SANTÉ MENTALE ET ACCOMPAGNEMENT PASTORAL DANS LE CONTEXTE DES CRISES HUMANITAIRES

Prendre soin et nourrir l'espérance dans un esprit de fraternité

SANTÉ MENTALE ET ACCOMPAGNEMENT PASTORAL DANS LE CONTEXTE DES CRISES HUMANITAIRES

Prendre soin et nourrir l'espérance dans un esprit de fraternité

Parrainé par :

UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA

SCALABRINI INTERNATIONAL MIGRATION INSTITUTE

En collaboration avec :

Le Dicastère pour le Service du Développement Humain Intégral

Informations sur la publication
Santé mentale et accompagnement pastoral dans le contexte des crises humanitaires : prendre soin et nourrir l'espérance dans un esprit de fraternité

Parrainé par :
Universidade católica portuguesa
Scalabrini International Migration Institute

En collaboration avec :
Le Dicastère pour le service du développement humain intégral

Citation suggérée
Santé mentale et accompagnement pastoral dans le contexte des crises humanitaires : prendre soin et nourrir l'espérance dans un esprit de fraternité. 2026.

SOMMAIRE

INTRODUCTION 9

1. Créer des espaces de confiance et de sécurité 13
2. Écouter et accompagner 15
3. Renforcer les liens communautaires et le sentiment d'appartenance 17
4. Le bien-être psychique repose sur les relations 19
5. Reconstruire le sens et nourrir l'espérance 21
6. Reconnaître et encourager la résilience 23
7. Prendre soin avec compétence et discernement 25
8. Accompagner les personnes atteintes de troubles mentaux graves et leurs familles 27
9. Favoriser le soutien mutuel entre les intervenants 29

CONCLUSION 31

L'être humain se développe quand il grandit dans l'esprit, quand son âme se connaît elle-même et connaît les vérités que Dieu y a imprimées en germe, quand il dialogue avec lui-même et avec son Créateur. Loin de Dieu, l'homme est inquiet et fragile. L'aliénation sociale et psychologique, avec toutes les névroses qui caractérisent les sociétés opulentes, s'explique aussi par des causes d'ordre spirituel. [...] Le vide auquel l'âme se sent livrée, malgré de nombreuses thérapies pour le corps et pour la psyché, produit une souffrance. Il n'y pas de développement plénier et de bien commun universel sans bien spirituel et moral des personnes, considérées dans l'intégrité de leur âme et de leur corps.

Benoît XVI, Lettre encyclique *Caritas in veritate* (29 juin 2009), 76

L'individualisme post-moderne et mondialisé favorise un style de vie qui affaiblit le développement et la stabilité des liens entre les personnes, et qui dénature les liens familiaux. L'action pastorale doit montrer encore mieux que la relation avec notre Père exige et encourage une communion qui guérit, promeut et renforce les liens interpersonnels. Tandis que dans le monde, spécialement dans certains pays, réapparaissent diverses formes de guerre et de conflits, nous, les chrétiens, nous insistons sur la proposition de reconnaître l'autre, de soigner les blessures, de construire des ponts, de resserrer les relations et de nous aider « à porter les fardeaux les uns des autres » (Ga 6,2).

François, Exhortation apostolique *Evangelii gaudium* (24 novembre 2013), 67

Destinée par nature à la relation, chaque personne est conçue et voulue par Dieu pour entrer dans une histoire de communion avec Lui, avec les autres et avec la création. Sa dignité ne dépend pas des capacités qu'elle possède, de ses richesses ou du rôle qu'elle occupe, des choix justes ou erronés qu'elle pose, mais elle est un don, qui la précède et la dépasse, placé par Dieu comme expression de son amour qui ne fait jamais défaut. C'est pourquoi la personne humaine reste toujours « la route de l'Église » et le cœur de tout cheminement authentique vers le développement humain intégral.

Léon XIV, Lettre encyclique *Magnifica humanitas* (15 mai 2026), 50

Remerciements

Ce Guide est le fruit d'un parcours commun d'écoute, de réflexion et de discernement. Il s'appuie sur des consultations menées auprès d'évêques, de membres du clergé, de religieux, d'agents pastoraux, d'organisations humanitaires catholiques et de professionnels accompagnant des communautés touchées par des urgences humanitaires et soumises à des épreuves prolongées. Leurs expériences, leurs questions et leurs réflexions ont nourri la vision et les parcours pastoraux présentés dans ces pages. Nous exprimons notre sincère gratitude à tous ceux et celles qui ont partagé leur temps, leur expérience et leur sagesse, et tout particulièrement aux communautés dont la vie et le témoignage continuent de nous éclairer sur ce que l'accompagnement, la sollicitude et l'espérance représentent dans un contexte de souffrance.

Rédaction et coordination

Ce Guide a été élaboré sous la direction et la coordination de Marcio Gagliato, Peter Hanenberg et Aldo Skoda, avec la contribution de Joseph Jeyaraj Swaminathan, Cristina Castelli, Francesca Giordano et George Ehusani pour les contenus théologiques, pastoraux et techniques.

Relectures et contributions

Notre gratitude va à toutes les personnes qui ont relu les différentes versions du document et apporté leur point de vue théologique, pastoral, humanitaire et en matière de santé mentale, contribuant ainsi à enrichir son contenu.

Organisations participantes

Ce processus a été enrichi par la participation, l'expérience et les points de vue des représentants des organisations suivantes : Frères de la Charité – Rwanda ; Camillian Disaster Service International (CADIS), Pères et Frères Camilliens ; Caritas Maiduguri – Nigeria ; Caritas Pologne ; Catholic Relief Services ; Ordre des Frères Mineurs (OFM) – Italie ; Commission catholique internationale pour les migrations (CIMC) ; Jesuit Refugees Service (JRS) ; Lux Terra Leadership Foundation – Nigeria ; Medici con l'Africa CUAMM ; Ordre souverain de Malte ; Notre-Dame de Charité du Bon Pasteur ; Salésiens de Don Bosco ; Sœurs Missionnaires Scalabriniennes – Afrique du Sud ; et Sœurs Missionnaires de Notre-Dame d'Afrique.

INTRODUCTION

Le monde d'aujourd'hui est marqué par des crises humanitaires qui se prolongent, se superposent et persistent[1]. Les conflits armés et l'instabilité politique, les déplacements forcés et les migrations, la pauvreté et les inégalités, ainsi que les perturbations environnementales et climatiques s'entrelacent de différentes manières et dans de différents contextes. Le pape Léon XIV a qualifié les crises contemporaines de « réalités persistantes »[2], indiquant par cette expression les conflits prolongés, l'insécurité chronique, l'instabilité économique et la vulnérabilité climatique croissante.

Elles se déploient dans un monde doté d'une immense richesse et de capacités extraordinaires, mais marqué par de profondes inégalités, un affaiblissement de la solidarité et de la coopération, ainsi qu'une normalisation croissante de la violence et de l'exclusion. Les décisions politiques, l'exercice du pouvoir et la répartition des ressources sont des éléments constitutifs de cette réalité.

Et c'est ici, dans le tissu ordinaire de la vie humaine, que ces réalités sont vécues de la manière la plus concrète. Pour certains, elles font déjà partie de la vie quotidienne ; pour d'autres, elles constituent une menace imminente ou grandissante. Parfois elles persistent pendant de longues années, même à travers les générations, affectant les conditions dans lesquelles les personnes vivent, élèvent leurs enfants, prennent soin les unes des autres, entretiennent des relations et une vie communautaire, et envisagent l'avenir.

L'Église vit au sein de ces mêmes réalités. Ses communautés locales font partie intégrante des lieux et des histoires dans lesquels ces réalités se déploient, et ceux ou celles qui accompagnent d'autres personnes vivent souvent les mêmes incertitudes, les mêmes pertes et les mêmes perturbations. L'Église « chemine

---

[1] Dans le présent Guide, l'expression « crises humanitaires » désigne au sens large les situations dans lesquelles les conflits, la violence, les déplacements de population, l'instabilité politique ou économique, les perturbations environnementales et climatiques, ou d'autres formes d'adversité aiguë ou prolongée affectent gravement la sécurité des personnes, leurs conditions de vie, leurs relations, leurs communautés et leur accès à une aide essentielle. Ces réalités peuvent surgir soudainement ou persister pendant de longues périodes, et souvent se superposent.

[2] Léon XIV, Discours devant le Conseil d'administration du Programme alimentaire mondial des Nations unies, 22 juin 2026.

avec l'humanité », et elle est donc appelée à écouter, à accompagner et à servir au cœur des réalités concrètes que les personnes traversent.[3] Sa vocation est de rester proche des personnes, en assurant sa sollicitude, sa présence et sa fraternité.

Au cœur de cette présence se trouve la personne. La personne humaine reste toujours « la route de l'Église ».[4] Nous avons devant nous une personne dont la vie ne peut être réduite à ce qui lui est arrivé, ni à ce qu'elle a fait. Chaque vie humaine est voulue, créée et aimée par Dieu. La dignité humaine ne s'acquiert pas et ne se perd jamais.

Destinée par nature à la relation, la personne humaine vit à travers des liens d'appartenance, de sollicitude et de responsabilité, dans une vie toujours partagée avec les autres. La vulnérabilité et les limites font partie de cette condition humaine. Elles ne rendent pas une personne moins humaine, ni ne définissent tout ce qui reste possible au cours d'une vie humaine.

Au sein de ces réalités humaines, la santé mentale est devenue une préoccupation de plus en plus présente dans la vie des personnes, des familles et des communautés, ainsi que dans l'expérience quotidienne de ceux ou celles qui les accompagnent. Les agents pastoraux sont confrontés au deuil, à la peur, à la désorientation, à l'isolement et à des formes de détresse qui peuvent être prolongées ou profondes. Ils sont également confrontés aux conséquences de relations brisées, d'un sentiment d'appartenance affaibli et de la perte de sources familières de sens et de soutien. Ces expériences sont rarement vécues dans la solitude, elles se produisent plutôt au sein des familles et des communautés, à travers des relations qui sont parfois être mises à rude épreuve, mais qui restent d'importantes sources de sollicitude, de lien et de soutien.

Or, cette réalité humaine ne peut être décrite uniquement par la souffrance. En effet, même dans des situations d'adversité profonde, les personnes continuent de se soucier les unes des autres, d'entretenir des relations, de faire des choix, de préserver des formes de vie communautaire et de chercher d'aller de l'avant. Cela ne veut pas dire que le poids de ce qui est vécu est allégé, ou que la souffrance est nécessairement une source de croissance, mais que même face à de graves perturbations ou pertes, la plénitude de la personne et les capacités humaines subsistent.

---

[3] Léon XIV, Lettre encyclique *Magnifica humanitas*, 15 mai 2026, p. 18-19.

[4] *Ibid.*, 50.

C'est dans le cadre de cette réalité humaine que le présent Guide aborde la question de la santé mentale[5]. Ce terme désigne ici la vie psychologique et affective de la personne telle qu'elle se construit au fil du temps, indissociable des relations, de la vie familiale et communautaire, ainsi que des conditions sociales, matérielles et environnementales dans lesquelles les personnes grandissent, vivent et font face à l'adversité. Ce Guide se penche donc sur les expériences de détresse et les troubles de santé mentale, tout en tenant compte des capacités, des relations et des sources de soutien grâce auxquelles les personnes continuent à s'intéresser, à agir, à s'adapter et à participer à la vie, même au milieu d'une souffrance persistante.

Écoute et discernement

En 2024, en réponse aux préoccupations soulevées par les évêques, les membres du clergé et d'autres acteurs humanitaires et pastoraux face aux problèmes de santé mentale qu'ils constataient chez les personnes ou au sein des communautés, et à la pression subie par ceux ou celles qui les accompagnaient, le Dicastère pour le service du développement humain intégral a organisé une série de consultations avec les Églises locales, les organisations catholiques, les congrégations religieuses et d'autres acteurs engagés dans le travail pastoral et humanitaire dans différentes régions du monde.

Ces consultations invitaient les participants à faire part de ce qu'ils observaient et vivaient dans leurs propres contextes. Ils ont parlé de deuil, d'épuisement et d'autres formes de détresse souvent difficiles à nommer ou à traiter, mais aussi de persévérance, de solidarité et des maintes formes d'entraide qui continuaient d'être mises en œuvre. Leurs réflexions ont souligné l'importance de la famille et de la communauté, de la foi et de la vie spirituelle, des pratiques culturelles et des formes quotidiennes de sollicitude ; elles ont aussi mis en évidence les

[5] L'emploi de l'expression « santé mentale » dans le présent Guide s'appuie sur un ensemble interdisciplinaire de connaissances et de données factuelles qui déterminent la manière de comprendre et de traiter ce domaine aujourd'hui, notamment en portant l'attention sur les troubles de la santé mentale, les contextes relationnels, sociaux et de développement dans lesquels s'inscrit la santé mentale, ainsi que les capacités et les ressources qui permettent aux personnes de faire face à l'adversité. Cf. Organisation mondiale de la Santé, Rapport mondial sur la santé mentale : Transformer la santé mentale pour tous (Genève : OMS, 2022). Ces perspectives s'inscrivent dans l'anthropologie chrétienne, qui considère la vie psychologique et émotionnelle comme partie intégrante de la réalité plus large de la personne humaine, irréductiblement digne et relationnelle, et d'une vie vécue en relation avec les autres, avec la création et avec Dieu, ne se résumant jamais à la vulnérabilité ou à la souffrance. Cf. Léon XIV, *Magnifica humanitas* (2026), §§ 23-24, 48-53, 118-122.

besoins des personnes souffrant de troubles mentaux plus complexes, ainsi que l'expérience des agents pastoraux qui accompagnent les autres, bien que vivant eux aussi ces situations d'incertitude, de perte et de perturbation. Ils ont aussi décrit des pratiques déjà présentes au sein des communautés : instaurer la confiance, écouter et rester proche, renforcer le sentiment d'appartenance, nourrir le sens et l'espoir, reconnaître les capacités et les sources de soutien, et établir des liens avec d'autres formes d'attention lorsque cela s'avère nécessaire. Ces contributions ont proposé, dans leur globalité, non pas un modèle unique applicable à tous les contextes, mais un riche ensemble d'expériences pastorales vécues, à partir duquel il est possible de discerner des orientations communes. Un travail de synthèse, de réflexion théologique et anthropologique a été ensuite mené sur l'ensemble des contributions, et d'autres consultations et relectures ont été effectuées. Fruit de ce processus, ce Guide présente l'expérience vécue, en l'interprétant à la lumière de la doctrine sociale de l'Église, et en intégrant les connaissances et les pratiques relatives au domaine de la santé mentale.

Les neuf pistes qui suivent rassemblent les principales réflexions issues de ce processus d'écoute et de discernement. Elles s'adressent au clergé, aux religieux, aux agents pastoraux laïcs et à toute autre personne engagée dans un accompagnement direct dans des contextes humanitaires. Il ne s'agit pas d'une séquence figée ni d'un modèle à appliquer de manière uniforme, mais de points qui sont liés les uns aux autres et qui doivent être interprétés en tenant compte de chaque personne, de chaque communauté et de chaque contexte. Ensemble, elles visent à soutenir une forme d'accompagnement fondée sur la proximité humaine, éclairée par la connaissance, respectueuse de la dignité, et attentive aux relations, aux capacités et aux espérances déjà présentes dans la vie des personnes accompagnées.

1 Créer des espaces de confiance et de sécurité

Dans les crises humanitaires, la création de conditions de confiance et de sécurité constitue souvent la base de l'accompagnement pastoral. La sécurité, qui a des dimensions concrètes – physique, affective, relationnelle et spirituelle –, commence par la protection contre la violence et par l'accès à un abri, à la nourriture, à l'eau et aux nécessités fondamentales de la vie. Sans ces conditions, la peur, l'insécurité et le sentiment d'abandon augmentent. Or, dans de nombreux contextes marqués par des conflits persistants, des déplacements de population ou une violence cachée, il n'est pas toujours possible de garantir une sécurité. Dans ces situations, l'attention pastorale cherche à favoriser des espaces où les personnes sont accueillies et traitées avec dignité, où la confiance peut croître même au milieu de la fragilité, et où la présence de l'Église devient un signe indiquant que personne n'est oublié ou abandonné.

Quand les liens d'appartenance ont été brisés par la violence, par les déplacements ou par l'incertitude, les communautés ont besoin de lieux où les blessures sont reconnues sans crainte et où la vulnérabilité est accueillie sans jugement. De tels espaces reposent sur la conviction que « édifier dans le bien signifie accepter les limites et la fragilité de l'humanité sans les considérer comme une erreur à corriger ».[6]

Tout commence par la présence : offrir une présence humble et constante qui inspire la confiance, simplement grâce à son assiduité et à son engagement. On écoute avant de parler, on accompagne avant d'expliquer. Dans de nombreuses communautés meurtries, le silence et la stigmatisation entourent les expériences de souffrance, en particulier lorsque la santé mentale est affectée. Créer des espaces de sécurité, c'est briser ce silence en douceur, en permettant à la douleur de s'exprimer et à la dignité d'être préservée. C'est prêter attention aux personnes qui sont exposées à un risque accru de préjudice, d'exclusion ou de négligence à cause de leur situation, notamment, celles touchées par le dépla-

[6] Léon XIV, Lettre encyclique *Magnifica humanitas*, 15 mai 2026, n° 12.

cement, la violence, la discrimination, le handicap, la pauvreté, l'isolement ou d'autres formes de marginalisation.
Instaurer la confiance est une tâche qui demande de la patience et de la délicatesse. Elle ne peut point être accomplie dans la hâte, car la confiance se construit lentement, en faisant preuve de constance, de compassion et d'un profond respect de l'espace personnel de chacun. Un espace de confiance est un lieu où personne n'a besoin de cacher, par peur ou par honte, ce qu'il vit, et où personne n'est contraint de le révéler ; c'est un espace où les questions de foi et de sens sont accueillies sans crainte, et où aucune souffrance n'est considérée comme une honte. Dans de tels espaces, l'Église peut être un lieu de proximité humaine et de tendresse, où la guérison commence non pas par des réponses, mais par une présence partagée.

2 Écouter et accompagner

L'écoute est l'une des formes d'accompagnement les plus puissantes, mais aussi les plus négligées. Dans les crises humanitaires, où les discours sont souvent dominés par la peur, la souffrance et la désorientation, le simple fait d'écouter devient un acte de guérison. L'écoute crée un espace où la douleur peut être exprimée sans crainte, où les blessures peuvent être partagées sans jugement, et où la dignité peut être restaurée non pas par des explications, mais par la présence.
Le véritable accompagnement commence par l'écoute. C'est la disposition à marcher aux côtés de l'autre, non pas pour diriger ou pour « réparer », mais pour être présent sans avoir hâte, sans rien prétendre, sans se dérober face à la souffrance. Écouter, c'est accepter le silence qui remplace parfois les mots, reconnaître qu'il n'est pas toujours facile d'exprimer la douleur, et qu'être entendu, ou simplement avoir le droit d'exister, sans pression, est en soi un besoin humain profond.
L'écoute est une capacité qu'on peut intentionnellement et consciencieusement cultiver. Il ne s'agit pas simplement d'entendre des mots, mais de le faire avec une attention consciente et participative, en maîtrisant l'envie de parler ou d'apporter des réponses immédiates, et en assurant une présence pleine. Ce type d'écoute accueille le récit de l'autre tel qu'il est, sans interruption, sans pression et sans jugement ; il permet de renvoyer ce qui est entendu, de reconnaître les émotions avec humilité et d'affirmer la dignité de la personne. Même des réponses simples, telles que « On dirait que tu portes un lourd fardeau » ou « Je comprends à quel point cela a été difficile », peuvent aider quelqu'un à se sentir considéré et valorisé.
Ce type d'écoute n'est pas une écoute passive, au contraire : tout l'être – l'esprit, le cœur, le corps et l'âme – est mobilisé au sein d'une relation de confiance. C'est par l'empathie, exprimée à la fois verbalement et non verbalement, que les accompagnateurs pastoraux peuvent véritablement se mettre à l'écoute de ce que les autres expriment. Le silence, maintenu avec douceur, peut exprimer une attention plus profonde que les mots. Dans cet espace sacré d'écoute, les personnes commencent à élaborer leurs expériences, à se reconnecter avec leur force et à ne plus se sentir seules.

Dans de tels contextes, ce type d'écoute devient un acte de résistance discret mais puissant contre la stigmatisation, la marginalisation et le désespoir, affirmant que chaque personne est l'auteur de sa propre histoire, capable de guérison et d'épanouissement. Pour beaucoup, être écouté avec empathie et sans jugement peut constituer le premier pas vers la redécouverte d'un sens, d'une identité et de l'espoir.

Cette approche s'applique non seulement aux personnes à titre individuel, mais aussi aux communautés. Proposés avec respect, en s'adaptant au contexte, l'écoute en groupe, le soutien par les pairs et les pratiques ancrées dans la culture favorisent la guérison collective. Que ce soit par le biais de bénévoles formés, de groupes d'entraide ou de traditions locales, ce qui est important, c'est de créer des espaces sûrs et accueillants au sein desquelles les personnes se sentent entendues, acceptées et soutenues et peuvent trouver leur propre chemin.

Quand les travailleurs humanitaires, les agents pastoraux, les religieux et les acteurs laïcs offrent ce type d'écoute, ils deviennent une présence vivante de la compassion. L'accompagnement par l'écoute sème les graines de la confiance, de la résilience et de l'espérance, même lorsqu'il n'existe aucune solution immédiate. En se mettant fidèlement à l'écoute, l'Église parcourt le long chemin de la guérison, main dans la main avec ceux et celles qui souffrent.

3 Renforcer les liens communautaires et le sentiment d'appartenance

La communauté donne au sentiment d'appartenance une forme concrète, qui devient visible dans les personnes qui nous connaissent, les lieux familiers et les pratiques communes, ainsi que dans les rythmes ordinaires de la vie partagée. Or, cette vie communautaire peut être elle aussi affectée par le crises humanitaires. La violence, les déplacements, la pauvreté, la pénurie et l'instabilité prolongée séparent les personnes, érodent la confiance et mettent à rude épreuve les liens de solidarité, même les plus anciens. Le tissu social s'affaiblit précisément au moment où les personnes dépendent le plus les unes des autres. L'attention pastorale consiste donc à prendre soin de la vie de la communauté, en entretenant et en renouvelant les liens grâce auxquels les personnes continuent d'appartenir à cette communauté et de vivre ensemble.

L'accompagnement pastoral nourrit cette vie communautaire par la rencontre, la prière, le travail partagé, la continuité culturelle, l'hospitalité et l'attention mutuelle. Autour d'un repas partagé, dans la prière et le culte, à travers la musique et les récits, lors de célébrations ou lorsque les enfants jouent ensemble, la vie quotidienne continue d'être partagée. Dans ces rencontres, les personnes se sentent à nouveau reconnues, appelées par leur nom, et sentent qu'elles n'ont pas été oubliées. Dans ces formes ordinaires de vie partagée, le sentiment d'appartenance devient tangible.

C'est pourquoi prendre soin de la vie communautaire, c'est aussi prendre soin de la santé mentale. Si les personnes restent en lien avec des pratiques, des responsabilités et des formes de participation qui leur sont familières, la continuité de la vie est en partie préservée, même sous une forte pression. Quand ce vivre ensemble est perturbé par la peur, la perte, le déplacement ou l'isolement, le renouveler fait partie du processus de guérison. Ce qui est important, ce n'est pas simplement que la communauté offre un soutien à ses membres, mais aussi que les personnes continuent de participer activement à cette vie communautaire.

L'accompagnement pastoral renforce ces liens en marchant aux côtés des personnes qui essaient de maintenir ou de reconstruire la vie communautaire. Dans le cadre de cet accompagnement, chaque personne est considérée comme un

acteur à part entière de cette vie communautaire. Chacun y a sa place, avec ses dons, son histoire, ses blessures et ses espoirs. Les gestes d'hospitalité, la prière commune et la solidarité peuvent renouer ces liens de vie que la peur et l'isolement ont affaiblis. Parfois, ces gestes sont visibles, d'autres fois, ils se manifestent sous formes d'attentions discrètes, de présence patiente, ou par le sentiment de familiarité tacite que suscite le fait d'être à nouveau ensemble.
L'Église est appelée à être une communauté d'appartenance, un foyer où tout un chacun est accueilli dans le respect de sa dignité.
Dans le cadre de cette vie communautaire, les personnes ne sont pas simplement soutenues, elles demeurent responsables de ce qui est mis en commun et ont la faculté de réagir ensemble si ce bien commun est menacé. Renforcer ces liens n'est donc pas un aspect facultatif dans la promotion de la santé mentale.
En reconstruisant la vie communautaire, l'Église témoigne que, malgré tout ce qu'une personne a pu perdre, l'esprit humain lui permet de retrouver sa place, de faire confiance et de recommencer.

4 Le bien-être psychique repose sur les relations

C'est à travers les relations que la personne trouve sa place dans une communauté, et c'est en entretenant ces liens relationnels que la guérison devient possible dans les contextes humanitaires.

Les liens relationnels ne sont pas moins importants que la survie, ils constituent souvent la condition même pour rendre la survie possible. La qualité de la présence humaine – la manière dont nous nous accompagnons, nous pardonnons, nous protégeons et nous soutenons les uns les autres – joue un rôle décisif dans la protection de la santé mentale et le rétablissement du bien-être psychique. C'est dans des relations marquées par une telle présence que les personnes trouvent à la fois protection et réconfort, une aide pour donner un sens à leur souffrance et une présence rassurante pour ne pas sombrer dans le désespoir.

Au cours des périodes les plus sombres de l'histoire de l'humanité, c'est la force des liens relationnels qui a permis aux personnes de surmonter le désespoir. Dans les lieux de souffrance extrême, parmi les personnes qui ont enduré les horreurs de la guerre, du déplacement, de la captivité et de la torture, la relation personnelle avec Dieu, la présence d'une personne de confiance, le souvenir d'un être cher, le simple fait d'être considéré et accompagné, ont souvent été fondamentaux pour préserver le sentiment d'humanité au milieu de conditions profondément déshumanisantes. Les survivants de violences inimaginables ont témoigné que ce qui les a maintenus en vie, ce n'était pas seulement leur endurance physique, mais le fil délicat et pourtant indestructible des liens relationnels : une main tendue, un mot échangé, un pacte silencieux de solidarité.

Chez les enfants arrachés à leur famille et contraints à la violence, c'est la reconstruction d'un sentiment d'appartenance relationnelle – par l'accueil dans une nouvelle communauté ou le rétablissement de la confiance –, qui leur permet de redécouvrir leur place dans la vie. De même, les personnes déplacées ou réfugiées accueillies dans des réseaux d'aide ou de solidarité font preuve d'une plus grande résilience et s'en remettent plus facilement que les personnes qui restent isolées, même si celles-ci bénéficient de l'aide matérielle.

Cet appel à la solidarité exige également une remise en question des discours culturels qui redéfinissent la manière dont le bien-être est perçu et recherché. La séparation entre le souci de son propre bien-être et le bonheur partagé de l'humanité creuse une distance entre l'individu et la communauté humaine.[7] Quand le bien-être est défini en termes de confort, ou d'absence de souffrance, les personnes risquent de devenir indifférentes à la douleur d'autrui, et même à leur propre besoin profond de liens et de sens. Or, l'être humain ne peut se connaître pleinement sans la rencontre avec les autres, car « la vie subsiste où il y a un lien, la communion, la fraternité»[8]. L'approche pastorale proposée ici affirme que le véritable bien-être psychique ne consiste pas simplement à éviter l'inconfort, mais à redécouvrir la capacité humaine à accompagner, à pleurer et à guérir ensemble.

Le bien-être psychique ne demeure pas uniquement à l'intérieur d'une personne, il se répand aussi dans les espaces relationnels qui relient les uns aux autres. Il se manifeste dans la rencontre sacrée où la vulnérabilité est accueillie avec tendresse, où les blessures ne sont pas cachées mais honorées, où la présence fidèle est une réponse contre l'abandon. Les relations deviennent un vecteur de guérison précisément lorsqu'elles sont constantes, humbles et accueillantes. Le Christ nous montre le sens d'une telle présence : « Lorsqu'Il guérit une personne, Il préfère s'en approcher », avec compassion et tendresse.[9]

L'attention pastorale est appelée à la fois à accompagner les personnes et à favoriser ces espaces relationnels de vie, ou plus précisément à reconnaître en chaque personne la capacité d'accompagner et d'être accompagnée, et à cultiver des milieux où la dignité de chaque personne s'affirme à travers des liens de solidarité, la patience et un même sentiment d'appartenance. Dans ces dynamiques relationnelles, l'Église est un témoin vivant, un signe que même lorsque le monde est brisé, l'amour reste possible et qu'une vie nouvelle peut naître.

---

[7] Cf. François, Lettre encyclique *Fratelli tutti* (3 octobre 2020), 31.

[8] *Ibid.*, 87.

[9] Cf. François, Lettre encyclique *Dilexit nos* (24 octobre 2024), n° 36.

5 Reconstruire le sens et nourrir l'espérance

Dans le cadre des liens communautaires et des relations de confiance, les personnes cherchent à donner un sens à ce qu'elles ont enduré et à trouver des raisons d'espérer. Les crises blessent le corps et les sentiments, mettent à l'épreuve le bien-être spirituel et brisent le cadre interne à travers lequel une personne ou une communauté se perçoit, interprète sa propre souffrance et envisage son avenir. La violence, les déplacements forcés et l'instabilité prolongée peuvent perturber profondément la cohérence de la vie, laissant des traces profondes de désorientation existentielle.

Les êtres humains ont besoin d'un horizon de sens. Si cet horizon s'assombrit, ils ressentent plus profondément le vide intérieur, l'isolement et le désespoir. Lorsque les personnes découvrent que leur vie a de la valeur, qu'elles sont aimées et attendues, et qu'elles ont encore une place et une vocation dans le monde, alors l'espoir naît. L'espoir n'est pas une illusion naïve, mais « une force spirituelle qui soutient la vie, même dans les moments les plus difficiles ».[10]

Dans ces contextes, une attention particulière est accordée au travail de reconstruction de sens à partir de ce qui a été brisé. Ce travail se base sur l'irréductibilité de la dignité de la personne humaine. Ce qui est arrivé à une personne, aussi dévastateur soit-il, ne peut pas effacer sa dignité, ni définir tout son être, ni déterminer ce qu'il en sera de sa vie. Au sein de cette quête de sens, les fragments d'expériences douloureuses peuvent être transformés et devenir une source d'inspiration profonde et une motivation pour renouveler ses objectifs de vie.

Des personnes qui ont survécu à la guerre ou aux déplacements ont attesté cette possibilité de transformer les moments les plus sombres en témoignages de résilience, devenant des défenseurs des droits de l'homme, des responsables communautaires, des guérisseurs ou des éducateurs. Ces personnes incarnent la compassion précisément parce qu'elles ont connu une profonde souffrance, et leurs vies illustrent que l'on peut trouver un sens dans la douleur, non pas en l'ignorant ou en la minimisant, mais en affirmant que ce qui s'est passé n'a pas le dernier mot.

---

[10] Léon XIV, Discours aux participants à la rencontre OEI – Saint-Siège « des cartes d'espérance » sur la santé mentale et les technologies numériques, 30 mai 2026.

Les crises portent atteinte aussi aux identités dans lesquelles les personnes se reconnaissent. Les circonstances qui peuvent conduire à cette expérience sont bien nombreuses : par exemple, les réfugiés et les personnes déplacées portent souvent le fardeau invisible que constituent la perte de leur langue, l'interruption de leurs pratiques culturelles et religieuses, et la rupture des liens avec leurs terres ancestrales. Pour eux, la reconstruction de sens est profondément lié à la reconquête et à la réaffirmation de leur identité. Préserver les langues traditionnelles, maintenir les rituels culturels en exil et transmettre les histoires familiales et communautaires d'une génération à l'autre deviennent des actes profonds de résistance contre l'effacement de l'identité. L'identité devient alors un élément qu'il faut non seulement préserver, mais aussi rétablir avec courage, en y intégrant les nouvelles expériences du déplacement et de la survie. Dans ce travail, l'accompagnement pastoral constitue une présence constante qui aide les personnes à se souvenir de qui elles sont et à croire qu'un nouveau départ est encore possible.

L'accompagnement spirituel occupe une place particulière dans cette quête de sens et d'espoir. Proposé dans le respect des croyances de chacun – ou de l'absence de croyances –, il laisse place aux questions sur le sens et la valeur de la vie, renforce la foi là où elle est présente, apporte un réconfort existentiel face à la destruction et accompagne les personnes qui essaient d'intégrer les expériences qui les ont menées aux limites de ce qu'elles pouvaient supporter. On ne doit jamais s'empresser d'expliquer la souffrance ni l'attribuer de manière superficielle à la « volonté de Dieu » ou à un plan mystérieux, car on risque de minimiser la douleur, de la réduire au silence et de blesser encore plus les personnes. Lorsque Dieu semble absent, l'attention pastorale peut aider une personne à trouver les mots pour prier et à maintenir sa confiance en un Dieu qui ne veut pas la souffrance, mais qui reste aux côtés de ceux qui souffrent et porte avec eux le poids de leur douleur.[11] L'espérance chrétienne permet aux personnes de revenir sur les moments douloureux de leur vie et de les voir sous un jour nouveau, comme des points de départ à partir desquels la vie continue.[12] L'Église porte cette espérance comme un don reçu, jamais comme un optimisme à imposer à ceux qui souffrent, sachant que même si tout n'a pas encore été réparé ou compris, rien n'est figé dans la vie.

---

[11] Cf. Léon XIV, « Dialogue du Saint-Père avec les jeunes », veillée de prière au stade olympique Lluís Companys, Barcelone, 9 juin 2026.

[12] Cf. le cardinal Pierbattista Pizzaballa, « Ils retournèrent à Jérusalem dans une grande joie » : proposition pour vivre la vocation de l'Église en Terre Sainte, lettre au diocèse, 25 avril 2026.

6 Reconnaître et encourager la résilience

Après avoir réfléchi sur comment reconstruire lentement le sens et l'espoir au lendemain d'une crise, il est maintenant essentiel de reconnaître la résilience dont les individus et les communautés font déjà preuve de multiples façons. Cette résilience, bien qu'elle soit souvent discrète et sous-estimée, se manifeste dans la manière dont les personnes résistent à la violence, surmontent les pertes et affrontent les forces qui menacent de détruire la vie, la dignité et l'espoir. Elle est profondément liée à la capacité d'agir d'une personne, c'est-à-dire à la capacité inhérente qu'ont les individus et les communautés à faire des choix significatifs, à agir et à déterminer leur propre vie, même face à d'immenses contraintes. La résilience ne vient pas de l'extérieur. C'est une capacité dynamique, qui peut être reconnue, affirmée et encouragée. En même temps, elle n'existe jamais de manière isolée, car c'est à travers les relations, les circonstances et les ressources personnelles et collectives disponibles qu'elle prend forme. Le relèvement a lieu à un rythme qui n'est pas le même pour tous et, pour beaucoup, le parcours est long et difficile.

La résilience, ce n'est pas de la simple endurance, bien que l'endurance soit une expression essentielle de la résilience. C'est la capacité humaine à s'adapter de manière créative à l'adversité, à trouver et à créer du sens au milieu du chaos, et même à transformer des expériences de souffrance profonde en sources de force et de compassion. À ce propos, les participants aux consultations ont donné des exemples très concrets : la mise en place de groupes de soutien informels, la réappropriation de rituels culturels et religieux, l'organisations de soins collectifs, ou encore l'adaptation créative à des moyens de subsistance et à des habitudes quotidiennes. En effet, en situation de crise, même si la souffrance n'est pas un choix, la capacité humaine fondamentale de choisir – d'aimer, de croire, de prier, d'espérer, de renouer des liens et de reconstruire – reste active et vitale.

Reconnaître la résilience comme un processus dynamique, c'est permettre de déplacer l'attention de ce qui est brisé ou de ce qui manque vers ce qui est déjà fort et potentiellement transformateur au sein d'une personne ou d'une communauté. Reconnaître et mettre en valeur les capacités, les relations et les sources de soutien, grâce auxquelles les personnes continuent de se sentir concernées,

d'agir, de s'adapter et de participer à la vie, est essentiel dans la promotion de la santé mentale. Souvent, des mécanismes d'adaptation locaux se déclenchent pour donner une réponse directe et créative aux adversités ; il s'agit d'adaptations propres à ces contextes que des observateurs extérieurs pourraient facilement ne pas voir ou sous-estimer. Le rôle des accompagnateurs pastoraux n'est donc pas d'imposer des solutions venues de l'extérieur, mais d'écouter attentivement et d'encourager ces sources de force inhérentes. Ils ne sont pas appelés à « apporter » la résilience, mais à reconnaître et à affirmer ce qui est déjà présent, en créant des espaces où la capacité d'agir des personnes est non pas remplacée, mais célébrée.

Le regard que les agents pastoraux portent sur les personnes touchées par une crise influence profondément la perception que ces personnes ont d'elles-mêmes. Si on les considère avant tout comme des victimes, elles auront plus de difficultés à se percevoir comme des personnes capables. Alors que si on les considère sous l'angle des possibilités, de la capacité d'agir et de la dignité, elles seront plus enclines à se reconstruire et à agir en s'appuyant sur ces mêmes qualités. En ce sens, le renforcement de la résilience n'est jamais passif, il nécessite une éthique relationnelle qui renforce les possibilités de prise de décision locale, de soutien mutuel et de leadership communautaire.

En fin de compte, accompagner la résilience, c'est reconnaître cette capacité humaine profonde à réorienter sa vie après avoir traversé une perturbation profonde. C'est donc en aidant les personnes à prendre conscience de leur propre force, à organiser les prochaines étapes de leur parcours et à rester en lien avec ce qui donne à leur vie cohérence et sens que l'attention pastorale devient le plus utile.

7 Prendre soin avec compétence et discernement

L'accompagnement pastoral repose sur la présence, la relation et l'attention portée à la personne dans sa globalité. Dans le domaine de la santé mentale, ces éléments doivent s'accompagner de savoir et de discernement. La complexité des défis liés à la santé mentale – en particulier dans un contexte de violence, d'insécurité chronique et d'exclusion sociale – exige des réponses à la fois relationnelles et éclairées. L'accompagnement pastoral doit donc s'appuyer sur les connaissances scientifiques établies en matière de santé mentale et sur les bonnes pratiques, en les faisant dialoguer avec les connaissances, l'expérience et les formes d'attention déjà présentes au sein de la vie pastorale. Un tel dialogue permet d'avoir une compréhension plus profonde de la santé mentale et de la détresse, de renforcer la qualité et la sécurité des soins proposés, et d'éclairer la formation de ceux et celles qui accompagnent les personnes, les familles et les communautés.

L'expression « prendre soin avec compétence » renvoie à la formation intentionnelle des personnes qui soutiennent les autres : agents pastoraux, responsables laïcs, bénévoles et aidants communautaires. Cette formation s'appuie sur des capacités déjà profondément ancrées dans la pratique pastorale : écouter, tisser des liens, rester proche, offrir une aide concrète et un accompagnement spirituel. Il ne s'agit donc pas d'introduire des techniques extérieures dans la vie pastorale, mais plutôt d'approfondir ces capacités tout en développant davantage de connaissances et de compétences afin de pouvoir comprendre les effets de l'adversité sur la santé mentale, reconnaître les vulnérabilités et les sources de soutien, et répondre à la détresse d'une manière sûre et attentive à la personne et à son contexte.

Prendre soin avec compétence veut dire aussi reconnaître les limites de l'accompagnement pastoral et de ses propres capacités. Dans certaines situations, une évaluation professionnelle ou des soins de santé mentale spécialisés sont nécessaires, en particulier lorsqu'une personne éprouve une détresse mentale persistante ou aiguë (par exemple, incapacité à accomplir les tâches quotidiennes, signes de déconnexion de la réalité, idées suicidaires, être un danger pour soi-même ou pour autrui, ou dépendance importante à des substances). Savoir re-

connaître quand ces soins supplémentaires sont nécessaires et aider la personne à y accéder est essentiel pour un accompagnement pastoral responsable.
L'orientation vers des spécialistes est un autre élément essentiel pour assurer un accompagnement responsable. Les communautés pastorales doivent savoir à qui s'adresser pour demander un soutien professionnel adapté et entretenir des relations de confiance avec les personnes qui le fournissent, et ce, avant que ne surviennent des situations d'urgence. Lorsque le recours à des spécialistes devient nécessaire, l'orientation doit être effectuée avec clarté, sensibilité et respect de la dignité et de l'autonomie de la personne, à travers le dialogue et en évitant d'aggraver la stigmatisation ou la peur. Ainsi, la personne ne sera pas laissée seule dans sa recherche d'aide, et sera orientée vers des soins que les accompagnateurs pastoraux ne peuvent pas offrir.
Une fois que l'orientation a été effectuée, l'accompagnement pastoral n'est pas terminé, mais il connaît une nouvelle phase. L'Église reste un espace d'ancrage spirituel et de confiance relationnelle. Une présence continue, que ce soit à travers des entretiens de suivi, des bénédictions, des prières ou un soutien concret aux familles, renforce le sentiment que personne n'est oublié. L'attention ne se limite donc pas à la situation immédiate, elle dure dans le temps.

8 Accompagner les personnes atteintes de troubles mentaux graves et leurs familles

Dans chaque communauté, il y a des personnes atteintes de troubles mentaux ou neurologiques dont les effets, à certains moments ou sur de longues périodes, affectent profondément la vie de tous les jours. Les tâches quotidiennes, les relations, la communication, le travail et la participation à la vie familiale et communautaire deviennent difficiles, et la personne a besoin d'un soutien important et continu. Dans les crises humanitaires, les événements et les pertes que les personnes subissent contribuent à créer de graves problèmes de santé mentale ou à aggraver ceux qui existent déjà. Parallèlement, la perturbation des relations, des habitudes et des services affaiblit les soutiens sur lesquels les personnes et les familles comptent habituellement.

Une maladie de ce type ne détermine pas la vie entière d'une personne, elle n'exclut pas la possibilité d'entretenir des relations enrichissantes, de participer à la vie sociale et de donner un sens à son existence. Nombreuses sont les personnes qui, grâce à des soins et un soutien adaptés, vivent bien avec ces troubles et continuent de participer à la vie active et relationnelle de tous les jours. Il peut y avoir aussi des périodes où la vie devient beaucoup plus difficile, des périodes qui sont parfois très longues. Le fardeau devient alors très lourd pour la personne, sa vie familiale et relationnelle en est profondément perturbée, et les proches aidants doivent assumer de lourdes responsabilités sur de longues périodes. C'est dans ces moments-là que l'accompagnement pastoral est particulièrement important : il s'agit d'être là quand le fardeau devient trop lourd, et être prêt à accompagner la personne dans un parcours qui risque d'être long et imprévisible.

Les personnes atteintes de troubles mentaux ou neurologiques graves, ainsi que leurs familles, sont parfois confrontées à des difficultés qui restent largement invisibles aux yeux de la communauté. La stigmatisation et la peur, qui restent très présentes, empêchent ces personnes de s'exprimer ouvertement, de rechercher du soutien ou de continuer à participer à la vie communautaire ordinaire. Ces personnes risquent d'être discrètement exclues de l'éducation, du travail, de la pratique religieuse ou de la vie sociale. Il ne s'agit pas toujours d'un rejet

délibéré, parfois on les exclue par crainte ou par incapacité à réagir face à des besoins, à une communication ou à un comportement difficiles à comprendre. Les familles risquent de se retrouver elles aussi isolées, car quand la situation devient plus complexe et que les relations deviennent plus difficiles à gérer, les personnes qui restent à leurs côtés se font rares.

Avec le temps, la vie familiale risque d'être absorbée en grande partie par la personne qui a besoin d'attention, et pour laquelle des décisions doivent être prises ou des adaptations opérées. Or, cette situation n'étant pas toujours perceptible à l'extérieur, les proches aidants risquent de se sentir isolés, ne sachant pas vers qui se tourner, ni si quelqu'un comprend pleinement ce qu'ils vivent. De plus, la personne dont ils s'occupent peut avoir du mal à exprimer ses besoins ou à entretenir des relations, amplifiant ainsi le silence qui l'entoure. Par conséquent, même entre proches, la communication peut être difficile, et le fardeau qu'ils portent déjà peut être alourdi par une autre forme de solitude.

Dans de tels contextes, l'accompagnement pastoral peut offrir une relation humaine stable, fondée sur la confiance, la compassion et la volonté de rester aux côtés de la personne. Cela veut dire rester activement proche de la personne et de ceux ou celles qui prennent soin d'elle, rechercher le dialogue et écouter attentivement, dans le respect de la dignité et du vécu de la personne ; mais aussi aider la personne pour qu'elle continue de participer activement à la vie pastorale de la communauté, selon ses souhaits et avec le soutien dont elle pourrait avoir besoin, en prenant part à la prière, aux activités, au service et aux décisions, ainsi qu'aux soins que les membres de la communauté se prodiguent mutuellement. Un tel accompagnement pourrait continuer, en s'inscrivant dans un parcours long et imprévisible, pour faire en sorte que, même pendant les périodes les plus difficiles, la personne reste en lien avec la communauté, participe et soit pleinement intégrée.

9 Favoriser le soutien mutuel entre les intervenants

Dans les contextes de crises humanitaires, les évêques, les prêtres, les religieux et les agents pastoraux qui se consacrent à l'accompagnement quotidien sont pris dans la tempête comme les personnes qu'ils accompagnent. Ils ne sont pas à l'abri, et même s'ils continuent à offrir leur soutien, ils vivent eux aussi le deuil, la crainte, l'incertitude et la perturbation.

Leur travail est extrêmement difficile et, avec le temps, ils risquent d'accumuler des fardeaux silencieux et invisibles : l'épuisement émotionnel provoqué par les immenses souffrances dont ils sont témoins, l'usure de compassion causée par les innombrables récits douloureux, la fatigue physique due aux exigences incessantes de l'accompagnement. Pour ceux dont la vie et le service sont enracinés dans la foi, il peut également y avoir une profonde lassitude spirituelle face à des questions auxquelles il n'est jamais facile de donner une réponse : pourquoi la souffrance persiste-t-elle ? où est la justice ? et comment demeurer devant Dieu alors que sa présence semble douloureusement difficile à percevoir ?[13] Et lorsque les crises se succèdent et qu'il y a peu d'espace pour se reposer ou recevoir du soutien, les intervenants peuvent se retrouver progressivement seuls, convaincus que leurs besoins sont insignifiants comparés à ceux qu'ils soutiennent, ou que reconnaître leur propre vulnérabilité compromettrait d'une manière ou d'une autre leur rôle ou leur fidélité à la mission.

Or, cette propension à se donner de manière apparemment désintéressée cache un danger relationnel : la mise en place imperceptible de dynamiques verticales. Sans presque s'en rendre compte, l'intervenant peut en venir à considérer que son soutien est à sens unique : « Je suis là pour aider et pour servir. Les autres ont besoin de moi. » Si elle n'est pas remise en question, cette attitude se fige dans un schéma : c'est toujours lui qui donne, jamais lui qui reçoit, c'est toujours lui qui offre, jamais lui qui a besoin. Or, cette attitude qui peut paraître noble au premier abord risque de l'isoler, de devenir insoutenable et spirituellement incomplète, et de rendre les blessures de l'intervenant de plus en plus invisibles.

En effet, la fatigue et l'épuisement ne découlent pas uniquement de la charge de travail concrète, mais aussi de la distance qui peut s'instaurer lorsqu'un intervenant

[13] Cf. François, Lettre encyclique *Dilexit nos*, n° 45 ; Mc 14, 33-34 ; 15, 34.

se dit : « Je dois être fort, car les autres souffrent plus que moi ». Et plus on s'investit dans la souffrance des autres, plus il devient difficile de reconnaître ses propres blessures, de leur donner un nom ou de les guérir. Le fardeau porté seul entraîne alors un état d'épuisement, une perte d'espoir, voire un sentiment d'échec.

Cette dynamique relationnelle doit être remise en question et transformée. Ce n'est qu'en passant délibérément de relations verticales à des relations plus horizontales, fraternelles et mutuelles qu'il est possible de se redresser et d'assurer un accompagnement durable. Le point de départ, c'est une prise de conscience libératrice : nous portons nous aussi des blessures et des limites, et les reconnaître ne nous discrédite pas. Cela nous permet d'être honnêtes quant à notre propre humanité, de nous montrer tels que nous sommes et de rencontrer les autres de manière plus authentique dans leur souffrance. L'acceptation de sa propre vulnérabilité permet d'établir des liens plus profonds, d'avoir plus de compassion et d'aller vers une communion plus authentique. Une telle vulnérabilité n'est pas une honte. C'est un acte de courage, qui peut transformer les communautés, en particulier celles où la santé mentale est fortement stigmatisée. Lorsque les intervenants intègrent leur propre vulnérabilité à leur façon de vivre et d'accompagner les autres, au lieu de la cacher, ils remettent en question l'idée selon laquelle ceux qui aident doivent toujours paraître forts ou à l'abri de la souffrance. Leur vie peut témoigner que la détresse mentale, les limites et le besoin d'assistance ne diminuent en rien la dignité ni la vocation d'une personne. En s'autorisant à se montrer tels qu'ils sont et à se faire aider, ils ouvrent la voie à des relations plus humaines, plus réciproques et plus disponibles à accueillir la vulnérabilité que nous portons tous en nous. Le soutien mutuel se développe lorsque les intervenants restent pleinement humains au cœur de leur service, sans avoir à cacher ce qu'ils portent ni à le supporter seuls. De tels espaces peuvent devenir des lieux où les fardeaux sont portés par les uns et les autres, où les deuils sont honorés en communauté, où les joies sont célébrées ensemble et où la foi est ravivée par la chaleur de la présence humaine. Or, tout ne peut pas dépendre des personnes qui interviennent : il incombe aussi aux paroisses, aux diocèses, aux congrégations religieuses et autres institutions de contribuer à créer les conditions pour protéger, soutenir et promouvoir la santé mentale et le bien-être de leurs membres et de leur personnel.

Puisse cette vision inspirer les communautés pastorales partout dans le monde, aussi bien pour l'attention qu'elles offrent aux intervenants que pour le témoignage prophétique qu'elles apportent dans un monde meurtri mais plein d'espoir. Puissent nos communautés être des lieux où la vulnérabilité est respectée, où la fatigue est accueillie avec compassion, où le soutien mutuel brise l'isolement, et où chaque intervenant jouit d'une vraie reconnaissance, d'un amour sincère et d'un accompagnement profond.

CONCLUSION

Tout au long de cette réflexion, nous avons écouté des voix venant de contextes de crises humanitaires à travers le monde, des voix qui s'élèvent du cœur même de la crise, mais aussi des voix qui sont des expressions profondes de la foi, de la résilience et de l'amour. Leurs expériences nous ont rappelé que la santé mentale n'est pas une préoccupation secondaire, mais une expression vitale de notre humanité commune. S'occuper de la santé mentale, c'est donc pénétrer dans un espace profondément humain où l'Église est appelée à être présente, attentive et humble.

Nous avons constaté que la santé mentale s'enracine dans les relations, dans la confiance rétablie, dans des communautés qui préservent, incluent et défendent la dignité. Elle se trouve dans les gestes silencieux d'accompagnement, dans le sens que l'on retrouve ensemble après une perte, dans les liens d'attention mutuelle, et dans le lent travail pour rétablir un sentiment d'appartenance là où une rupture s'est produite.

Au cœur de cette vision se trouve la personne humaine, dont la dignité vient de Dieu et ne dépend ni de la santé, ni de la force, ni de l'autonomie, ni de l'absence de souffrance. Aucune blessure, aucune perte ni aucun trouble de santé mentale ne résume à lui seul ce qu'est une personne. L'accompagnement pastoral part de cette conviction. Il se rapproche sans se substituer à la personne, en reconnaissant que même au milieu de la vulnérabilité et de la dépendance, chaque personne reste capable de recevoir et de donner, de s'exprimer et de répondre, d'appartenir et de contribuer. L'espérance chrétienne n'efface pas les blessures, ne considère pas la souffrance comme une bonne chose et ne prétend pas l'optimisme. Elle aide l'Église à demeurer face à ce qui ne peut pas encore être réparé ou compris, et à croire que rien n'est figé dans la vie et que la souffrance n'aura pas le dernier mot. Au sein de la communauté de foi, ces relations de sollicitude mutuelle deviennent également des lieux où l'on rencontre la présence de Dieu : *« En effet, quand deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis là, au milieu d'eux » (Matthieu 18, 20).*

En regardant vers l'avenir, rappelons-nous que nous ne sommes pas seuls dans cette mission. Nous parcourons ce chemin ensemble, en tant que communautés de foi et en tant que personnes qui portent aussi des blessures et des limites, appelées à faire de la compassion non pas une théorie, mais une pratique quotidienne. Que ce Guide ne soit pas le mot de la fin, mais un commencement : un

fondement commun à partir duquel l'Église, dans ses multiples expressions locales, puisse continuer à discerner comment la sollicitude et l'espérance peuvent s'incarner au sein de différentes réalités humanitaires. Qu'il nous aide à accompagner avec sagesse et tendresse et à devenir des signes d'espérance dans un monde blessé.

Allons de l'avant avec douceur, conviction et fraternité, en sachant que là où il y a de la souffrance, il existe toujours une possibilité de rencontre, de guérison et de communion.

Conception graphique: Francesco Apicella
TIPOGRAFIA VATICANA

Parrainé par :

En collaboration avec :