

Accompagnement : suivez le guide spirituel

Constance de Buor - La Vie (14/10/2010)

Religieux et laïcs sont à l'écoute pour vous aider à répondre aux questions de fond sur la vie et la foi

Parce qu'ils ont besoin de faire un choix, arrivent à un tournant de leur existence ou désirent que leur vie de foi ne soit plus cantonnée au dimanche matin, des chrétiens toujours plus nombreux se tournent vers l'accompagnement spirituel. « *Les situations personnelles et professionnelles sont de plus en plus bousculées. Le rythme s'accélère. Les gens ont l'impression de subir leur quotidien. L'accompagnateur leur demande de s'arrêter pour relire leur vie, pour lire la Parole de Dieu. Il leur apporte du temps, de l'écoute, du respect* », constate Hélène Caumeil, sœur du Cénacle, à Toulouse. Et les aide à dessiner peu à peu un fil rouge : la présence de Dieu à tous les étages de leur vie. En France, des religieux et de plus en plus de laïcs proposent ce service d'Église.

Pourquoi demander à être accompagné ?

Actif, retraité, mère au foyer, étudiant, de 15 ans à 90 ans, engagés dans l'Église ou plus éloignés, il n'y a pas de profil type... Chacun est accueilli « là où il en est », avec ses doutes et ses interrogations : « Mon curé me demande d'entrer dans l'équipe d'animation pastorale. J'hésite... » ; « Est-ce que je dois changer de travail ? » ; « Comment traverser mon divorce ? » ; « Je ne sais pas prier... » ; « Les enfants ont tous quitté la maison, et j'en souffre. »

Michel Meneau est prêtre eudiste au Centre spirituel de la Roche du Theil, en Bretagne. Il suit actuellement une soixantaine de personnes. Une tradition dans sa congrégation qui reçoit des demandes diverses. « *Je vois des jeunes qui ne savent pas qui ils sont, et qui ont le sentiment que la société actuelle les bloque dans leur construction. Des adultes dans le doute, qui se demandent à quoi ça sert de croire en Dieu. D'autres ont le désir intérieur d'être mieux accordé à Dieu, de sentir sa présence dans leur vie de tous les jours. D'autres encore ont besoin d'un rééquilibrage à un moment clé de leur vie, quand ils arrivent à la retraite, par exemple. Beaucoup, enfin, ont des choix à faire ou des changements importants de situation matrimoniale, familiale, professionnelle à appréhender...* », observe-t-il.

Quelle différence avec un travail de psy ?

« *Le spirituel n'est pas déconnecté du psychologique : on aime avec sa psychologie* », explique Olivier de Saint-Martin, curé de Notre-Dame du Rosaire à Toulouse. « *Mais nous n'avons pas de compétence pour résoudre les problèmes psychologiques des personnes. Il est donc de notre responsabilité de leur dire qu'on ne soigne pas une dépression par la prière, et qu'ils doivent voir un médecin* », ajoute le dominicain qui réserve deux après-midi par semaine à cette « demande prioritaire », et dont la communauté accompagne quelque 200 personnes de la région. « *En revanche, il est aussi important de leur rappeler que la dépression n'est pas un péché, qu'elle n'empêche pas de vivre sa foi.* »

Est-ce différent d'une conversation entre amis ?

L'accompagnement n'est pas une relation réciproque. L'accompagnateur ne raconte pas sa vie. Jamais vous ne l'entendrez dire : « Ça me rappelle le jour où j'ai réalisé que », ou « Vous savez, j'ai déjà ressenti ça ». Il écoute activement, avec une forme de distance, il renvoie la personne à elle-même, la pousse à formuler ce qui lui fait peur ou l'anime, et ne la juge pas.

L'accompagnement peut-il remplacer la confession ?

Non. L'accompagnement spirituel ne débouche pas sur un sacrement, contrairement à la réconciliation. Les curés accompagnateurs veillent à séparer les deux. En changeant de pièce pour confesser, si une personne le leur demande au terme du rendez-vous, par exemple. Mais il arrive souvent que l'accompagnement fasse revenir vers le sacrement de réconciliation des personnes qui ne le fréquentaient plus.

Choisit-on librement son accompagnateur ?

Il n'est pas toujours facile de savoir vers qui se tourner. Celui qui convient si bien à mon meilleur ami ne sera pas forcément adapté à ma demande... La bonne nouvelle : les accompagnateurs commencent en général par prêcher la liberté de choix. « *Au premier rendez-vous, je dis à ceux que je reçois qu'ils doivent se sentir vraiment libres de chercher quelqu'un d'autre s'ils ne sont pas à l'aise* », raconte **Michel Meneau**. Il ne faut pas oublier non plus que la liberté opère à double sens : la personne accompagnée, comme l'accompagnateur, est libre de mettre fin à la démarche quand elle le souhaite. La confiance, le respect, la possibilité d'aborder tous les sujets sont aussi des conditions sine qua non d'un bon accompagnement.

Combien de temps peut durer ce parcours ?

À chacun de voir. Quelques mois, plusieurs années... Au départ, il est important d'être régulier. Un rendez-vous d'une heure par mois, par exemple. Au fur et à mesure, les entrevues peuvent s'espacer.

Faut-il préparer l'entretien ? Comment se déroule-t-il ?

« *La terreur des accompagnateurs, c'est d'accueillir quelqu'un qui vous dit au début du rendez-vous : "De quoi vais-je bien pouvoir vous parler aujourd'hui ?"* », explique Hélène Caumeil. C'est en effet à chacun d'apporter la matière de son accompagnement. Dans l'idéal, il peut être utile de noter, entre deux entrevues, quelques mots sur ses impressions dans un carnet et de s'appuyer dessus. Chez les dominicains, Olivier de Saint-Martin se renseigne deux jours avant sur les points que la personne souhaite aborder.

Souvent, l'accompagné commence par raconter ce qu'il a vécu depuis un mois : comment il a réagi à tel événement, comment il a ressenti telle rencontre, ce qui dans la Parole de Dieu l'a interpellé, pacifié... Pour en arriver ensuite aux questions de fond.

« *L'accompagnateur est un espace de formulation, il aide à scruter la place du Christ dans les situations vécues. Mais il tient aussi le rôle de la mémoire. C'est lui qui peut dire : "Même si tu crois que ça n'avance pas, moi je vois que les choses bougent, regarde..."* », dit **Laurent Tournier**, supérieur des Eudistes de France. L'accompagné n'a pas à tout dire. L'entretien ne vise pas la transparence. Mais, au besoin, l'accompagnateur peut éclairer les vides, ce qui reste bloqué : demander à une femme pourquoi elle ne parle jamais de son mari, ou un prof de ses élèves...

Quel est le sens spirituel de cette démarche ?

Il s'agit d'une relation à trois, rappellent souvent les accompagnateurs. Si vous venez me voir, c'est que vous voulez rencontrer Dieu, dit d'emblée **Michel Meneau** à ceux qu'il reçoit. « *Il faut aider chacun à découvrir qu'il est un don de Dieu, à sentir la présence agissante de Dieu à l'intérieur de lui et à comprendre que, par lui, Dieu vient à la rencontre de ceux qui l'entourent* », explique le prêtre. L'accompagnement vise aussi une libération : de la peur de l'avenir, de ne pas savoir aimer, du regard des autres... « *Mettre la personne en face de Dieu, l'aider à saisir ce qu'est le regard de Dieu sur elle doit l'affranchir. L'accompagnateur est là pour aider la personne à ne plus craindre ce qu'elle est, à discerner la manière dont elle est enveloppée de l'amour de Dieu et à pouvoir y répondre* », explique aussi Olivier de Saint-Martin.

Au carmel de Paris, frère Christophe Marie aide aussi ceux qui viennent à lui à entrer dans une prière personnelle. Autrement dit, à entrer en relation avec Dieu. « *Prier régulièrement seul, c'est difficile. Ça n'est pas comme un office ou un chapelet tout tracé. Si l'on veut bien y consacrer un temps un peu long chaque jour, on s'aperçoit que la prière n'est pas déconnectée de notre vie. Avec Dieu, on ne peut pas tricher. Nos choix, mais aussi nos joies, nos lâchetés, tout ce qui fait notre vie est présent dans la prière, qui nous force à être en vérité.* »