

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

Quel ressourcement au cœur de mon activité ?

La parole

Les apôtres se réunissent autour de Jésus et lui racontent tout ce qu'ils ont fait et enseigné.

Il leur dit : « Vous autres, venez à l'écart dans un lieu désert et reposez-vous un peu. »
Car il y avait beaucoup de monde qui venait et repartait et eux n'avaient pas même le temps de manger.

La Bible, Évangile de Marc, chapitre 6, verset 31

Chemins de réflexion

La prière, un outil pour se connecter à l'Essentiel ?

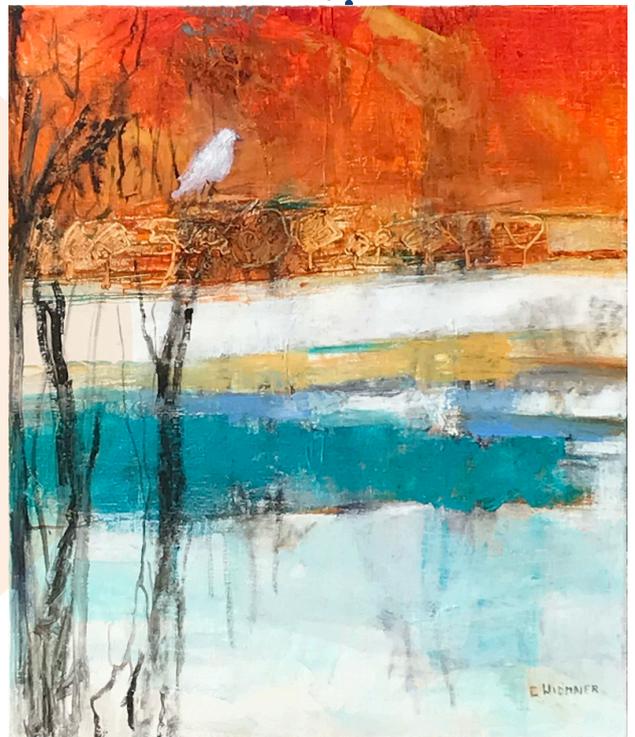
Pris par l'action, surchargés d'activités, fatigués ou stressés, le besoin impérieux de « prendre un peu de distance » s'impose si nous ne voulons pas perdre le sens de notre engagement, de notre travail.

Jésus lui-même invite ses disciples à prendre un temps d'arrêt, à faire une halte pour se reposer, se ressourcer. Quelles que soient nos façons de le vivre, les voies prises pour le mettre en œuvre, nous avons toutes et tous le désir vital de faire ce « pas de côté » pour réenraciner notre action, donner ou retrouver du sens dans nos vies. Au cœur même de notre activité ou dans un lieu autre, il s'agit de se relier à ce qui est vivant, ce qui nourrit les relations vécues là.

Le Christ le demande à ses plus proches, parce que le risque de « fonctionner » en oubliant l'essentiel les guette eux aussi.

Et si la prière était un bon outil pour faire halte et se connecter à l'Essentiel ?

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



*La flaque,
Evelyne Widmaier*

Sortir de l'apnée

Les disciples de Jésus reviennent d'une mission durant laquelle ils ont été très actifs. Jésus leur propose de s'éloigner pour se ressourcer et respirer enfin. Mais la foule les rejoint.

Pour cette foule, il y a comme une urgence qu'on prenne soin d'elle. Jésus y est sensible.

Comment ne pas entendre un écho à ce que nous vivons dans nos métiers ou engagements au service des personnes que nous accompagnons ?

Faut-il dès lors subir l'enchaînement des sollicitations et les vivre en apnée ?

Jésus prend finalement soin de la foule, avec l'aide de ses disciples, et tous sont rassasiés sur tous les plans. Il me semble que cette histoire nous invite à sortir de l'apnée, à ne pas attendre une pause à venir, et à chercher la respiration au sein même de la frénésie de nos activités, car le soin et l'attention portés à l'autre nous nourrissent aussi.

C'est en me connectant au vivant en moi, là-même où j'agis, que je peux retrouver l'élan de l'amour, du partage, du lien à l'autre.

Bertrand Marchand, pasteur, Église protestante unie de France

Faire une pause

Quand la *to do list* se rallonge à vue d'œil, quand les e-mails s'empilent, quand on manque de temps pour tout faire, quand on en prend moins pour écouter (nos résidents, les familles), quand on est obligé de bâcler certains sujets, quand un de nos résidents décède.... il y a bien sûr des moments de stress, de pression, de tristesse, de frustration.

Quand j'ai besoin de prendre du recul, je regarde à tout ce qui a marché, et ça me remotive. Parfois, il faut arrêter de courir dans les couloirs et s'accorder une pause, prendre le temps de souffler, malgré tout ce qui reste à faire. Pour moi, ce peut-être de discuter avec les collègues qu'on ne fait que croiser alors que nos téléphones sonnent sans arrêt ; me poser quelques minutes dans le jardin ; m'asseoir avec un résident et parler de manière informelle avec lui, le faire rire. L'humour c'est important, même sur des sujets graves, on prend de la distance.

Si on n'arrive plus à recharger les batteries, à se remettre en route, à trouver du plaisir dans son travail, si on devient aigri au quotidien, c'est dur pour soi et pour les autres ; je crois alors qu'il faut faire autre chose.

Adrien Lhote, animateur, Maison de retraite protestante de Nantes



Des mots pour prier

**J'ai besoin de toi, mon Dieu,
pour retrouver en moi ce qui est vivant,
alors que la fatigue se fait pesante,
alors que les situations qui se présentent à moi me deviennent pénibles.
Donne-moi de regarder à nouveau l'autre avec des yeux aimants,
des gestes accueillants, des paroles qui soutiennent.
Donne-moi de redécouvrir l'élan de la relation.
Que je ressente à nouveau ta force de vie en moi.**

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

ou écrivez-nous sur information@fep.asso.fr