

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

***Je me sens blessé(e),
je riposte ou j'encaisse ?***

La parole

Si ton frère se rend coupable à ton égard,
va le trouver seul à seul et montre-lui sa faute.
S'il t'écoute, tu auras gagné ton frère.

La Bible, Évangile de Matthieu, chapitre 18, verset 15

Chemins de réflexion

Derrière les mots se cachent des maux

Me voici embarqué, chahuté au milieu d'une tempête de mots ou d'attitudes ; la houle des sentiments me submerge. Me voici offensé, que faire ?

Si j'étais une serpillière, alors tu m'écraserais, tu te déchargerais sur moi de toutes tes saletés (verbales, physiques...). Je serais d'accord. Je suis fait pour ça. Je supporte tout, j'encaisse tout... au risque de ne plus me respecter. De mépriser ce que je suis réellement, d'y perdre mon intégrité...

Si j'étais un punching-ball, tu taperais, je frapperais en retour. Je serais en riposte constante, on m'appellerait « Boomerang virulent ». Mais si je ne me positionne qu'en réaction, de manière agressive ou défensive, à quel moment est-ce que je respecte l'autre, à quel moment je me respecte vraiment ?

Si j'étais une boussole, ma raison d'être serait de garder le cap, maintenir une direction, trouver un sens à mes actions. Comment puis-je manifester, par mon attitude, ce à quoi je suis réellement attaché ?

Me considérer comme digne d'être respecté et considérer l'autre comme un frère, une sœur en humanité, c'est choisir de comprendre ce qui se joue en moi comme en lui. Derrière les mots, se cachent souvent des maux.

Aimer l'autre comme soi-même, un long cheminement de vie...

***Charles-Édouard Doublie, animateur de l'accompagnement spirituel,
Armée du salut***



*Demain sera un autre jour,
Marie-Hélène Vallade-Huet*

Je reviens à mes valeurs

En cas de conflit, le verset recommande d'aller trouver l'autre et de lui dire sa blessure. Sans l'humilier et en simplicité. Pas si facile !

La question souligne une difficulté supplémentaire : celle de mon ressenti ! Cette remarque ou cette attitude, pourquoi m'affectent-elles autant ?

Aumônier et pasteur, j'ai rencontré une personne qui éprouvait une grande colère contre une collègue. Elle avait reçu ce conseil : « Ton ressenti est vrai, écoute ta colère ! » Finalement, elle a compris que ce qu'elle éprouvait n'avait rien à voir avec sa collègue.

Il m'arrive d'être affectée par des paroles insultantes ou des piques.

J'essaie de revenir aux valeurs qui me portent. Et de me rappeler que nous sommes tous vulnérables. Cela me permet de prendre la distance nécessaire quand ces remarques émanent de personnes fragilisées. Cela m'aide à trouver le courage de dire ma peine à l'autre quand il est mon pair.

L'échec de la démarche est toujours possible.

Dans tous les cas, il est important de ne pas laisser la blessure s'infecter. Me confier à une personne de confiance peut m'aider. Il n'est pas interdit non plus de remettre la situation à Dieu qui se soucie de nos blessures et connaît notre cœur.

Remarquons toutefois qu'il n'est question dans notre verset ni de harcèlement, ni d'abus.

Dans ces cas, d'autres réponses s'imposent.

Éliane Wild, aumônier de l'Uepal

On est censé tout encaisser

Je suis assistante sociale dans une métropole où la précarité est grandissante. Nous avons très peu de perspectives, le ton peut vite monter avec les bénéficiaires mais aussi avec nos collègues de proximité.

Les personnes nous interpellent sur notre façon de penser le monde ; la remise en question est perpétuelle.

Comment ne pas craquer ? Vaste programme pour qui est fait de chair et d'os, a ses propres fragilités, ses valeurs parfois dissonantes, ses incompréhensions, sa tête des mauvais jours... Quand on est travailleur social, on est censé tout encaisser....

Lorsque les bénéficiaires me reprochent de mal faire mon travail, c'est la pire des insultes. La riposte vient, calme et ferme, mais la suite est compliquée à gérer. Les personnes accompagnées ne vont pas bien, histoires de vie dramatiques, parcours brisés, comment trouver l'équilibre ? Je tente de rester neutre mais il y a la fatigue, les rapports à rédiger, les mails qui arrivent par dizaines.

Ma riposte fuse au-delà des personnes accompagnées, elle s'adresse presque au cosmos : suis-je prête à me mettre à leur hauteur ? à faire valoir leurs choix, leurs prises de risque ?

Des solutions existent, des collègues de confiance, une sœur, des amis, une hiérarchie attentive, des espaces où l'on décompresse et partage des valeurs communes... pour que notre riposte soit bienveillante et respectueuse.

Anne Rouault, assistante sociale

Des mots pour prier

Seigneur, je me sens blessé(e),
j'ai besoin d'aide, je ne peux pas m'en sortir seul(e).
Ces paroles, cette attitude m'ont touchée profondément.

Toi qui guéris les cœurs brisés et panses les blessures, approche-toi de moi.
Aide-moi à abandonner entre tes mains cette situation douloureuse et cette personne qui me fait souffrir.
Donne-moi des amis fidèles qui me soutiennent pour me conduire sur un chemin de paix.
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

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