

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 le droit de baisser les bras ?

La parole

Venez à moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau
et je vous donnerai le repos.

La Bible, Évangile de Matthieu, chapitre 11, verset 28

Chemins de réflexion

Quelque chose peut mourir et renaître

Pourquoi baisse-t-on les bras ?

Parce que la situation à laquelle on fait face semble inextricable ?

Parce qu'on n'a plus l'énergie pour faire bouger les lignes ?

On peut avoir du mal à lâcher prise, on peut avoir peur du jugement négatif d'autrui.
Pourtant, n'est-ce pas souvent une attitude sage ?

Baisser les bras peut-être une manière de laisser un espace vide pour que la réalité se reconfigure différemment, pour que des personnes se dévoilent et occupent l'espace ainsi libéré, pour que quelque chose meure et renaisse sous une autre forme.

De son propre point de vue, éviter de s'épuiser dans une situation qui semble sans issue peut être une manière de préparer positivement la suite. Pour prendre un vrai recul sur la conjoncture et la voir différemment, et pourquoi pas, rester ou revenir avec un élan nouveau. Ou garder de l'énergie, recharger les batteries, pour s'engager ailleurs, dans un autre lieu, avec une autre équipe où l'on pourra être utile.

S'il y a un temps pour se relancer, rebondir, c'est sans doute qu'il y en a eu un pour baisser les bras !

Stéphane Lavignotte, pasteur



*Félicia,
Marièle Gissinger*

Il n'est question ni de droit ni de devoir

J'ai envie de baisser les bras. On s'active, on s'agite, on s'emploie avec hardiesse au service d'une cause, d'un combat. On a envie de voir les choses changer, les situations s'améliorer, se transformer et puis... la misère persiste, des vies abîmées, cassées. Le quotidien, la routine, la fatigue se fait sentir et pèse.

Ai-je le droit au découragement, à la faiblesse, à l'essoufflement, au questionnement, au doute, à la remise en cause... ? Ai-je le devoir de tenir debout, ferme, toujours vaillant ? Quand mon corps ou ma psyché ne pourront plus agir, blessés, il ne sera plus question de droit, de devoir... mais de secours, de repos, de répit.

Vaut-il mieux baisser les bras et prendre le temps d'une pause nécessaire et salutaire pour se ressourcer ou bien s'épuiser à maintenir à flot une situation qui ne nous convient plus ? Si je m'écroule, terrassé par la fatigue ou le découragement, serai-je encore utile ?

J'aime cette invitation biblique à faire le choix d'aller vers, d'oser faire un pas de côté, d'accepter sa fatigue, de se décharger de ce qui nous pèse pour trouver l'apaisement.

J'aime prier ce Dieu vivant qui m'offre son repos, librement et gratuitement.
Avez-vous rencontré cette personne ?

Charles-Édouard Doublier, animateur de l'accompagnement spirituel, Armée du Salut

Et les patients, tu penses aux patients ?

Je suis infirmière, je travaille dans un hôpital. Depuis un an, tous les jours, je me disais que j'avais envie d'arrêter. À cause de la pression de la hiérarchie, du rythme infernal, des horaires imposés et ingérables, des récriminations incessantes des médecins, des aides-soignantes, des patients qui râlent parce qu'on n'arrive pas assez vite quand ils appellent, on a tellement de choses à faire...

Mais je voulais tenir. Je me disais que si je baissais les bras, je serai faible. Pas à la hauteur. Incapable de faire face. En échec. J'ai des collègues qui ont quarante-cinq ans, trois enfants, et qui y arrivent. Je devais y arriver moi aussi.

La culpabilisation fait des ravages. On nous dit que si on s'arrête, on met tout le monde dans l'embarras. Les collègues. Et les patients, tu penses aux patients ? Alors on se sent égoïste et on continue. On donne tout ce qu'on a, on fait de son mieux, sans jamais recevoir aucun encouragement. On tient comme on peut.

C'est mon corps qui a lâché. Le mois dernier. Maux de tête. Vomissements. Épuisement. Le médecin a parlé de burn out. J'ai dû arrêter.

Ce n'est pas de ma faute. C'est la faute du système. Aujourd'hui, je me dis qu'il faut prendre soin de soi. On a tous un seuil de tolérance différent. Personne ne peut comprendre ce qu'on vit réellement. Quand on va trop loin.

Se retrouver du côté des patients, ce n'est pas forcément mieux.

Linda, infirmière dans un hôpital des Hautes Alpes (05)

Des mots pour prier



Seigneur, tiendrais-tu encore debout longtemps ?

Ce travail, ce service, cette vie m'apparaissent tellement astreignants, tellement difficiles.

Viens à mon secours ! Allège ma charge.

Viens à mon secours ! Donne-moi la force de tenir.

Que je puise en toi la fraîcheur et la vivacité,

Que je trouve en toi l'acceptation et la satisfaction.

Parution du Livre II de La Boussole



Cliquez ici pour vous abonner à
LA BOUSSOLE
pour nourrir le sens de notre action

À découvrir ICI