

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

Pour quoi garder le sourire ?

La parole

Quand je leur souriais, ils n'osaient pas y croire, guettant sur mon visage un signe bienveillant.

La Bible, Job, chapitre 29, verset 24

Chemins de réflexion

Je souris aux êtres humains

Hier, j'ai souri à une inconnue dans la rue. Ses traits se sont détendus, et elle m'a souri à son tour. Nous avons échangé un bonjour et nous avons continué nos chemins respectifs. Notre micro-échange m'a fait du bien. Et à elle ? Je ne sais pas, mais je peux l'espérer.

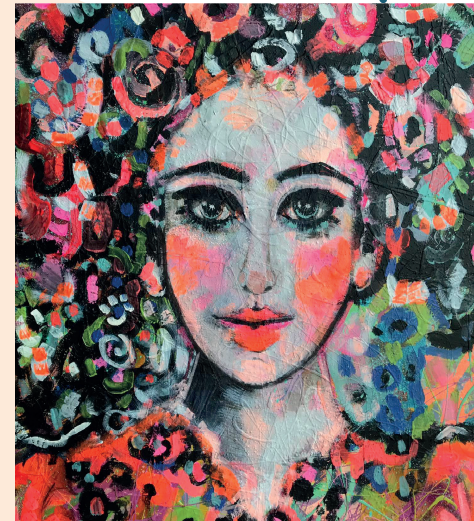
Enfant, on m'a éduquée à regarder les personnes dans les yeux et à sourire à l'occasion de chaque rencontre. Adulte, je garde le réflexe. Dans la rue, dans les magasins, à l'église, mais aussi dans mes déplacements et lors de mes rendez-vous à la maison d'arrêt, j'accompagne en général mon bonjour d'un sourire.

Petite précision utile : je n'ignore ni les difficultés, ni les injustices subies par tant de personnes. Je ne souris pas au monde. Je souris aux êtres humains. Aux hommes, aux femmes et aux enfants que je croise au quotidien.

Mon sourire n'est pas forcé, il vient tout naturellement. Il communique en toute simplicité mon plaisir et ma joie de partager ce moment, qu'il soit bref ou long, avec celle ou celui qui se trouve en face de moi.

Il ouvre un espace de communication, profonde ou momentanée, entre deux personnes sur la base d'une humanité partagée.

Alison Wyld, pasteur, Église baptiste de Morlaix-Roscoff



Spring,
Sophie Jourdan

Ma bienveillance est contagieuse

Parmi les quatorze habitudes des gens heureux, le sourire vient en troisième position. Le bonheur précède le succès et non l'inverse !

Sourire est un choix, une intention, une relation à l'autre, à la vie. C'est une disposition intérieure, affranchie d'une plénitude liée à la qualité de notre environnement. Sourire est un choix donc, mais aussi une prise de risque. Sourire engage une relation avec l'autre, une communication bienveillante, une disposition de cœur.

Et si le sourire naissait de ma certitude d'être aimé de Dieu, de mon sentiment de sécurité dans ses mains quelles que soient les circonstances, bonnes ou mauvaises ?

Alors mon sourire pourrait contaminer ceux que je côtoie. En famille, dans les transports en commun, au travail, les occasions de sourire sont nombreuses. Elles peuvent transformer l'ambiance, et même aider l'autre, les autres.

Sourire à la vie, sourire à autrui ouvre dès lors le champ des possibles. L'infirmière, l'aumônier, l'éducateur... établissent une relation différente avec un sourire.

Quand je souris, l'autre devient mon égal en humanité. Son regard s'illumine si mon sourire est sincère. Son cœur est touché, ma bienveillance est contagieuse. Soyons fous : sourions !

Philippe Aurouze, pasteur, aumônier national protestant des prisons

Un sourire peut tout changer

Avoir le sourire, c'est très important. Le garder l'est tout autant.

Ce n'est pas toujours facile face à certains bénéficiaires de l'aide alimentaire, quelquefois irascibles.

C'est dur pour ces personnes de venir chercher à manger pour survivre. Elles sont dans des situations dramatiques. Elles ont besoin de se sentir accueillies, respectées. On est là pour les aider. Je ne conçois pas un accueil sans sourire.

Les bénévoles sont joyeux, ils ont choisi de s'engager, ils viennent de bon cœur à la distribution alimentaire et travaillent dans la bonne humeur. L'ambiance dans l'équipe est essentielle.

Quand on sourit, on sent que les personnes se détendent. Après, il y a les mots, la façon dont ils sont prononcés ; le sourire s'entend. La manière de donner le colis alimentaire aussi est importante. Mais le sourire, il vient en premier. Il met à l'aise.

Souvent, il est communicatif.

On ne sourit pas sur commande. Le sourire ne fait pas partie d'un protocole d'accueil, il vient du fond de soi, de ce qu'il y a dans notre cœur, de la bienveillance qui nous anime. Sourire et bienveillance vont souvent de pair.

Quand je souris, j'allume une petite lumière sur le chemin sombre et incertain que la personne accompagnée emprunte. Un sourire peut tout changer.

Sourire, c'est prendre des risques mais un sourire peut ouvrir une porte.

Michelle Merlet, bénévole, Diaconat protestant de Nantes (44)

Des mots pour prier



Merci mon Dieu pour ton regard bienveillant.

Merci pour ton amour inconditionnel.

Il remplit mon cœur et me comble.

En retour, je souhaite communiquer cette plénitude par mon sourire.

Aide-moi à sourire à la vie et aux autres en toutes circonstances.

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