

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 suis heureux(se), c'est grave ?

La parole

Réjouissez-vous avec ceux qui se réjouissent.
Pleurez avec ceux qui pleurent.

La Bible, Romains, chapitre 12, verset 15

Chemins de réflexion

Convertir son bonheur

Il y a bien des raisons de voir son bonheur gâché. Le monde est plein de catastrophes, l'avenir est inquiétant, nous côtoyons des personnes qui vont mal...

Si je suis heureux, est-ce parce que je suis inconscient ou insensible ?
Devrais-je me sentir coupable alors que tant de gens traversent des difficultés ?
Montrer mon bonheur leur fera-t-il du mal ?

Il faut regarder le bonheur comme une chance : ce que je ressens me dit qu'en moi la vie est plus grande que toutes les forces de mort qui m'assaillent.

Mais comment partager mon bonheur ?
Comment faire en sorte qu'il devienne un bienfait pour les autres ?
De quelle manière puis-je l'exprimer sans écraser ceux qui m'entourent ?

En effet, qu'y a-t-il de pire que de dire à quelqu'un qui traverse des moments douloureux : « Ça va aller ! Ce n'est pas si grave ! Regarde, la vie est belle ! ».
Il risque de se sentir accablé alors qu'il a d'abord besoin d'être accueilli dans ce qu'il éprouve.

Il m'appartient de convertir mon bonheur en écoute, en compassion, en patience... pour qu'il fasse du bien aux autres. Quand je les écoute, les laisse partager leurs difficultés puis converser avec moi, je leur offre l'occasion de retrouver en eux, dans leur propre vie, ce qui peut les ramener vers le bonheur.

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



*Allégresse,
Claire Biette*

Être heureux et contagieux

« Ai-je le droit à autant de bonheur ? » La remarque, de la part d'une dame qui a retrouvé l'amour après plusieurs années de deuil, m'a d'abord surprise, puis m'a incitée à réfléchir.

D'où viennent nos réticences à être heureux ?

De la peur, superstitieuse, que le bonheur nous sera enlevé si on en jouit trop ? De nos préoccupations au sujet des détresses des autres ? D'un sentiment de culpabilité ? De la crainte de provoquer la jalousie ?

Pourtant, nous avons été façonnés pour le bonheur par le Dieu créateur qui nous aime. « Réjouissez-vous », cette injonction nous est adressée à de multiples reprises dans la Bible !

Et la plupart du temps, elle se conjugue au pluriel : « Réjouissez-vous ensemble », les uns avec les autres.

La Parole enseigne une réalité profonde : le bonheur est contagieux, et quand j'ose le communiquer, par ma manière de parler, mon attitude, un simple sourire, il se propage et offre à mes proches d'expérimenter à leur tour des petits moments de bonheur.

Finalement, quand je me prive d'être heureux, je suis égoïste, puisque je prive l'autre d'une source de bonheur.

Dans le langage des plus jeunes, être heureux, oui, c'est grave bien.

Trop grave et trop bien pour s'en priver !

Alison Wyld, pasteure, Église Baptiste de Morlaix-Roscoff

Être heureux, ce n'est pas être naïf

Autour de nous gravitent des personnes en difficulté, des jeunes en perte de repères, des personnes touchées par la maladie, d'autres isolées, des migrants sans attache ni perspective...

Un sentiment d'impuissance est inévitable. Pour autant, il ne nous empêche pas d'être heureux.

Quand on regarde du côté des personnes engagées dans les associations et la diversité des domaines dans lesquels sont investis des milliers de bénévoles, la confiance renaît et l'intérêt de rejoindre cette dynamique devient une évidence.

Le bonheur est, pour moi, conditionné au temps offert aux autres.

Bénévole dans le cadre d'un collectif d'accueil de familles syriennes, je l'ai expérimenté plus d'une fois.

Même si je peux être déstabilisée par les difficultés rencontrées, les déconvenues, les déceptions, je suis heureuse.

L'accompagnement est jalonné de petites victoires et de grandes avancées.

Voir les personnes accueillies passer d'un état d'inquiétude à la sérénité, des jeunes migrants invités à un goûter se mettre à danser en laissant leurs soucis à la porte... participe de mon bonheur.

Être heureux, ce n'est pas être naïf et nier les dures réalités.

Être heureux tient à la capacité à réaliser la mission que l'on s'est donnée, sans trahir ses convictions.

Être heureux ce n'est pas grave ou alors c'est une belle maladie !

Muriel Peltier, présidente de l'Entraide protestante 35 (Rennes)

Des mots pour prier

Merci Seigneur pour le bonheur que tu m'offres jour après jour,
malgré les circonstances qui m'entourent.

Donne-moi tact et sagesse pour le communiquer.

Ton amour pour nous est sans limite, nous sommes tes fils/tes filles.

Tu nous conduis pas à pas, tu marches à nos côtés,
nous pouvons avancer heureux et tranquilles.

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