

# LA BOUSSOLE

À partir d'une question d'actualité vécue par ses membres, la Fédération de l'Entraide Protestante offre quelques pistes de réflexion éthiques, spirituelles, ou simplement humaines, pour nourrir le sens de nos actions. Deux pasteurs et un professionnel ou bénévole de terrain croisent leurs regards...

”

## La question de la semaine

## La parole

### La colère, source d'engagement ?

Êtes-vous en colère ?  
Ne péchez pas : que le soleil ne se couche pas sur votre ressentiment.  
*La Bible, Éphésiens, chapitre 4, verset 26*

## Chemins de réflexion

### Les saintes colères poussent à agir

La colère a plutôt mauvaise presse. Émotion négative qui coupe la relation, sépare les uns des autres. C'est le cas dans le texte en référence !

Pourtant, n'y a-t-il pas de justes colères quand celles-ci expriment notre refus de l'intolérable, l'inacceptable face aux actions qui oppressent, dégradent, asservissent ou avilissent les humains ? Il est des colères légitimes, souhaitables, nécessaires qui sont même utiles si elles nous conduisent à agir, à nous engager pour contrecarrer ce qui nous met dans cet état !

Combien de militances se nourrissent de la colère qu'induisent les injustices dont nous sommes témoins, nous conduisant à en combattre les causes et les effets ? Maltraitements, pauvretés, discriminations, incarcérations abusives, ... la liste de ces injustices est large et longue. Elles nous mettent en chemin par réaction, au nom de l'amour de l'autre ; saintes colères, en vérité, qui aboutissent à l'action pour autrui.

Puissions-nous garder cette capacité à nous mettre en colère chaque fois que la dignité humaine est attaquée. Que cette colère nous conduise à agir avec sagesse et non impétuosité, avec discernement et persévérance.

*Pascal Hubscher, pasteur, responsable aumônerie sanitaire et médico-sociale de l'Uepal*



*L'espérance d'un jour nouveau,  
Claire Biette*

## L'injustice provoque la colère

Se mettre en colère est mal vu, nous fait du mal et peut blesser d'autres personnes. Pourtant, comme tous les sentiments que nous éprouvons, la colère est un signal qu'il nous faut entendre.

Notre intériorité nous dit qu'un besoin, important pour nous, est frustré. La tristesse nous indique que notre besoin de reconnaissance ou d'amour souffre. La colère nous signale que nous ressentons une injustice.

Comment définir la justice ? Ricoeur disait qu'elle se caractérisait d'abord par ce cri qui vient du plus profond de nous face à certaines situations : « Injustice ! ». Le problème n'est pas tant notre colère que l'injustice qu'elle révèle. Solliciter notre capacité à transformer la colère en action pour la justice, c'est toute la démarche de la non-violence.

La communication non violente permet de mettre des mots justes et respectueux sur notre sentiment, pour qu'il soit entendu. L'action non violente, par exemple de désobéissance, met en route les communautés pour faire reculer l'injustice.

Alors, le soleil ne se couche pas sur notre colère mais sur la promesse d'un jour nouveau.

*Stéphane Lavignotte, pasteur, Mission populaire évangélique, La Maison Ouverte, Montreuil*

## L'indignation est source d'engagement

La colère est souvent sèche et brutale, elle ne laisse rien d'autre derrière elle qu'un terrain aride. La colère, je la connais, mais c'est l'indignation que j'ai appris à laisser émerger.

L'indignation est empathique, elle espère le changement ou le met en marche. Elle est une des composantes de mon engagement au sein d'un quartier prioritaire. Elle me pousse, depuis quatorze ans, à rejoindre, dans les tours ou les allées, parents, enfants et mamans isolées ; à rétablir la vérité sur ce qui se vit ; à montrer l'amour du Christ à des gens qui en sont si loin et si près en même temps.

« Étrangers, délinquants, dealers, pauvres, chômeurs... » ils n'ont pas choisi d'habiter là. Pas de pharmacie, plus de médecin, pas de boulangerie. T'habites où ? À Marcouville. Ah bon... Et ça va ? Les loyers sont les moins chers de la région. Une aubaine pour les familles nombreuses, les jeunes sans formation, les familles migrantes, les foyers à faibles revenus.

Notre petite équipe travaille ici sur le sentiment d'injustice, le respect des autres et de soi, la colère qui gronde à l'intérieur. Certains jeunes ont maintenant un boulot et habitent ailleurs. Ils nous confient que, même si on était parfois « relous », on leur a évité de faire des bêtises.

*Samuel Cassildé, bénévole, AFP Maranatha (95)*



## Des mots pour prier

**Seigneur, garde-moi de la colère qui m'oppose aux autres, me sépare d'eux : elle est péché, en vérité.**

**Mais Seigneur, permets que je reste capable de ressentir au fond de moi une profonde colère chaque fois qu'une injustice est commise envers les humains et particulièrement envers ceux qui ont peu de moyens pour se défendre.**

**Convertis mon ressentiment infécond en action pour combattre les causes et les effets des injustices identifiées en particulier envers les faibles, les pauvres, les discriminés, les marginalisés...**

**Oui, je te rends grâce pour ces colères-là qui nous mettent en mouvement pour nos frères et sœurs les humains.**

**Amen.**

Cliquez ici pour vous abonner à  
**LA BOUSSOLE**  
pour nourrir le sens de notre action

Retrouvez toutes les Boussoles sur le site de la FEP :  
[www.fep.asso.fr](http://www.fep.asso.fr)

ou écrivez-nous sur [information@fep.asso.fr](mailto:information@fep.asso.fr)