

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

Ai-je peur du regard de l'autre ?

La parole

L'Éternel n'a pas le même regard que l'homme :
l'homme regarde à ce qui frappe les yeux,
mais l'Éternel regarde au cœur.

La Bible, 1 Samuel, chapitre 16, verset 7

Chemins de réflexion

Il nous arrive d'éviter les contacts visuels

Les êtres humains que nous sommes avons souvent une relation compliquée avec le regard de l'autre.

À force de croiser des regards qui transmettent hostilité, jugement ou même dégoût, il nous arrive de craindre et d'éviter les contacts visuels.

L'effet négatif du coup d'œil malveillant se multiplie quand il rencontre un sentiment de honte chez celui qui le reçoit.

Pourtant, si certains fuient le regard, d'autres souffrent de son absence. Ils ont l'impression de passer inaperçus dans une société qui ne sait pas leur porter l'attention dont ils ont besoin.

D'autres encore vivent dans le détachement et se désintéressent de l'attitude de l'autre. Un moyen de protection, certes, contre l'agressivité, mais qui prive aussi des bienfaits d'un rapport constructif.

Car les yeux peuvent aussi diffuser chaleur, amour, complicité.

Comme beaucoup, pendant la pandémie, je m'exerçais à « sourire avec les yeux » pour manifester mon plaisir de voir l'autre, même avec le visage à moitié dissimulé.

À chacun(e), dans nos lieux de service respectifs, de travailler cette communication silencieuse et bienveillante qui voit et valorise la personne entière, quels que soient sa situation et ses besoins.

Alison Wyld, pasteure, Église Baptiste de Morlaix-Roscoff



Regard,
Evelyne Widmaier

Nous voir comme il nous voit

Pour l'immense majorité d'entre nous, l'expérience du regard de l'autre est quotidienne.

La peur peut l'accompagner lorsque nous sommes conscients que notre apparence n'est pas « dans la norme » ou s'est dégradée à la suite d'une maladie ou d'un accident, par exemple : le regard de l'autre tient lieu de miroir en nous renvoyant une image de nous-mêmes, ou plutôt de ce qu'il perçoit de nous.

Le regard de Dieu pénètre jusqu'au fond de notre cœur et discerne ce qui échappe aux yeux de l'homme.

C'est un regard bienveillant, un regard d'amour qui ne veut que notre bien. Ne nous en privons surtout !

Celui qui nous aime tels que nous sommes, avec nos défauts, nos imperfections multiples, veut nous accompagner et nous aider à nous voir comme il nous voit.

Posons à notre tour des yeux bienveillants sur chacun et chacune de ceux qui nous entourent.
Certains en ont tant besoin !

Plus qu'une abondance de mots, un regard peut rassurer, réconforter, soulager les souffrances, dissiper la peur.

Mais s'il est chargé d'aversion, d'hostilité, de mépris... il peut aussi contredire de bonnes paroles et révéler l'hypocrisie.

Mario Holderbaum et Bruno Landais, pasteurs, Église tzigane Vie et Lumière

Regardez-nous pour qui nous sommes

Les personnes en situation de handicap sont très affectées par le regard des autres.

Dans le groupe de parole que j'anime, une jeune résidente a confié que le regard des gens est tellement pénible qu'elle ne sort plus qu'avec ses parents pour éviter d'être confrontée à l'autre. C'est un regard de non-acceptation.

Le regard de l'autre peut être plus éprouvant quand la personne handicapée vit chez elle et a peu de relations sociales. En effet, en institution, les professionnels sont bienveillants, ils nourrissent l'estime de soi, reconnaissent l'autre dans ses valeurs intrinsèques, pour ce qu'il est, indépendamment de ce que la société lui demande d'être.

Les personnes en situation de handicap ne souhaitent qu'une chose : qu'on les regarde pour qui elles sont. Elles ont besoin de notre regard bienveillant pour exister.

Se détacher du regard de l'autre est très difficile. L'apprentissage des normes sociales peut aider à trouver la juste distance, pour ne pas se faire mal. La souffrance psychologique peut être transformée en quelque chose de positif.

Les gens ne savent pas toujours comment aborder les personnes handicapées, ils sont parfois déstabilisés, maladroits. Ils dévisagent, deviennent curieux, c'est malsain, au lieu d'envisager une possible rencontre, une relation.

La différence fait peur, il faut donc faire un effort. Changer notre regard, promouvoir l'inclusion et l'égalité. Être avec plutôt qu'à côté.

Marilyne Leterme, ex-directrice du Domaine Saint Jean à Saint-Jean-les-Deux-Jumeaux (77)

”

Des mots pour prier

Seigneur, tu ne regardes pas à l'apparence, mais au plus profond de notre cœur.
Merci car c'est un regard d'amour que tu portes sur chacun de nous.

Tu vois parfaitement nos limites et nos souffrances,
aide-nous à compter sur toi pour recevoir le réconfort dont nous avons besoin.

Apprends-nous à poser sur les autres un regard bienveillant,
inspiré par ta compassion et ton amour.

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