

Raphaëlle Hubin, rayonner au féminin

Son prénom signifie « Dieu guérit » : seul Dieu voit si elle fait œuvre de guérison, mais dans tous les cas, Raphaëlle Hubin accompagne les femmes à être davantage elles-mêmes. Notamment à travers deux propositions : la colorimétrie et les « foyers de femmes ». Explications.

Diplômes de Sciences Po et de HEC en poche, Raphaëlle Hubin s'engage, au sortir de ses études, dans le mécénat culturel. Elle intègre ensuite un cabinet de conseil, où elle est consultante en transformation, depuis cinq ans maintenant. « *Travaillant dans un contexte professionnel où règnent les codes du masculin, et avec un rythme de vie très actif, j'ai ressenti le besoin d'ouvrir un espace de ressourcement, de relire mon vécu, et de partager sur les façons d'habiter davantage le fait d'être une femme, notamment en entreprise* », raconte-t-elle.

Avec une amie, Sophie Aubry, Raphaëlle décide de monter en 2017 des « foyers de femmes ». Il s'agit de cercles de femmes qui se retrouvent tous les mois. L'objectif est de « *se ressourcer entre femmes pour mieux rayonner* ». Le mot foyer fait référence à la « *flamme intérieure à alimenter* ». De plus, ces foyers « *ont lieu dans le foyer de l'animatrice* ».

Raphaëlle et Sophie ont créé un programme structuré. Cette soirée mensuelle, où environ six femmes se retrouvent, commence par un temps de relecture du mois : « *Nous utilisons la méthode ignacienne : qu'est-ce qui m'a vitalisée, qu'est-ce qui m'a dévitalisée ?* », explique Raphaëlle. Elles lisent ensuite un texte, en lien avec ce qu'il se passe dans la nature. Par exemple, en octobre : « *Qu'est-ce que la vie m'invite à détacher ?* », en écho avec la chute des feuilles. Ou en juillet : « *Savourer l'été* ». Un temps de partage, où chacune est écoutée à tour de rôle sans intervention ultérieure, suit la lecture. Enfin vient un moment de créativi-



© Manuel Brulé - Booké

té, notamment à travers le collage ; selon Raphaëlle, cela permet d'accéder à une partie plus spontanée et créative de soi-même, sans enjeu particulier. Elle s'est inspirée en cela de la méthode du « journal créatif » de la Québécoise Anne-Marie Jobin.

Ce cercle de femmes est chrétien : il commence par une prière à la Vierge Marie et s'achève par une action de grâces.

Sans dispenser un enseignement théorique sur « la femme », les foyers de femmes puisent à quelques livres, principalement écrits par des chrétiennes : *Cœur de femme* de John et Stacy Eldredge, *Célébration du quotidien* de Colette Nys-Mazure ou encore *Nos saisons, une métamorphose intérieure* d'Anne Ducrocq. « *Il s'agit de textes souvent poétiques, intérieurs, qui permettent d'entrer dans le réel* », précise Raphaëlle. Elle raconte : « *Après cinq ans, ces relectures et partages me permettent de poser des choix pour être davantage moi-même dans ma vie de tous les jours* ».

« *Nous n'avons pas de "rôles-modèles", nous sommes des sources d'inspiration les unes pour les autres, que nous soyons célibataire, en chemin, fiancée ou mariée. Dans les foyers de femmes, on peut se déposer et se comprendre.* » Les animatrices partagent au même titre que les autres participantes ; la parole est circulaire.

Ces « foyers de femmes » existent à Paris, à Lyon, à Aix-en-Provence et à Fribourg. Ils sont gratuits et sans engagement : on peut entrer et sortir à tout moment. Certaines participantes restent un an ou deux ans. « *C'est*

QUESTIONNAIRE DE PROUST REVISITÉ

Une odeur de votre enfance ?

L'odeur de la maison de mes grands-parents à Pau, un mélange de parquet de chêne, vieux fauteuils et soupe de légumes.

Le principal trait de votre caractère ?

Je suis une enthousiaste ! Quand quelque chose me passionne j'y vais à fond avec tout mon cœur, et cela devient communicatif.

Les couleurs qui vous illuminent ?

Si j'étais une couleur ce serait un Bleu-gris printemps,

qui a à la fois la délicatesse et l'intensité d'un ciel juste avant l'orage. J'aime aussi beaucoup les couleurs Pêche et Abricot.

Quelque chose que vous avez prévu de faire cet été ?

Du *woofing* ! Aider dans une ferme en explorant des manières de vivre alternatives et proches de la nature.

Votre dernier fou rire ?

Lors du spectacle de Mehdi Djaadi *Coming Out*, son imitation d'un pasteur évangélique. Énorme !

Ce qui vous reconforte dans les moments difficiles ?

Dire des *Je Vous Salue Marie*, confier ma peine à la Sainte Vierge, m'en remettre à elle.

Votre prière favorite ?

La prière du matin de saint François qui se termine par « *Revêts-moi de Ta beauté Seigneur, et qu'au long de ce jour je Te révèle* ».

Votre forêt préférée ?

La forêt du Limousin près de Saint-Sulpice-Laurière, à l'automne. Une forêt de feuillus flamboyante, un festival de couleurs !

Une phrase de la Bible qui vous touche ?

Quand le Seigneur demande à Pierre : « *Pierre m'aimes-tu ?* » et qu'à la troisième fois Pierre répond « *Seigneur tu sais tout, tu sais bien que je t'aime* ».

Propos recueillis par S. P.

un temps mensuel dont elles se réjouissent à l'avance, et qui leur fait découvrir certaines de leurs aspirations profondes. Il y a quelque chose d'universel dans les thèmes abordés ; les textes continuent de les accompagner à d'autres moments de leur vie. Pour les animatrices, qui sont formées et accompagnées dans ce programme, c'est aussi un lieu de croissance. »

Il y a quelque temps, Raphaëlle a bénéficié d'un atelier de colorimétrie, afin de connaître les couleurs qui illuminent le plus son visage (*sur ce thème, lire aussi Zélie n°44, « Un atelier pour rayonner en couleurs »*). « *Cela a changé mon regard sur moi-même et sur les autres.* » Une expérience qui a aussi répondu à certains de ses questionnements sur la beauté. Elle s'est formée à la méthode La Métamorphose et propose, depuis janvier 2022, des ateliers pour faire découvrir à chaque personne les couleurs qui la font rayonner. Elle organise aussi, au sanctuaire de la Sainte-Baume, la session Rayonne - dont la prochaine édition aura lieu à la Pentecôte 2023 -, qui propose un atelier de colorimétrie et des temps de ressourcement spirituel.

Se retrouver, rayonner, aimer, un triptyque que Raphaëlle, aux couleurs printanières et pétillantes, sait transmettre avec douceur.

Solange Pinilla

Pour aller plus loin > www.foyerdefemmes.com
www.atelier-raphaëlle.com

Les thèmes abordés dans les « foyers de femmes » s'ajustent aux saisons >

