

Eglises



«ON ENTEND DIRE: «MOI, JE FAIS LA GUERRE PARCE QUE JE N'AI PAS D'AUTRE POSSIBILITÉ POUR ME DÉFENDRE.» MAIS AUCUNE GUERRE N'EST JUSTE. LA SEULE CHOSE JUSTE, C'EST LA PAIX.»

PAPE FRANÇOIS

SOCIÉTÉ

«Calmer sa peine»

INTERVIEW

«30 protocoles pour traverser le deuil et en sortir grandi» Rencontre avec l'auteure, Amanda Castello, qui donnera une conférence et présentera son livre le 9 août à Sierre...



Amanda Castello a écrit un livre éclairant sur le deuil et témoignera en Valais. DR

Amanda Castello, pouvez-vous vous présenter à nos lecteurs...

J'ai travaillé pendant de nombreuses années dans la formation des opérateurs et des bénévoles en soins palliatifs et en accompagnement du deuil. Je suis engagée dans la recherche sur la fin de vie. J'anime des groupes de deuil pour les adultes et les enfants. Je collabore avec des experts de différents pays pour développer les connaissances scientifiques dans ces domaines. Je suis auteure de livres en français, italien et espagnol et conférencière.

Pour quelles raisons avez-vous décidé d'écrire ce livre?

Sur la base de mon expérience professionnelle, et ayant traversé moi-même plusieurs deuils, je connaissais les diffi-

cultés de ce parcours pour retrouver un sens à la vie. Il existe de nombreux ouvrages, mais il manquait à mon sens un outil pratique et simple en

«Le deuil n'est pas une maladie mais il peut le devenir s'il est banalisé et si la personne qui le traverse n'est pas soutenue.»

AMANDA CASTELLO

mesure de guider, de soutenir, d'accompagner la personne endeuillée en l'aidant à retrouver goût à l'existence et à sortir grandi de son expérience de deuil.

Vous proposez «30 protocoles», pouvez-vous donner quelques exemples?

Ces protocoles sont des exercices simples, progressifs, didactiques. Considérez-les comme un miroir qui vous aide à porter un regard bienveillant sur votre nouvelle réalité. Faites-le avec patience, douceur et constance. Certains de ces protocoles sont des questions, d'autres proposent de traduire vos émotions par des dessins, la lettre que vous n'avez pas eu le temps d'écrire, d'autres encore suggèrent des actions plus concrètes: planter un arbre, la Biodanza...

Que diriez-vous à toute personne qui a perdu un être cher?

J'aimerais rappeler que le deuil n'est pas une maladie mais qu'il peut le devenir s'il

est banalisé et si la personne qui le traverse n'est pas soutenue. Le premier conseil que je me permettrai de donner est d'accepter sa propre fragilité et de demander de l'aide. Exprimer ses émotions est nécessaire. L'expérience du deuil que nous traversons tous un jour ou l'autre peut devenir une opportunité pour découvrir les ressources que nous ignorions posséder.

Vous avez été invitée en Valais, quand pourra-t-on vous rencontrer?

Je présenterai mon livre et donnerai une conférence le mercredi 9 août, à 20 heures, à la salle de la paroisse protestante (avenue des Alpes 14) à Sierre.

PROPOS RECUEILLIS PAR PIERRE BOISMORAND

À PROPOS

Dieu virtuel, quid?



Voici un extrait de ChatGPT à la question «Dieu virtuel»: «Peut être utilisé pour décrire une croyance ou une adhésion à des entités divines ou transcendantes qui existent uniquement dans le monde virtuel de l'information. Cela peut renvoyer à des idées telles que l'omniscience, l'omnipotence ou l'omniprésence d'un être divin au sein d'un système informatique complexe ou d'un réseau mondial interconnecté.»

L'idée même que l'intelligence artificielle puisse être perçue comme «la» solution substitutive

à notre organe crânien, une espèce de Graal technologique, m'inquiète. Elle porterait à l'abrutissement de notre société et au bénéfice d'un confort relatif dont nous serions les prisonniers. Le poète allemand W. von Eschenbach écrivait: «C'est à celui qui ne le cherchait pas qu'il sera donné de le trouver.» Trouver et protéger notre liberté intellectuelle est un devoir qui nous revient, car ce qui nous défère des machines, c'est bien cette capacité de discernement et d'analyse au gré des situations dont seul un être doté

de conscience est capable. Aussi poussée puisse être l'IA, jamais elle n'aura cette curiosité à chercher de nouvelles solutions, à entretenir nos rapports sociaux, à enrichir nos esprits. Cela restera le privilège des êtres humains dont les âmes forment une entité, «un réseau mondial interconnecté», non pas virtuel mais bien réel dont le ciment est la foi de l'Homme en son Père, en son Fils et en l'Esprit-Saint.

DAVID BARBIERI
CONSEILLER SYNODAL
DE L'ÉGLISE RÉFORMÉE
ÉVANGÉLIQUE DU VALAIS

ACTUALITÉS

MARTIGNY

Concert vocal au temple

Dimanche 18 juin, à 17 heures au temple de Martigny. Avec l'ensemble Otto Formaggi. Œuvres de Brahms, Makaroff, Hindemith, Schütz... Entrée gratuite, corbeille à la sortie.

MARTIGNY

Festival Musical'Été au temple

. Mercredi 5 juillet à 19 heures – Trio Incandescence, avec Rebecca Pavageau, violon, Céleste Bouillet, alto et Elsa Bigourie, violoncelle.
. Mercredi 12 juillet à 19 heures – Duo avec Stefano Saccon, au saxophone et Théodore Monnet à l'accordéon.
. Mercredi 19 juillet à 19 heures – Duo Clariano d'Oche, avec Léonard Muller, à la clarinette et aux saxos, et Sylvain Jaccard au piano.
. Mercredi 26 juillet à 19 heures – Quintette de clarinettes de Léonard Müller.
. Mercredi 2 août à 20 heures – Soirée spéciale: Ciné-concert, en partenariat avec le festival Orgues-Musiques et Cimes et la médiathèque de Martigny. Projection du film muet: «A la rencontre de l'hiver Zermattois, 1950-1955» accompagnée par Christophe Sturzenegger, corniste et pianiste, et la soprano Béatrice Villiger. Plus une partie concert.
. Mercredi 9 août à 19 heures – Duo Perlamusica, avec Sophie Rudaz Mudry, piano et Grégory Scalesia, guitare classique et jazz.
. Mercredi 16 août à 19 heures – Duo Duhaut: sourire en chansons, avec Isabelle Meiser, mezzo-soprano, et Sarah Claivoz, accordéon.
. Jeudi 24 août à 19 heures – Duo Retrouvailles, avec Antonin Jaccard et Gabriel Michaud, marimbas.

STATIONS

Cultes d'été

Chapelle protestante de Verbier, tous les dimanches de juillet et août à 10 heures.
Chapelle protestante de Champex-Lac, du 9 juillet au 20 août inclus, à 10 heures.
Chapelle catholique de La Fouly, du 23 juillet au 13 août inclus, à 10 h 30.
Chapelle catholique de Giétroz: les 30 juillet et 6 août à 10 heures.
Chapelle protestante des Mayens-de-Sion, du 16 juillet au 13 août inclus, à 10 heures.
Chapelle catholique de La Forclaz s/ Les Haudères, du 16 juillet au 13 août inclus, à 10 h 15.

SIERRE

Conférence d'Amanda Castello

Rencontre avec l'auteure qui présentera son livre «Calmer sa peine». Mercredi 9 août à 20 heures, salle protestante, avenue des Alpes 14, à Sierre. Entrée libre. Panier. Organisation: Hanni et René Nyffeler, Murielle Landry Nanchen (paroisse protestante) et Corinne Duc-Bonvin, aumônerie catholique, hôpital de Sion

MÉDITATION

En mission

Les auteurs des Évangiles ont gardé et transmis les noms des disciples de Jésus. Il en existe plusieurs listes, dont une dans notre texte du jour. «Ces douze, Jésus les envoya en mission.» (Mat 10, 5a © TOB 2010) Jésus les choisit. Il vit avec eux et leur partage qui il est. Puis il leur donne des instructions pour répandre cette Parole agissante qui libère gratuitement de tout ce qui paralyse, entrave et fait souffrir.

Imaginons quelques instants la longueur de la liste des noms de toutes les personnes qu'il a fallu pour que cette Parole nous parvienne aujourd'hui. Cette dernière est toujours à l'œuvre, discrètement et mystérieusement. Nous pouvons la reconnaître dans chaque mot de tendresse qui reconforte, dans chaque geste d'encouragement qui relève. Ajoutons notre nom à la liste, nous qui sommes à notre tour en mission, appelés à être aimants et bienfaisants dans la dure réalité de notre monde.

AGNÈS THUÉGAZ, PASTEUR