, p. 12). Trois ans plus tard, en 2016, ils accueillent Marie-Garance, âgée de 16 mois et polyhandicapée. Dans *Risquer l'infini*, Clotilde Noël raconte le parcours pour recevoir l'agrément pour cette deuxième adoption, leurs joies, leurs doutes et leurs inquiétudes à son arrivée. D'un côté, on est surpris et interpellé par cet amour un peu fou - surtout quand on apprend qu'ils ont obtenu un agrément pour accueillir un troisième enfant handicapé -, mais comme Clotilde Noël le souligne, chacun est appelé à un chemin qui lui est propre. Cette aventure leur a apporté tant de joies et tant appris sur l'amour, qu'ils veulent continuer à « risquer l'infini ».

Elise Tablé



### CHIARA, DIS-NOUS EN QUI TU CROIS

Bénédicte Delelis (texte), Anne-Sophie Rahm (musique),  
Éric Puybaret (dessins), Alice de Tauriers (voix) - Mame

Dernier livre-CD paru dans la collection « Graines de Saints », *Chiara, dis-nous en qui tu crois !* présente, dans un récit à la première personne entrecoupé de cinq chansons douces et priantes, la vie de bienheureuse Chiara Luce Badano, jeune Italienne à la foi lumineuse, morte du cancer à 18 ans et béatifiée en 2010. Entre petites anecdotes d'enfance, professions de foi et d'amour et réflexions profondes, c'est une heure d'enchantement à écouter et méditer. À partir de 5 ans.

Marie-Antoinette Baverel

JEU-  
NESSE

## TESTÉ POUR VOUS

# Liberté chérie ou smartphone chéri ?

**A** l'heure où j'écris ce papier, la semaine sainte s'achève dans les lumières de la nuit pascalle. *L'Exultet* a retenti dans la nef, et je songe que la beauté de cet instant rachète toutes nos fatigues, nos lassitudes, notre misère. Ce soir, en rentrant dans les nuits de Paris silencieuses – les habitants ignorent sans doute qu'ils sont sauvés ! –, mon smartphone est quelque part au fond de mon sac, et je n'éprouve aucune envie d'aller consulter mes notifications. Cela me paraît très vain, futile. En réalité, cela m'a toujours paru vain et futile, mais il faut bien avouer que j'en étais dépendante – et je le suis toujours un peu, soyons honnêtes. Ce décalage entre ce que je pense et ce que je fais (Rm 7, 9, toujours !) me rend lucide sur le peu de liberté que j'ai par rapport à ce petit objet noir, magique, tout-puissant.

J'ai testé un coaching en ligne un peu particulier, sur la plateforme « [Mon coaching PepPsy](#) » pendant cinq semaines, afin de me détacher de mon smartphone, solidement amarré à mes réflexes. Au fond, il est devenu une sorte de doudou, parce qu'il farcit ma solitude et me donne l'illusion d'exister. Le coaching se déroule ainsi : chaque début de semaine nous est proposé un axe de progression, avec des vidéos, un exercice pratique et une action concrète pour la semaine. Le premier pas est déjà de prendre du temps dans son emploi du temps, d'acheter un carnet (pour noter son parcours) et un réveil (pour ne plus dormir avec son téléphone).

La première semaine, on prend conscience de ce qui nous fait entrer dans l'addiction – entre autres, la dopamine, neurotransmetteur provoquant une sensation de plaisir, générée par les notifications des réseaux sociaux. Il s'agit également de mettre le doigt sur les conséquences

négligées générées par un usage addictif : perte de temps, perte d'efficacité au travail, perte d'autonomie dans les choses pratiques – cuisiner, s'orienter, s'informer... – ou encore relations avec son entourage dégradées.

Le coaching s'appuie tout au long du parcours sur des outils psychologiques, comme s'écrire une lettre pour s'encourager, noter chaque soir cinq belles choses de notre journée pour développer la gratitude – une source de plaisir plus épanouissante que les notifications ! –, relire sa vie depuis l'enfance, ou encore déterminer grâce à un test personnel ses forces parmi les 24 forces de caractère, pour les utiliser au travail et avec ses proches.

L'intérêt du coaching est de débusquer les causes profondes de notre dépendance. En effet, il ne s'agit pas simplement de mettre en place un planning d'utilisation, car il sera intenable si nous ne traitons pas en amont les raisons qui nous font inlassablement glisser nos doigts sur un écran tactile. L'insatisfaction, la fuite de nos activités, la solitude, la soif d'être reconnu et aimé érigent le smartphone en sauveur. Aussi, ce coaching nous invite à revoir notre vie, nos priorités, tout en entrant dans une dynamique optimiste : nous vivons de belles choses même lorsque nous ne les voyons plus, et notre personnalité a des ressources qu'il nous faut développer.



bruce mats/Pexels License

**Pourtant, on se heurte à des obstacles.** Il faut trouver le temps pour faire le coaching, avoir le courage de suivre son planning ou de désinstaller telle application que l'on aimait bien. Changer nos habitudes – ouvrir Google pour trouver l'information, écouter de la musique sur Deezer... – n'est pas confortable et tenir dans la durée n'est pas chose aisée. De plus, le téléphone nous rapproche aussi des autres – conversations Whatsapp, échanges sur Twitter. Cela peut être difficile de renoncer à ces relations, surtout lorsqu'on est seule, chez soi, en vacances, dans un train...

Cependant, on peut revoir la manière dont on nourrit ses relations et préférer le vrai café sur le guéridon en zinc plutôt que les échanges un peu vagues sur Messenger. Et il ne s'agit pas de jeter son téléphone aux oubliettes mais de ne pas se laisser ce morceau de plastique cuivré nous mener par le bout du nez. À nous de choisir : qui sera le maître, qui sera l'esclave ?

*Lita Kerlaouen*



## Apprivoiser Le Havre

**P**énétrer au Havre par les terres, c'est être tout de suite confronté à son présent industriel. De nuit, les torchères, longues tours d'où s'échappent parfois du gaz enflammé, jettent sur ce curieux paysage une lumière orangée. Mêlées à la brume et aux nombreux éclairages de sécurité, elles donnent aux usines un petit air fantomatique presque fluorescent. De jour, le gris domine et l'on peut admirer toutes sortes de cheminées, quelques sites à l'abandon et d'autres, impeccablement entretenus dans le désordre apparent.

En rejoignant l'Ouest et le centre-ville, les habitations prennent de plus en plus de place. Au fond des rues, on aperçoit souvent le haut d'un portique, les silos à blé ou les tours de la centrale EDF, comme autant de clins d'œil à la longue histoire industrielle de la ville. En levant le nez dans les rues, on s'amuse du patchwork architectural : un immeuble art déco par ci, une vieille demeure en brique et silex par là. Ces jolies surprises sont voisines de bâtiments plus modernes, sur lesquels l'esthétique n'a pas sa place.

Voici déjà la place de l'Hôtel de Ville entourée de ses grands immeubles gris, construits par Auguste Perret après les bombardements de la Seconde Guerre mondiale. Une autre forme de poésie urbaine règne ici : lorsque le ciel est bleu, le béton devient rose.

À quelques mètres, le « Pot de yaourt » domine les bassins. Cette œuvre de Niemeyer, officiellement baptisée



barskefrank/Pixabay License

« *Le volcan* » par l'artiste, abrite une salle de spectacle. Juste derrière, la bibliothèque municipale affiche son mobilier design inspiré des années 1950, et de nombreux fauteuils bien confortables pour profiter des collections. Le dimanche il faut choisir : lire ou flâner sur le marché tout proche, pour remplir son panier de produits régionaux

Au bout de l'avenue de Paris, une arche de conteurs colorés joue le rôle d'arc de triomphe.

Il est temps de rejoindre la mer, où la promenade débute sous la Porte Océane, devant le paysage d'*Impression soleil levant*, peint par Claude Monet : à gauche, le port et ses activités, à droite, l'étendue d'eau et la longue plage. Par temps pluvieux, on longera le port de plaisance pour rejoindre le Musée Malraux, rempli de peintures de Raoul Dufy, Monet, Manet et consorts, sans oublier les vaches d'Eugène Boudin !

Si la météo est clémente, quelques kilomètres de balade s'offrent aux promeneurs le long de l'eau. Dès que le soleil pointe le bout de son nez, les Havrais arpentent le littoral, allant souvent jusqu'au « bout du monde », qui est ici le bout de la plage ! Au son du ressac sur les galets, la Normandie impressionniste étale ses couleurs changeantes. Par beau temps, face à l'estacade, on s'imagine volontiers sur la *Terrasse à Sainte-Adresse* de Monet.

Les courageux se lancent à l'assaut de la falaise. Leurs efforts sont récompensés par la vue sur l'estuaire de la Seine du haut des « Jardins suspendus », aménagés dans un ancien fort.

En bref, passer une journée au Havre, c'est se laisser surprendre par son architecture étonnante. C'est aussi retrouver l'ambiance plus familière des tableaux impressionnistes, mais surtout prendre un bon bol d'air et se laisser porter par le vent au gré des découvertes !

Pauline Moreau

**Mes bonnes adresses pour déjeuner ou prendre le thé :**

*Les enfants sages* - 20 rue Gustave Lennier au Havre

*Le chat bleu* - 6 rue du Roi Albert à Sainte-Adresse



Vladimir Varfolomeev/Flickr CC BY-NC 2.0

## UNE FEMME DANS L'HISTOIRE

# Marie-Antoinette, reine de France

**A** la cour de Vienne, en ce 2 novembre 1755, alors que naissait, de l'empereur François I<sup>er</sup> et de Marie-Thérèse, l'archiduchesse Marie-Antoinette, les chancelleries ne bruisaient que des négociations sur l'alliance devant rapprocher la monarchie Habsbourg de son vieil ennemi, la France. Le ministre français Choiseul appelait de ses vœux un mariage entre un Bourbon et une Habsbourg. Marie-Antoinette fut destinée à cette tâche. Elle y fut préparée dès l'enfance, environnée de Français, éduquée dans le goût de Versailles et Paris. Après plusieurs années d'échanges diplomatiques, on convint des épousailles entre le Dauphin, futur Louis XVI, et Marie-Antoinette.

Les deux fiancés se rencontrèrent à Compiègne, au printemps 1770. Le mariage fut célébré peu après, à Versailles.

Jeune femme d'une délicate beauté, élégante, goûtant la danse, la musique, le théâtre et l'opéra, priante et charitable envers les plus pauvres, elle conquiert le peuple durant son voyage de Strasbourg à Versailles. Ses apparitions étaient l'occasion d'ovations, au cri de « *Vive la Dauphine !* », puis plus tard de « *Vive la Reine !* » Mais à la cour, un parti hostile aux Habsbourg n'acceptait pas sa présence, craignant qu'elle n'influence la politique de l'État en un sens trop favorable à Vienne et contraire aux intérêts de Paris. Mais jamais Marie-Antoinette ne put influencer la politique royale dans le sens voulu par les Habsbourg.

En 1774, devenue reine avec l'avènement de Louis XVI, son pouvoir augmenta, et ses amis, comme les Polignac, utilisèrent leur proximité avec la souveraine pour obtenir places, titres et pensions. Mais là encore, son rôle politique fut faible, au contraire de ce que prétendaient ses détracteurs la surnommant déjà « l'Autrichienne »

et utilisant contre elle tous les arguments. On lui reprocha ses dépenses, après que son époux lui eut donné le Trianon ; puis son excessive simplicité, lorsqu'elle voulut jouer les bergères au hameau de la Reine. On ignorait ses nombreuses donations aux œuvres de secours charitables, et si on l'acclamait au théâtre, dans l'ombre, les princes de France étaient contre elle.

Éclaboussée par l'affaire du collier, en 1785, histoire d'écoulement d'une parure de diamants où son nom fut utilisé à son insu, elle fut particulièrement éprouvée après cette date. Appelée « Madame Déficit », on lui prêta, outre des dépenses frivoles inconsiderées, une multitude de liaisons diffamatoires, à l'exception de celle, platonique, entretenue avec le Suédois Axel de Fersen.



Élisabeth Vigée-Lebrun/Wikimedia commons CC

Louis XVI, d'abord gêné, voire réticent vis-à-vis de son épouse, fut conquis par son charme et sa bonté. Après quelques années, le couple eut d'abord Marie-Thérèse, dite Madame Royale, en 1778 ; puis, après une fausse couche, le premier Dauphin, Louis-Joseph, né en 1781 et mort en 1789. Après une deuxième fausse couche, le second Dauphin, Louis-Charles, naquit en 1785 ; c'est l'enfant mort au Temple en 1795. Enfin Sophie-Béatrice née en 1786, mourut l'an suivant.

Ayant bénéficié d'une mère très présente dans son éducation, Marie-Antoinette se consacra à ses enfants plus que ne le fit aucune reine de France, et cultiva pour eux un profond amour.

La Révolution de 1789 allait révéler Marie-Antoinette. Confrontée à l'émeute, à l'invasion de Versailles, à la vie surveillée dans le palais des Tuileries, puis à l'enfermement à la prison du Temple, elle fut l'appui indéfectible de Louis XVI. Prêchant l'énergie et l'audace, elle ne put le convaincre, mais ne l'abandonna jamais.

Après la mort du roi, le 21 janvier 1793, Marie-Antoinette consacra le peu d'énergie qui lui demeurait à ses enfants, avant d'en être séparée. Jugée en octobre 1793, accusée sans fondement de trahison, attaquée jusque dans sa maternité, elle fut condamnée à mort et guillotinée le 16 octobre, place de la Révolution.

Gabriel Privat





StockSnap/Pixabay License

## Les émotions dans le couple

**À deux, les émotions se vivent parfois puissance dix... à commencer par l'amour !**

On entend parfois « Il faut passer d'être amoureux à aimer » ; heureusement, il n'est pas nécessaire de choisir entre *eros* (désir) et *agapè* (amour désintéressé), les deux peuvent se conjuguer.

L'amour est une dynamique, et une émotion. C'est « cette sensation dans le cœur, ou au niveau du sternum, de chaleur, voire de brûlure parfois, de picotements » rappelle la psychologue Isabelle Filliozat dans *Que se passe-t-il en moi ? Mieux vivre ses émotions au quotidien* (Poche Marabout). « Le sang afflue vers les joues. Des larmes peuvent perler au coin des yeux. Une douce chaleur envahit tout le corps. On se sent « comme dans du coton ». L'émotion d'amour se déguste. Elle se décharge en douceur quand on la laisse vibrer dans tout le corps. »

D'ailleurs, cette émotion d'amour n'est pas réservée au couple. Elle se vit également entre parents et enfants, entre frères et sœurs ou amis... Dans le couple, l'émotion d'amour va nourrir le sentiment amoureux, qui est constitué de plusieurs émotions – et dure plus longtemps qu'une courte émotion d'amour. Un homme et une femme qui éprouvent l'un envers l'autre confiance et admiration – sentiments qui nourrissent aussi l'émotion d'amour –,

verraient s'affaiblir leur relation s'ils ne ressentent pas régulièrement l'émotion d'amour. Pour cela, il faut parfois prendre le temps, lors d'un temps d'échange ou encore d'une sortie au restaurant. Ou simplement dans le silence. « Plongez vos yeux dans ceux de votre partenaire, invite Isabelle Filliozat. Respirez profondément dans votre bassin. Prononcez ces mots magiques : « Je t'aime » sans la/le quitter des yeux. Laissez l'émotion descendre dans tout votre corps. Quand la vibration monte, écoutez-la en vous, ressentez-la. »

L'émotion d'amour n'est pas la seule à se vivre au sein du couple. Joie, colère, peur ou tristesse s'invitent régulièrement car « les émotions y sont exacerbées et les sentiments parasites trouvent un terrain propice à leur prolifération ». Il arrive que l'un des conjoints se demande : « Est-ce qu'il m'aime ? » ou « Est-ce qu'elle ressent cela à propos de moi ? », alors que la vraie question à se poser est plutôt « Est-ce que je l'aime ? » et « Qu'est-ce que je ressens ? » Le conjoint n'a pas à prendre la responsabilité des émotions de l'autre. Une émotion ressentie par l'autre parle de lui-même, et non de soi.

D'où l'importance de partager ce que l'on ressent. Dans *Couple et complices* (Farel éditions), Gary Chapman distingue dans le couple quatre niveaux de communication : d'abord, la conversation de couloir : « Ça va ? - Très bien. » ; le deuxième niveau porte sur les faits : « Il manque du pain. - Nous aurons de nouvelles élections en mai. » ; le troisième est le discours rationnel : « Je pense que la question sociale revient en force » ; enfin, le quatrième consiste à partager ses émotions et sentiments : « Je me sens furieux/triste/surexcité » ; seulement, si l'expression d'émotions est mal accueillie dans le couple, niée ou moquée, on hésitera à se confier encore et on en restera à un niveau de communication moindre. Évoquer le soir deux ou trois émotions et sentiments éprouvés pendant la journée, et accueillir ceux de l'autre dans une écoute active et sans jugement ni conseil (voir *Zélie n°32*, « L'art de l'écoute »), permettent d'accéder à une véritable intimité émotionnelle.

Si cette émotion est arrivée suite à un comportement de l'autre, parler en « je » et non en « tu » évite de l'agresser : « Quand tu (comportement précis), je ressens (émotion ou sentiment) parce que je (besoin ou attente), et je souhaiterais te demander de (geste concret de réparation) de façon à ce que (éventuellement, ce que gagne l'autre à le faire). »

Cet ajustement dans l'identification et l'expression des émotions peut permettre d'éviter de faire porter à l'autre des attentes démesurées, comme le souligne Isabelle Filliozat : que l'autre nous sécurise, nous protège contre une angoisse, comble un manque affectif, nous permette de contrôler la relation ou encore de libérer d'anciennes colères refoulées sans prendre de risque face à nos parents... Voir plus clair en soi permet de mieux respecter l'autre et de nourrir une relation de couple plus riche.

Solange Pinilla

# la maison de TOM POUCE

Depuis 30 ans, La Maison de Tom Pouce vient en aide à toute femme enceinte en difficulté dès le premier mois de grossesse et à toute maman avec son bébé



**URGENT**

La baisse brutale et sans précédent de l'aide publique menace notre mission. Nous devons trouver **IMPÉRATIVEMENT 250 000 euros ! Aidez-nous à les aider !**

OUI, je me mobilise pour aider les mamans et futures mamans en difficulté

Je fais un don de ..... €

Par chèque à l'ordre de « La Maison de Tom Pouce »

A envoyer à : La Maison de Tom Pouce - BP 90, 77 253 BRIE COMTE ROBERT Cedex

Mme  M. Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Je souhaite recevoir un reçu fiscal  par courrier  par mail .....@.....

➔ Je peux aussi faire mon don en ligne sur [www.lamaisondetompouce.com](http://www.lamaisondetompouce.com)

Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique dont les destinataires sont La Maison de Tom Pouce et son cabinet comptable. Conformément à la loi « Informatique et Libertés » du 6 Janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression des données personnelles vous concernant.

Si vous êtes imposable, 75% du montant de votre don est déductible de votre impôt sur le revenu dans la limite de 537 €, 66% au-delà dans la limite de 20% de vos revenus imposables.