

Tables rondes 2018
«Vous allez mal? Priez...» - Jeudi 6 septembre, 20h
Compte-rendu de la soirée



Pour cette 2^e table ronde de l'année, la Fondation Domus a choisi d'évoquer la place de la spiritualité dans le traitement des maladies psychiques. Quels liens existent-il entre ces deux univers et en quoi peuvent-ils être complémentaires pour favoriser la guérison. Pour en parler, quatre intervenants au parcours bien distincts, mais qui oeuvrent tous aux côtés de personnes en souffrance:

- **Mgr Jean-Marie Lovey**, évêque du diocèse de Sion, ancien prévôt de la congrégation de l'Hospice du Gd-St-Bernard
- **Frédéric Le Gal**, docteur en théologie, prêtre du diocèse de Lausanne, Genève et Fribourg. Il y oeuvre notamment au SEDES, Service d'écoute et de délivrance spirituelle (exorcismes, etc.) et depuis 2009 dans le service de psychiatrie des HUG
- **Vincent Liaudat**, psychiatre et psychothérapeute, notamment fondateur de relationconscience.ch, qui depuis 10 ans jette des ponts entre psychologie, spiritualité et conscience, membre ressource du Réseau suisse pour les expériences autour de la mort (Swiss IANDS)
- **Philippe Besse**, directeur de la Fondation Domus et formateur en méditation de Pleine Conscience

Modératrice, l'ancienne journaliste **Sylvie Chevalier (forcoms)** les a invités à évoquer ce que la spiritualité signifie à leurs yeux.

Qu'est-ce que la spiritualité?

Pour Philippe Besse, la spiritualité s'est développée à travers de nombreux courants au fil des siècles, elle est aujourd'hui une clé pour réduire la souffrance, le stress et prévenir les rechutes en cas de maladie psychique. Frédéric Le Gal ajoute qu'elle aide les personnes en souffrance psychique à retrouver du sens et à lutter contre leur maladie. «Elle nous pousse également à être en lien les uns avec les autres», explique, selon Vincent Liaudat,

qui ajoute qu'à ses yeux la spiritualité est un état «naturel assez simple et primitif. Souvent, ce sont des fonctions du cerveau assez primaires qui sous-tendent cela, ce qui fait qu'elle appartient à tout être humain.» Pour Philippe Besse, «La spiritualité fait partie d'un équilibre. On ne peut pas la dissocier des composantes de l'homme. Passer à côté de cela serait impossible pour une institution comme la nôtre.»

Différencier spiritualité et religion

Mgr Jean-Marie Lovey évoque la différence entre spiritualité et religion. «Il faut distinguer l'un de l'autre. Il y a des formes de spiritualités très religieuses et d'autres qui en sont très loin. Dans notre héritage culturel, on définit l'homme comme composé d'un corps et d'une âme. L'anthropologie biblique parle du corps, de l'âme mais aussi de l'esprit. On peut donc différencier ce qui relève de l'esprit, qui est en lien avec la spiritualité, et ce qui a trait à l'âme, qui touche à la religion.» Selon lui, partager la foi chrétienne, la dire et la montrer joue un rôle équilibrant: «Avoir des personnes en place, à leur place, en phase avec leurs convictions, leurs capacités et leurs limites est essentiel.»



Retrouver l'ancrage et le lien

La notion d'ancrage évoquée par Mgr Lovey a trouvé un fort écho auprès du psychiatre et psychothérapeute Vincent Liaudat. «L'ancrage est aussi un objectif de la thérapie. On s'est souvent demandé où résidait l'efficacité d'une thérapie. Nous avons remarqué que c'est la capacité de l'être humain à être empathique, à se mettre à l'écoute. De là, surgit une alliance thérapeutique. Et elle dépendra du degré d'ancrage qui va spontanément circuler entre les deux êtres humains. Un thérapeute bien ancré favorisera donc spontanément l'alliance thérapeutique, quelle que soit sa spiritualité ou sa confession. Je le vois plus comme une vibration qu'il émet et à laquelle le patient va réagir».

Frédéric Le Gal partage alors son expérience d'aumônier auprès des personnes en souffrance. «Je travaille parfois avec une infirmière, qui oeuvre dans la Pleine Conscience. Au moment où je réunis les gens pour un moment de prière, elle propose un instant de méditation. Cette complémentarité est intéressante car d'une façon ou d'une autre, on sent que les gens trouvent de l'apaisement. Nous faisons toujours ce moment en deux temps pour que les gens puissent choisir si après la méditation ils veulent assister à la prière. Tous ne restent pas, mais au final, on sent que le partage d'un instant de méditation dans le silence renforce la cohésion entre les êtres humains.»

Rester à l'écoute de soi et du patient

La méditation aide en psychiatrie dans le sens où cela amène l'homme à être plus attentif à ce qui se passe en lui, note Philippe Besse: «Il s'agit d'identifier ce qui nous fait du bien ou pas. Au fil du temps, cela apporte un mieux-être qui débouche sur une plus grande assurance et sécurité. L'écoute amène aussi du sens et cela nous fait entrer dans la spiritualité». Pour Frédéric Le Gal, la complémentarité entre sciences humaines et spiritualité est

très importante et nécessaire. Il explique qu'au Centre d'écoute et de délivrance spirituelle (SEDES), les cas relèvent à la fois du religieux et du psychiatrique. «La libération des personnes sous l'emprise du mal peut revêtir un aspect psychologique ou être lié à la spiritualité. Nous écoutons et évaluons la situation. Il m'est arrivé qu'un psy m'adresse une patiente avec une ordonnance d'exorcisme, mais il peut être aussi dangereux de pratiquer un exorcisme sur une personne trop fragile psychologiquement.»

Chacun choisit son chemin

Au final, tous les intervenants s'accordent sur le fait que chacun doit choisir son chemin de guérison. «Le christianisme ne se prétend pas la seule voie, mais il offre un chemin original. Nous ne sommes pas propriétaires de cette réalité, mais bien dépositaires», a avancé Mgr Lovey. Vincent Liaudat recommande la méditation mais reconnaît que sa mise en place peut être difficile. «Elle exige un cadre, une certaine régularité et parfois les gens n'y parviennent pas.» Philippe Besse a lui-même longtemps pratiqué la méditation, il l'enseigne aujourd'hui, mais reste prudent: «Je suis très clair, ce n'est pas la panacée, c'est un outil, un chemin et il y en a d'autres. Notre rôle de professionnel, de compagnon, de père est de rester humble dans l'expertise. Au final, nous ne sommes que des hommes avec notre expérience propre de la vie, qui n'est pas celle de la personne en face de nous. Il s'agit de rester dans cette position d'humilité. L'important dans chaque chemin est qu'il soit pratiqué en conscience et avec amour. Alors le résultat final sera le même.»