

GPS du 28 avril 2020

Tous les utilisateurs de GPS se sont un jour fait cette remarque : « *je n'aurais jamais trouvé mon chemin sans cet appareil* ». De fait, même si l'on sait généralement où on veut aller lorsque l'on se met en route, on ne sait pas toujours *comment* y arriver.

Il en va ainsi de notre confinement : on voit à peu près bien qu'il va nous mener à la reprise d'une forme de « vie normale », mais on n'imagine pas par quels chemins difficiles il va encore nous faire passer avant d'y parvenir. Pas très rassurant. C'est pourquoi la Pastorale de votre Ensemble Scolaire a décidé de marcher à vos côtés. Pour vous aider à tenir bon ! Pour vous apporter une lumière d'Espérance à travers une valeur forte lasallienne, chaque semaine. Depuis le début du confinement on nous dit de « prendre soin de nous et des autres » : alors commençons par réfléchir à la valeur qu'il y a derrière cela : la bienveillance !

La valeur de la bienveillance

La bienveillance, c'est veiller sur le **bien** de quelqu'un. Ce quelqu'un, cela peut-être vous-même ou un autre. Or, avec le changement de vie qu'il a impliqué et le stress lié à la situation actuelle, le confinement peut générer des tensions intérieures et entre nous. Nous voyons bien que nous devenons plus sensibles au fur et à mesure que les jours passent.

Plutôt que le repli sur soi pour se protéger de l'autre et de nos peurs, adoptons l'attitude de **la gratitude, cette attitude de bienveillance par excellence** ! La gratitude transforme le regard que je porte sur l'autre. C'est une clé pour traverser cette période dans la paix et pour retrouver l'espérance pour soi et pour les autres. La gratitude ne reproche pas, elle ne juge pas, elle n'enferme pas. Au contraire, elle encourage, elle valorise et fait mémoire des bonnes choses. Pensons par exemple à remercier notre conjoint, nos parents, notre enfant, nos élèves, nos professeurs, nos soignants, nos voisins : pour un verre d'eau servi, un pantalon repassé, une table débarrassée, un travail appliqué, une réponse apportée à notre question, des soins donnés aux personnes malades, une attention gratuite ...

La gratitude fortifie. Cela fait tellement de bien de dire du bien à l'autre ou d'entendre de sa part qu'il nous dit du bien, nous veut du bien ! Et cela commence par être bienveillant avec vous-même !

Alors c'est parti : trois pas de danse, un bain chaud, une bonne musique, 10 min les yeux fermés dans le canapé, un carré de chocolat, une belle table, des frites, chanter ou applaudir à 20h, un bouquet de fleurs (en papier), une coupe de quelque chose avec des bulles, un simple merci ou un sourire, n'importe quoi qui manifestera votre capacité à prendre soin de vous et à être au service du bien de l'autre ! **WE DID IT** !

« Souris au monde et le monde te sourira » !

Savez-vous à qui appartient cette devise ? A saint Jean-Baptiste de la Salle ! *Convaincu qu'on ne peut chasser la solitude que par la solidarité et la joie, il n'a cessé de parcourir le monde pour conjuguer le verbe aimer partout où il passe. Pétillante personnalité que celle du fondateur des Frères des Écoles Chrétiennes, communauté qui est, de nos jours, plus prospère que jamais : présence effective dans 79 pays du monde, 90.000 éducateurs, en partie laïcs, 4.500 frères et un million d'élèves et étudiants de tous âges, un millier d'œuvres éducatives lasalliennes du jardin d'enfants aux centres universitaires.*

« Souris au monde et le monde te sourira » !