AN IV
21.04.2023
03

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

Que faire de nos ressentiments ?

La parole

Chassez loin de vous tout sentiment amer, toute irritation, toute colère, ainsi que les cris et les insultes.

La Bible, Éphésiens, chapitre 4, verset 31

Chemins de réflexion

Sanctifier la colère

De nombreux habitants de notre pays sont en colère car ils ont l'impression d'un passage en force du gouvernement sur la réforme des retraites, le sentiment de ne pas avoir été entendus, respectés, pris en compte… Le sentiment que rien ne sert de jouer le jeu légal et démocratique de la manifestation non violente et de la grève, au prix de pertes de salaires, quand d'autres obtiennent ce qu'ils veulent par des actions violentes ou – comme les lobbies – en agissant dans les coulisses.

Le sentiment d'être laissé pour compte ne peut que s'accentuer quand celui, celle(s), ceux qui l'ont suscité refusent de se remettre en cause, de reconsidérer leur position. Le ressentiment n'est jamais loin. Il transforme la colère en tristesse, invite à se mettre en retrait ou attise la méchanceté envers des boucs-émissaires.

À une question qui peut être une bonne question, le ressentiment apporte une mauvaise réponse.

Finalement… peut-être vaut-il mieux assumer sa colère. Mais en la transformant en une sainte colère : celle qui montre qu'on ne s'habitue pas à l'injustice, qui chasse les marchands du temple, qui déclenche les mouvements collectifs qui font avancer l'histoire. Celle qui transforme la rancœur pour finir par l'éteindre, nous éloigner du ressentiment et nous sortir de la passivité.

Sanctifions nos colères !

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

Va vers la lumière,
Claire Biette

Fédération Entraide Protestante

Le ressenti ment

Lors des manifestations contre la réforme des retraites, des inscriptions très violentes sont apparues sur les murs (« Crève Macron », « Brûlons les riches »…). Des vitrines de banques ont été brisées, des lieux symbolisant le pouvoir endommagés. C'est comme un grand ressentiment qui s'est fait jour.

Il m'est arrivé d'être plein de ressentiment. Il me paraissait justifié car je me sentais impuissant face à des problèmes présents ou à venir. Je me disais que la vie n'est pas juste. J'avais envie de me défouler, de me venger ! Mais l'amertume gâchait ma vie, et j'ai voulu m'en libérer.

En prenant du recul, j'ai pris conscience que, dans le ressentiment, il y a du ressenti bien plus que du réfléchi. Et le ressenti ment. J'ai compris que le ressenti court-circuite ma perception du réel, un réel complexe, et m'amène à accomplir des actions et prononcer des paroles irréfléchies à l'encontre de personnes qui n'ont pas à subir ma rancœur, paroles et actes que je regrette ensuite.

Il y a une manière simple mais pas forcément facile de guérir du ressentiment : l'exprimer, avec la volonté de le comprendre. Parce que trouver un interlocuteur n'est pas toujours aisé, j'ai pris l'habitude d'écrire ce qui me pèse sur une feuille de papier. Quand j'ai posé ainsi mon ressenti, je finis par retrouver la voie de la raison et, souvent, des chemins se dessinent pour que je puisse agir de manière responsable et digne.

Thomas Wild, pasteur UEPAL en retraite

Et moi, je…

L'apôtre Paul nous invite à nous défaire de nos ressentiments. Et pourtant moi, je m'inquiète de mes activités au sein de l'Entraide.

Nous ne sommes pas assez nombreux à agir, nous ne recevons pas assez de dons, pas assez de denrées à distribuer, nous n'avons pas les mots pour communiquer avec ceux qui viennent de si loin. Pas assez, pas assez… Et moi, je tempête.

Il y a trop d'attentes, trop de souffrance, trop de misère. Trop, trop… Et moi, je n'ose pas dire que c'était mieux avant.

De nouveaux bénévoles arrivent néanmoins, dynamiques et entreprenants, des étudiants nous rejoignent, de jeunes retraités retroussent leurs manches. Et moi, malgré tout cela, je suis amère.

Tout est trop rapide, trop différent, trop moderne. J'ai trop de paperasses à remplir, de comptages… Et moi, je m'épuise et j'ai peur que tout s'arrête.

Malgré les doutes et les angoisses qui reviennent sans cesse à l'assaut, je confesse que je marche par la foi, pas à pas. Et j'espère. En dépit de cette réalité bien visible : le monde ne sait plus où il en est, où il va.

Alors avec Sœur Myriam, j'atteste que « lorsqu'une parole est une vraie parole, c'est-à-dire qu'elle rejoint le creux le plus profond du cœur de l'homme, émouvant en lui tout ce qui croit, tout ce qui espère, tout ce qui aime, il vient un jour où elle l'emporte. »

Les ressentiments sont chassés. Ils ne sont plus.

Catherine Fuger, administratrice, OSEP Nancy

Des mots pour prier

Seigneur, entends ma colère et mon désespoir.
Des démissions successives, des conduites irresponsables ont mis toute la planète en danger.

Je suis reconnaissant pour ces jeunes qui se soucient de l'avenir du monde en même temps que du leur : mais que faire ?

Aide-moi à ne pas me laisser piéger par de fausses solutions simplistes.
Aide-moi à agir là où c'est possible, et à accepter les réalités que je ne peux changer.
Par ton Esprit, aide-moi à faire preuve de discernement pour me conduire avec sagesse.

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**