



Les essentiels



MAGUY MÉCHINAUD

**Bienheureuses
fragilités**



Maguy Méchinaud

Ancienne infirmière en réanimation et soins palliatifs, titulaire d'une maîtrise de théologie, elle a fondé l'organisme Soteria-Formation. Elle anime des sessions de croissance humaine et spirituelle pour « *se délier des entraves du passé* ».

J'ai grandi avec la peur au ventre.

Mes parents tenaient une prospère boulangerie, qui fut pour moi un environnement à la fois rassurant – la bonne odeur des pains au chocolat, les bonbons échangés contre des tranches de jambon avec la fille du boucher... – et insécurisant. Ma mère, en plus de ses sept enfants, assumait avec courage le commerce et la tenue de la maison. Dans cette famille catholique ouverte, accueillante et créative, chantante et dansante, j'ai dû être une petite fille désirée, choyée, adulée.

Pourtant, j'ai la sensation, moi la petite dernière, d'avoir été abandonnée, livrée à moi-même, dans la terreur, à la merci de mon frère, de 6 ans mon aîné, qui n'a pas accepté ma naissance et m'a poursuivie durant mes premières années de son agressivité. Comme beaucoup, je garde en mémoire de nombreuses phrases blessantes de mes parents : « *Tais-toi, tu parleras quand tu seras grande* », « *Tu es une fille impossible !* », « *Qu'est-ce que tu vas devenir ?* », ou encore, plus tard : « *Jamais tu ne te marieras, personne ne voudra s'encombrer de toi* »... La solution toute trouvée fut la pension, où j'échouais à l'âge de 7 ans. L'éloignement mit certes fin aux viols que je subis de 3 à 7 ans par des adultes étrangers à ma famille, mais la vie n'y fut pas moins dure et les brimades, pas moins nombreuses. Parmi d'autres, le racket de mes camarades connaissant les trésors sucrés que recelait le commerce familial reste un douloureux souvenir de la méchanceté qui peut s'exprimer chez les enfants envers leurs semblables.

Les étapes de sa vie

1950 Naissance à Nantes dans une famille catholique, dernière de sept enfants.

1971 Diplôme d'État d'infirmière.

1971-1978 Réanimation et soins palliatifs en France, Suisse et Martinique.

1978 Entre dans la CCF de Poitiers (Fondacio) où elle restera plus de 20 ans.

1990-1996 Études de théologie et cycle d'anthropologie spirituelle au Québec.

2000 Fonde l'organisme Soteria-Formation.

2019 Sortie du livre : *Se délier des entraves du passé pour libérer le Souffle* (Médiaspaul).

La psychanalyste Alice Miller a écrit : « Notre corps ne ment jamais, il est le gardien de notre vérité. » Pendant de nombreuses années, j'ai traîné des séquelles de la peur, de l'abandon et de la solitude qui ont accompagné mes premières années : allergies, asthme, crises de tétanie, et plus tard boulimie-anorexie, douleurs articulaires, lumbagos, cauchemars récurrents qui me laissaient dans un état d'angoisse permanent. Pour →



survivre, j'ai mis en place, tout à fait inconsciemment, un mode de fuite en avant. Incapable de me poser, j'ai déménagé 35 fois, sur plusieurs continents.

Pour Annick de Souzenelle, écrivaine, le corps est un livre de chair, qui garde la trace de toute notre histoire. Il y a 40 ans, désespérée et au bord du suicide, en rupture avec ma famille, Dieu et l'Église, je fais une expérience de tendresse inimaginable, enveloppée d'une Présence lumineuse. Cet événement du 7 février 1978 change mon horizon à tout jamais et me donne le courage d'ouvrir le livre de ma vie. Et d'accepter mes fragilités, mes bienheureuses fragilités, comme des promesses de fécondité. Quelques mois plus tard, un appel à me rendre à l'église me mène à Notre-Dame de Grenoble. Là, des paroles reçues pendant l'eucharistie, dans une église bondée mais muette, « *Je t'appelle à ressusciter mon Église* », me lancent dans deux directions parallèles qui seront les deux pieds me permettant d'avancer jusqu'à aujourd'hui, le spirituel et le psychologique : la communauté chrétienne, auprès des jeunes de Poitiers, au sein de ce qui deviendra Fondacio, et, plus tard,

« *En 1978, désespérée, je fais une expérience de tendresse inimaginable, enveloppée d'une Présence lumineuse. Cet événement change mon horizon et me donne le courage d'ouvrir le livre de ma vie.* »

la création de Soteria-Formation, pour accompagner les autres sur ce chemin de restauration.

Ma relation à Dieu a été primordiale pour garder le cap de la Bonne Espérance. Dans chacun des moments terribles de mon existence, que je relis aujourd'hui, je vois la présence du Seigneur. Au plus mal de ma vie, je vois son action divine, que d'autres pourraient appeler « chance ». Des personnes qu'il a mises sur mon chemin au bon moment, des paroles qui encouragent et qui réchauffent, jusqu'à ce fil conducteur qui m'a menée au Canada. Après six années d'étude de théologie et de psychologie – un mélange détonnant à en croire mes camarades de classe de l'un et de l'autre cursus, qui ne comprenaient pas mon double investissement –, me voilà titulaire d'un master en théologie et diplômée en anthropologie spirituelle chrétienne, discipline alors peu connue des universités catholiques, qui cherche à étudier l'humain dans son rapport à Dieu. Une sorte de « théologie clinique », dont la visée thérapeutique m'apparaît évidente. Rentrée en France en 1996, je reprends l'animation de sessions de développement

personnel, que j'avais entreprise avant mon départ. En 2000 naît l'association Soteria-Formation, du grec *soteria*, qui signifie salut et santé – toujours ces deux piliers qui me soutiennent.

J'ai appris que le symptôme n'est pas la maladie. Quand un cancer du sein me visite, en 2006, je m'oppose à la radiothérapie. Mon corps la refuse. Prise de vomissements et d'un affreux mal de tête, j'annule au dernier moment le rendez-vous qui devait me plonger dans la voie de la médecine classique pour suivre celle de la médecine naturelle, qui me correspond mieux. Un choix tout personnel que je ne saurais recommander à personne, mais qui s'inscrit dans mon parcours de vie et ma recherche en santé depuis 40 ans. Infirmière en réanimation, je trouvais déjà que nous ne propositions pas suffisamment aux malades de tenir compte de leur personnalité et de leur vécu dans le parcours de soins. Tout comme Christiane Singer l'écrit dans *Derniers Fragments d'un long voyage*, je pense alors qu'une « *maladie est en moi. C'est un fait. Mon travail va être de ne pas être, moi, dans la maladie* ». Pour l'amoureuse des mots que je suis, ce cancer →



