

« Ne nous énervons pas !!! »

Bonjour, la patience !

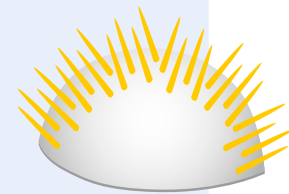


Objectifs

Apprendre à nous montrer plus patients dans nos relations, en surmontant notre point de vue afin d'accueillir celui de l'autre. Prendre conscience des effets positifs et bénéfiques de la patience sur nos relations.

Où nous en étions restés...

Lors de notre précédent rendez-vous, nous nous étions engagés à combattre la colère en enlevant un à un les piquants de notre armure. Essayons d'échanger sur ce que nous avons vécu.



- Cet exercice nous a-t-il appris quelques petits « secrets » pour devenir plus patients ?
- Avons-nous en mémoire une expérience parlante ? Qu'est-ce qui nous a semblé facile ou, au contraire, plus difficile ?

Quelques expériences

Un jour, je jouais au ping-pong avec un garçon mais, comme je le trouvais antipathique et qu'il ne savait pas jouer, dès le début je n'avais plus envie de continuer. Pourtant, j'ai décidé de l'aimer et, patiemment, je lui ai appris quelques astuces. **J'ai vu qu'il était de plus en plus heureux de jouer avec moi, et cela m'a donné une grande joie.**

M. [Allemagne]



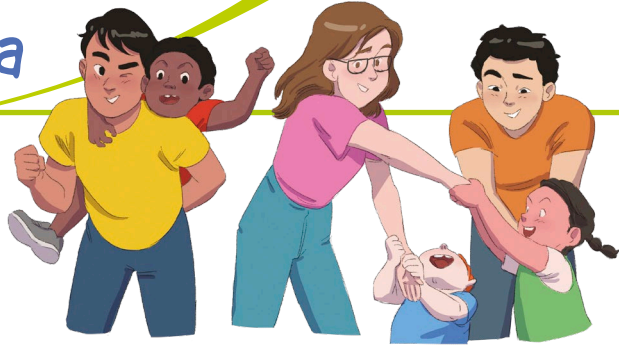
Récemment, ma famille s'est agrandie avec l'arrivée de ma petite sœur, Anne Marie, qui a maintenant deux mois. Vous pouvez imaginer qu'elle nous donne beaucoup de joie, mais aussi beaucoup de travail en plus, surtout à maman, qui doit s'occuper d'elle en permanence et qui est un peu fatiguée.

Souvent, cela me demande une bonne dose de patience, comme lorsqu'Anne Marie pleure juste au moment où je suis en train d'étudier, ou que je dois renoncer à ce que j'avais prévu de faire pour l'aider à s'endormir en la berçant. **Même si j'essaie de faire chaque chose par amour, parfois je suis fatigué et aimer me demande plus d'efforts. Pourtant, je**

sais que la seule façon de briser ce frein en moi, c'est de me remettre à aimer en premier.

Comme maman n'arrive pas à tout faire, souvent, en rentrant de l'école, je mets la table et je fais la vaisselle pour lui permettre de se reposer un peu. Avec mes frères et sœurs, ce n'est pas toujours facile, parce que j'ai l'impression qu'ils ne font pas toute leur part. **Dans ces moments-là, j'ai envie d'abandonner et de me replier sur moi-même. Mais, très vite, je m'y remets, parce qu'un jour, dans un discours aux Gen 3, Chiara a cité une phrase de saint Jean de la Croix : « Là où il n'y a pas l'amour, mets l'amour et tu trouveras l'amour. »**

M. [France]



LA PATIENCE

La patience est le contraire de la colère. À peine Jésus est-il né que sa vie est déjà menacée. En effet, le roi Hérode, qui gouverne la Galilée, a entendu parler d'un roi des juifs qui doit naître à ce moment-là.

Alors, de peur que cet enfant lui confisque plus tard son trône, Hérode ordonne à ses soldats de tuer tous les enfants de la région.

La Vierge ne se met pas en colère contre la méchanceté de ce roi : elle ne manifeste pas son mécontentement, mais grâce à la vertu de la patience elle se prépare, avec Joseph, à fuir en silence en Égypte afin de sauver la vie de Jésus.

Chiara

Chiara Lubich,
congrès gen 3, 1973, Rocca di Papa :
« NON AUX VICIES, OUI AUX VERTUS »¹

¹ Chiara Lubich, Génération arc-en-ciel,
Nouvelle Cité, 1996, pp.31-39.

Vidéo disponible sur le site
<http://assistentigen3.focolare.org>
en IT – EN – ES
et PPT, version internationale

Jésus nous dit : « Quiconque se met en colère contre son frère en répondra au tribunal » (Mt 5,22). Cela signifie que toute personne qui veut être son disciple doit renoncer à l'homicide, mais aussi à une simple colère intérieure ou à la moindre parole blessante à l'encontre d'un frère.

Bien sûr, Jésus **ne parle pas ici de ces réactions spontanées** qui peuvent nous échapper et que nous regrettons aussitôt, **mais de certaines attitudes intérieures de colère, intentionnelles et que nous cultivons**, qui finissent par exploser en paroles et en gestes offensants envers notre prochain.

Cette parole de Jésus nous pousse certes à nous interroger sur notre façon d'agir, de parler et de traiter notre prochain. Mais il semble surtout vouloir attirer notre attention sur les origines de nos actions, qui se trouvent dans notre cœur.

En effet, par souci des convenances, parfois nous parvenons à ne pas offenser les autres et à éviter le conflit ouvert avec eux. Or, **quelle est notre vraie attitude intérieure envers eux ?**

Sommes-nous sincèrement bien disposés, prêts à perdre nos idées pour aller vers eux ? Faisons-nous l'effort de surmonter les différences qui nous séparent ? Sommes-nous capables d'abattre toutes les barrières présentes en nous, faites d'antipathie, de ressentiment, de rejet etc. ? En un mot : **notre attitude est-elle guidée par l'amour ?**

Si c'est le cas, nous sommes vraiment sur la route que Jésus nous trace. Alors, nous réussirons à vivre cette parole, en nous engageant, une nouvelle fois, à aimer chaque prochain comme si c'était Jésus.

Chiara

Chiara Lubich,
Texte adapté de la parole de vie
de février 1987

LA PATIENCE au temps de Jésus

Texte biblique de référence : Mt 18, 21-35

Pardonnez soixante-dix fois sept fois

DÉROULEMENT :

avant de commencer la lecture de ce passage de la Bible, on disposera, dans les angles de la pièce, quatre pancartes où figureront différentes affirmations sur le pardon, par exemple :

« Je ne pardonne jamais »

« Il m'arrive de pardonner à une personne qui m'a fait du tort »

« Je pardonne souvent parce que je sais que nous pouvons tous faire des erreurs, même si cela m'est parfois difficile »

« Je pardonne toujours aux autres »

On demandera aux membres du groupe de se diriger chacun vers la pancarte qui lui semble le mieux correspondre à sa situation. Les membres de chaque petit groupe réuni autour de la pancarte expliqueront les raisons pour lesquelles ils sont venus là, raconteront une expérience. Après ce temps d'échange (entre 5 et 15 minutes en fonction du nombre de personnes), chaque groupe fera un compte rendu.

Si nous voulons savoir ce que Jésus a dit sur le pardon, nous pourrons lire ensemble cet extrait de l'Évangile. Pour pardonner comme Jésus nous l'enseigne, nous avons besoin de nous entraîner à être plus patients.

Passons à l'action

Afin de mettre davantage en pratique cette vertu, on cherchera à rencontrer un « **témoin de la patience** ». On choisira une personne (ou un groupe) ayant une certaine expérience de la vertu de la patience, acquise grâce à son histoire personnelle ou à sa profession. Ce peut être un enseignant, un infirmier, un serveur, un avocat, un de nos grands-parents (ou notre grand-père et notre grand-mère) ou encore une association. Soit on invitera ce témoin sur le lieu où se déroulera l'entrevue, soit on ira le voir chez lui ou bien sur son lieu de travail. L'objectif consiste à faire prendre conscience aux jeunes de l'importance de la patience au sein de la société, dans le monde du travail et dans la vie privée.

On pourra **faire connaissance en jouant aux devinettes** : en posant des questions auxquelles le témoin pourra répondre seulement par oui ou par non, les jeunes devront découvrir son identité, ses caractéristiques et son travail. Passée cette première phase, ils pourront conduire l'échange à la manière d'une interview. Voici quelques questions pour nous guider :

- Qu'est-ce que la patience pour toi ? Quelle importance a-t-elle dans ta vie ? Pourquoi ?
- Peux-tu nous raconter un fait concret où tu as su être patient(e) ?
- Que fais-tu pour garder ton calme quand tu aurais envie de te mettre en colère ?



