

**1) Enseignement : Prendre soin de nos blessures. Comment les guérir spirituellement et psychologiquement.**

**Retraite des Équipes Notre-Dame<sup>1</sup>. Champ Borne (La Réunion), le 12 février 2022.**

**Fr. Manuel Rivero O.P. (assistant religieux).**

**Chacun de nous porte dans son corps, dans son cœur et dans son âme la trace des blessures physiques, affectives et spirituelles.**

**Que pouvons-nous en faire ? Tout d'abord les reconnaître sans tomber dans la tentation du refoulement ou du déni.**

**Un jour où je disais à un ami pédiatre qu'il était sûrement difficile de connaître les maladies des enfants qui ne parlent pas, il m'avait surpris en déclarant : « Détrompe-toi, les adultes t'induisent parfois en erreur ! ».**

**Saint Augustin (354-430), évêque en Afrique du Nord et grand docteur de l'Église, a écrit dans les *Confessions* : « Nous n'aimons pas que l'on nous mente et pourtant nous nous mentons parfois à nous-mêmes ! ».**

**Le premier pas consiste à faire un acte de vérité qui rend libre en reconnaissant que des blessures ont marqué mon passé et probablement mon présent.**

**Je vous invite à faire une démarche concrète en dessinant le fleuve de votre vie sur une feuille format A4 à l'horizontale. Vous pouvez prendre un selfie de votre histoire en traçant une ligne, avec des hauts et des bas, depuis votre naissance jusqu'à maintenant. Il s'agit d'une relecture de votre existence en présence de Dieu et à la lumière de la Parole de Dieu. Vous pouvez signaler sur votre ligne des dates et des événements importants. Vous pouvez aussi reprendre les événements de la Bible pour les appliquer à votre vie : Paradis, paradis perdu, exode, Terre promise, exil, nouvelle naissance, rencontre avec le Christ, guérison des blessures, Pâque (« passage »), résurrection, Pentecôte  
...**

---

<sup>1</sup> <https://equip-es-notre-dame.com/> . Le DSA (Devoir de s'asseoir) consiste en une rencontre cœur à cœur des conjoints, dans un climat de prière, où ils abordent les sujets délicats et non exprimés habituellement : comment ça va ? ; y a-t-il quelque chose qui te dérange ? ; y a-t-il quelque chose que tu aimerais ? Chacun parle sans que sa parole soit coupée et le conjoint le remercie pour la franchise.

**Le Christ agit en médecin des corps et des âmes. Il guérit par son Esprit qui est Amour. Seul l'amour, plus fort que les puissances du mal et du malin, parvient à faire des croyants des créatures nouvelles.**

**Notre prière se déploie dans un acte de foi : Je suis blessé. Je ne peux pas me guérir tout seul. J'ai besoin de la grâce de Jésus. J'ai besoin d'être sauvé. Je lui présente mes blessures cachées et visibles afin que son Amour transforme le fiel en miel, l'amertume en douceur, le repliement en dialogue, le mutisme en partage, les révoltes en confiance, le scepticisme dans la joie d'être sauvé, la routine en créativité.**

**Dieu peut et veut faire du neuf dans ma vie.**

**Demande de pardon : La prière devient alors louange pour la bénédiction divine reçue et demande de pardon pour le manque de foi en Jésus, dont le nom veut dire « Dieu sauve », « Sauveur ».**

**Je pense aussi aux blessures que j'ai pu infliger à d'autres en commençant par mon conjoint. Dans l'échange prévu en couple, j'ouvre mon cœur à l'autre pour lui demander pardon pour les blessures que j'ai pu occasionner. Je lui donne aussi l'occasion de s'exprimer sur les souffrances ressenties et non encore exprimées.**

**Dans le sacrement du mariage qui est une participation à la grâce pascale, de mort et de résurrection de Jésus le Christ, le conjoint peut crucifier l'autre mais il peut aussi le ressusciter par sa confession de foi, d'amour et de pardon.**

**Il est possible de lire l'évangile du Bon Samaritain (Lc 10, 25-37). Mon conjoint peut ressembler à ce blessé sur le bord de la route que je ne veux pas voir, car il y a d'autres urgences vécues au nom de grands principes, à l'exemple du prêtre ou lévite qui, en voyant le blessé agressé par des bandits, sont passés outre. Je peux être ce bon Samaritain qui s'arrête et qui prend soin des blessures. Hélas, je peux laisser à d'autres cette mission de Bon Samaritain et pousser mon conjoint vers l'adultère.**

**Le prochain le plus proche est bien le conjoint. Parmi les souffrances figure la solitude ou plutôt le sentiment d'être mis à l'écart, isolé malgré soi.**

**Chacun peut devenir blessé-guérisseur, ayant connu des blessures il s'avère plus facile de compatir aux douleurs des autres. Les blessures qui sont des ouvertures comme les plaies du Christ ouvrent alors nos cœurs fermés à la souffrance des proches.**

Ressuscité d'entre les morts, Jésus a présenté ses blessures à l'apôtre Thomas et aux dix autres apôtres, Judas s'étant pendu dans son désespoir. Si Jésus a choisi de communiquer avec ses blessures, nous, en bons disciples, nous avons à imiter la communication de notre Sauveur en nous rapprochant des autres par nos blessures.

Quelle est la plainte la plus fréquente des épouses par rapport aux maris ? Le manque de communication ! La femme veut entendre l'homme qu'elle aime. « La femme est fécondée par l'oreille », dit un proverbe africain. Pour l'homme, faire c'est dire. Pour la femme, faire c'est bien, mais elle a besoin de verbaliser les sentiments et le sens des actions. Le silence demeure ambigu. Il convient d'explicitier.

Les époux peuvent réfléchir un moment à leur manière d'échanger. Le conjoint dit-il « je » ou a-t-il du mal à parler de lui-même ? Quel est le contenu et le niveau de la communication (films vus à la tv ; nouvelles ; évolution intérieure, vie de prière et de foi ...).

Si le bonheur se trouve dans la communication, le malheur réside dans l'absence de communication. L'appétit vient en mangeant ! Plus la communication se développe et plus les conjoints ont des choses à se dire et à partager.

Les vieux couples conseillent d'aborder les sujets délicats ou pénibles à la fin du repas et non quand le conjoint traverse la porte de la maison, fatigué et affamé !

Prier ensemble soude les familles comme le rappelait la devise d'un programme d'une radio catholique : « Ceux qui prient ensemble demeurent ensemble ».

La prière en couple semble difficile alors que la prière en famille avec les enfants se déroule plus aisément. C'est un défi à relever que de prier en couple en ouvrant son cœur. La prière constitue un grand moment de communication. Et ne pas prier ensemble représente un handicap dans l'union conjugale. La bénédiction de la table donne du sens au travail dans l'action de grâces au Créateur. La prière du soir introduit dans la paix en chassant les peurs et en enlevant les sujets de discorde qui ont pu être vécus dans la journée.

Les conjoints peuvent demander pardon au Seigneur pour leur manque de foi.

**Demander de pardon pour les scandales, occasions de chute au sens étymologique, provoqués par des comportements en désaccord avec l'Évangile. Scandale qui amoindrit la foi du conjoint. Scandale qui fragilise la foi des enfants.**

**Les époux peuvent demander la grâce au Seigneur de croire qu'ils peuvent devenir blessés-guérisseurs dans leur famille.**