



LA BOUSSOLE

Chemins de réflexion pour nourrir le sens de nos actions

Numéro 46 - vendredi 19 février 2021

En mars 2020, lorsque a surgi la crise de la Covid-19, la Fédération de l'Entraide Protestante a lancé cette « Boussole » hebdomadaire, proposant des pistes de réflexion éthiques, spirituelles ou tout simplement humaines sur une question particulière d'actualité vécue au sein des établissements de ses membres... ou par tout un chacun.

La question de la semaine

**Peut-on dire
qu'on en a marre ?**

La parole

*Je me suis enfermé dans le silence,
et plus qu'il n'était bon, je me suis tu.
Ma douleur devint insupportable,
mon cœur brûlait dans ma poitrine.
Obsédé, et brûlé par un feu,
j'ai laissé parler ma langue.*

La Bible : Psaume 39, 3-4

Chemins de réflexion

La distanciation crée l'isolement...

Quand on en a marre, ras le bol, on choisit de s'isoler, se taire, se terrer.

S'enfermer dans le silence et attendre que cela passe, si c'est -Dieu- possible !

Pourtant, ne faudrait-il pas crier à tous vents, à tout va, notre saturation, notre exaspération ?

Dire qu'on est à bout n'est pas tabou !

Se taire est délétère. Parler libère.

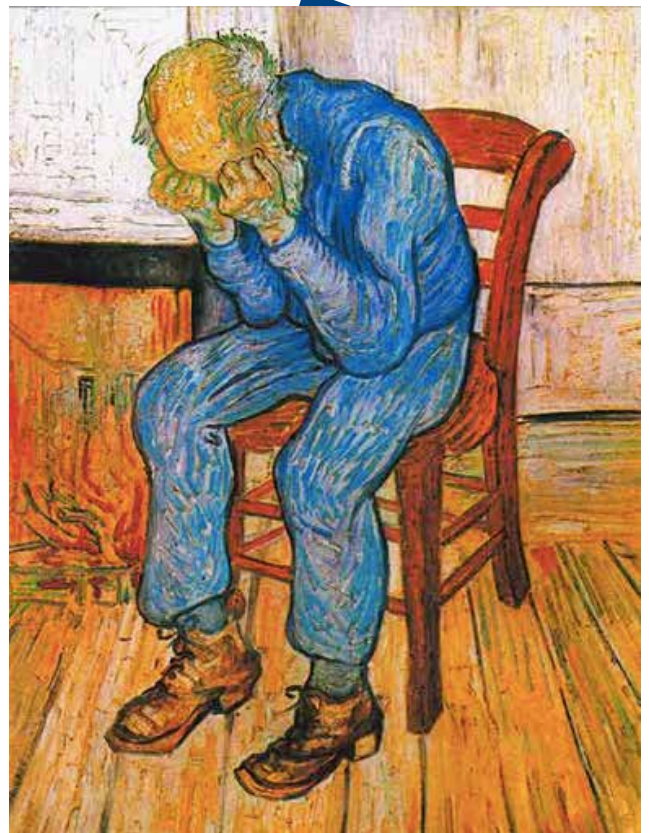
La parole ouvre l'espace de la non résignation, de l'appel à autre chose et nous évite de nous consumer à l'étouffé, enfermés en nous-mêmes.

Le cri est déjà signe de vie, source de vie à retrouver, vers laquelle se tourner.

Oui !

Nous en avons assez et voulons le crier, ouvrir ainsi une brèche où s'engouffre l'Espérance, lumière aperçue au bout du bout, venue du bout du tunnel !

Pasteur Pascal Hubscher. Aumônerie ESMS de l'UEPAL



Vieil homme dans la douleur
Van Gogh

Sortir de mon confinement intérieur

L'auteur du Psaume, le Roi David, nous parle ici de sa prison intérieure : le silence.

« Je me suis enfermé dans le silence, et plus qu'il n'était bon » : David s'est incarcéré lui-même et plus qu'il ne fallait. Ce silence carcéral lui devient insupportable, il doit s'en échapper, il doit parler, il doit se dire à un autre. Alors David parle à son Dieu.

Je me sens proche de ce Roi David quand, dans ma souffrance, je garde trop longtemps le silence.

Oui j'en ai marre de tout garder pour moi.

Trop facile de répondre toujours à un « comment ça va ? » par un « bien et toi ? ».

J'ai parfois l'impression de participer à une partie de ping-pong sans fin... Stop.

J'ai besoin de dire. J'ai besoin d'être écouté, de me raconter à quelqu'un.

Dans cette crise sanitaire qui dure, avec ses deuils, ses malades, cette fracture sociale, ses restrictions, il est peut-être temps de libérer la parole, de sortir du silence pour exprimer son ras-le-bol.

Dans un tête-à-tête ou dans un groupe de parole, peu importe... Respirer... S'évader... Se libérer.

Pierre-Jean Soler, Fondation de l'Armée du Salut

Dire ses besoins, pour sa santé !

Dans certaines situations, il arrive que nous gardions pour nous-mêmes nos ressentis, en les enveloppant de silence : je ne veux peut-être pas déranger en les exprimant. En quoi cela concerne-t-il les autres ? Je ne me sens peut-être pas autorisé à dire ce que je ressens en moi. Serais-je écouté ? Jugé ?

En fait, bien souvent, ce silence n'est qu'apparent. À l'intérieur, ça brûle. Le silence provoque en moi le trouble, et m'éloigne de ce qui est bon pour moi. Voilà bien l'expérience que traverse l'auteur du psaume biblique. Ce qui n'est pas exprimé est souffrance. Le corps même veut parler, et la langue libère de la souffrance.

Contrarié, impatient, fatigué, découragé, abattu... Ces sentiments peuvent m'habiter à la longue face à la crise sanitaire à rebondissements.

Je voudrais tellement que tout rentre dans l'ordre, que tout soit plus simple, que je puisse à nouveau fêter, vivre dans le partage. Mes besoins sont bien là. Alors pour mon bien, je les dis autour de moi !

Bertrand Marchand, Église Protestante Unie du Poitou rural

Des mots pour prier

Seigneur donne nous la force d'exprimer notre lassitude, notre découragement, notre ras le bol de la situation actuelle qui perdure et nous tue à petit feu.

Ne permets pas que nous nous laissions aller au silence qui étouffe nos révoltes, nous enferme en nous-mêmes et nous sépare de toi.

Donne-nous la force du cri, cri de naissance, appel à la vie, retour du souffle après l'apnée : un cri qui vient du plus profond de nous-mêmes, aspiration salvatrice, qui te dit presque malgré nous, un besoin impérieux de reprendre vie.

Donne-nous la force du cri qui ouvre la brèche de nos enfermements et par laquelle ta lumière s'insinue jusqu'à nous.

Oui, Seigneur, réanime-nous pour la vie que tu promets, dès aujourd'hui et pour demain. AMEN

Vous souhaitez vous abonner à cette lettre hebdomadaire ? Écrivez-nous sur information@fep.asso.fr

Retrouvez toutes les Boussoles sur le site de la FEP : www.fep.asso.fr