

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

Comment redonner goût à la vie ?

La parole

Rendez fortes les mains fatiguées, rendez fermes les genoux chancelants.
Dites à ceux qui s'affolent : soyez forts, ne craignez pas.

La Bible, Ésaïe, chapitre 35, versets 3 et 4

Chemins de réflexion

Se souvenir des belles choses

Comment, avec délicatesse, presque sur la pointe des pieds, je peux aller dans cette direction-là, redonner le goût à la vie à qui en a perdu la saveur ?

Je connais moi aussi ce moment, celui où j'ai épuisé mes ressources.

Ce moment où tout est sombre, où on finit par s'éteindre, perdre sa joie, sa sérénité, sa confiance en soi. La solitude comme seule compagne, la mort comme une alternative envisageable.

Et pourtant, je le sais aussi, la vie met sur notre chemin des personnes magnifiques, des moments de bonheur d'une pure intensité. Je sais que la vie est belle.

Je sais qu'en hiver la sève ralentit dans les arbres et que quoi qu'il arrive au printemps elle bouillonne à nouveau. Je sais, au plus profond de moi, qu'il y a un futur qui en vaut la peine, un espace où je suis à ma place, un monde où vivent ceux qui m'aiment et que j'aime...

C'est un moment charnière : reconnaître la vulnérabilité de celui qui est fatigué, chancelant, et affolé. Entendre son appel à l'aide, même s'il n'est que murmuré.

Percevoir aussi l'écho de cette vulnérabilité en moi, sa résonance.

Puiser enfin en mon cœur les ressources pour fortifier, raffermir, rassurer.

Et ensuite, prendre la main, écouter, regarder, se souvenir des belles choses, relier. Allumer une lumière, une bougie.

Prier... espérer... vivre !

Élisabeth Walbaum, déléguée à la réflexion et l'animation spirituelles à la FEP



Garder espoir,
Véronique Legros-Sosa

Maintenir le lien

Un article récent dans mon journal local m'a alertée sur une triste réalité. Si, de manière générale, le taux de suicide baisse en France, il reste relativement élevé chez les seniors – très souvent en lien avec un état dépressif non diagnostiqué et donc non traité.

La dépression est multifactorielle et nécessite un traitement complet mais, pour que cette prise en charge ait lieu, il faut que la personne en souffrance, ou son entourage, ait conscience du besoin – et de la possibilité – de se faire aider. Car, trop souvent, on trouve normal que les personnes âgées perdent goût à la vie et nos présuppositions nous empêchent de repérer les signaux d'alerte.

Prenons donc le temps de nous intéresser aux seniors – et aux autres – que nous côtoyons. Veillons à maintenir, ou à créer, du lien.

N'hésitons pas à téléphoner ou rendre visite pour prendre des nouvelles, ni à proposer des activités simples susceptibles d'aider la personne à profiter de la vie et de lui procurer de la joie.

Nul besoin d'être spécialiste pour sortir dans le jardin, boire un café, ou écouter les souvenirs du passé.

Et, en cas de doute, tout en restant disponible pour maintenir, par ce lien amical, une connexion précieuse à la vie, orientons la personne vers un professionnel de santé qui saura mettre en place l'accompagnement nécessaire.

Alison Wyld, pasteure, Église Baptiste de Morlaix-Roscoff

Être l'aumônier de son prochain

Beaucoup de détenus portent le poids du remord et le sentiment d'une vie gâchée.

En tant qu'aumônier de prison, je n'ai pas la prétention d'être celui qui redonne goût à la vie à ces personnes qui, pour certaines, vont passer plusieurs années enfermées dans quelques mètres carrés !

La parole d'Ésaïe décrit bien notre mission. Mais que dire à ce détenu dont le fils de treize ans vient de mourir et qui pleure tout le temps en ma présence ? Que répondre à cet autre qui me confie :

« J'ai pris seize ans. Vu mon âge et ma santé, je ne sortirai pas d'ici vivant » ?

Dans la cellule, j'écoute, je soutiens, je reste silencieux parfois, je prie, je lis un texte biblique : en tant que croyants nous sommes signes d'une présence de Dieu dans ces lieux de privation de liberté. Mais en dehors de la prison, notre monde sombre et inquiétant peine, lui aussi, à percevoir des signes d'espérance.

Qui oserait nier que toute femme, tout homme aspire à (re)trouver goût à la vie ?

Dans Matthieu 5, Jésus est clair sur cette question du goût :

« C'est vous qui êtes le sel de la terre (et qui êtes lumière du monde). »

Cette affirmation sans ambiguïté ne désigne-t-elle pas chacun comme étant l'aumônier de son prochain ?

Patrick Pailleux, aumônier régional protestant Hauts-de-France

Des mots pour prier

**Seigneur, ce sujet nous attriste et nous met au défi.
Aujourd'hui, nous voulons te remettre ceux qui dépriment,
ceux pour lesquels la vie a perdu son goût.**

**Aide-nous à prendre le temps d'accorder toute notre attention à ceux que nous côtoyons,
sans a priori ni préjugés.**

**Donne-nous la patience nécessaire pour les écouter,
et le discernement pour savoir quand il faut proposer une aide professionnelle spécialisée.
Nous prions en comptant sur ton amour bienveillant pour les faibles que nous sommes.**

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