

Transmettre. C'est en étant accompagné, dans un retour sur ce qu'il a ressenti, que l'enfant pourra comprendre ce qui a pu engendrer son emportement.

la question posée par Sidonie (5 ans)

Que se passe-t-il quand je me mets en colère?

●●● *lui-même, prenant la condition d'esclave et devenu semblable aux hommes* » (Ph 2, 6-7).

Le père Pierre de Martin de Viviés rapproche cette lettre d'un passage moins connu, issu du Livre d'Isaïe. Alors que le peuple hébreu, esclave à Babylone, accuse Dieu de l'avoir trahi et abandonné, Dieu lui répond : « *Par tes péchés, tu as fait de moi un esclave* » (Es 43, 24). L'humanité aurait donc réduit Dieu, censé être tout-puissant, à l'esclavage ?

C'est bien ce que semble affirmer Jésus quand il répète qu'il est venu pour servir et non pour être servi. Le geste du lavement des pieds est emblématique de cette attitude, que les disciples du Christ sont invités à adopter à l'égard de leurs frères.

— Le christianisme abolit-il l'esclavage?

Pour le père Pierre de Martin de Viviés, « *le projet de Dieu est de faire entrer l'humanité dans une relation d'amour, de filiation, et non plus de servitude comme c'était le cas avec les divinités païennes* ». Le nom du dieu Baal, par exemple, voulait précisément dire « maître ».

« *Il n'y a plus ni juif ni grec, il n'y a plus ni esclave ni homme libre, il n'y a plus l'homme et la femme, car tous, vous ne faites plus qu'un dans le Christ Jésus* » (Ga 3, 28). À de nombreuses reprises dans ses épîtres, Paul affirme qu'en Jésus, les catégories sociales s'effacent.

Cette « abolition » symbolique (la réelle n'interviendra bien sûr que beaucoup plus tard) est au cœur de la brève Lettre de saint Paul à Philémon, où il le prie de considérer son esclave Onésime comme un « frère bien-aimé ». « *Accueille-le comme si c'était moi. S'il t'a fait du tort ou qu'il te doit quelque chose, mets cela sur mon compte. Moi, Paul, j'écris ces mots de ma propre main : c'est moi qui te rembourserai* » (Phm 17-19).

Mélinée Le Priol

(1) Pour expliquer le judaïsme à mes amis, 2013, Éd. In press, 230 p., 20 €.

Après une grosse colère, Sidonie sanglote dans les bras de sa maman : « *Je n'arrive pas à m'arrêter...* »

La colère, comme la peur ou la joie, est l'expression d'une émotion intérieure propre à tous les humains. C'est un signal d'alarme qui nous prévient que quelque chose ne va pas. Ce signal s'amplifie quand on ne réussit pas à trouver les mots pour faire comprendre aux autres ce que l'on éprouve. Face à cette impuissance, le flot déborde et emporte tout. Mais ce « débordement » n'est pas négatif en soi, c'est la violence qu'elle entraîne qui n'est pas acceptable !

Alors comment aider un enfant à décrypter cette colère qui « s'empare de lui » ? Comment l'aider à en déjouer les mécanismes ?

Les adultes sont souvent tentés d'étouffer les colères enfantines, parce qu'elles dérangent. Mais, selon les psychologues, il est important que l'enfant puisse l'extérioriser. Certains spécialistes préconisent même d'utiliser « un coussin de colère » pour permettre à l'enfant de libérer son trop-plein émotionnel. Le rôle essentiel de l'éducateur étant de ne pas empêcher l'enfant d'éprouver des émotions, mais plutôt lui fournir de bons moyens de les exprimer !

Une fois la crise passée, il faut aider l'enfant à extérioriser autrement ce qui s'est passé quand il sentait la colère monter « *comme un petit volcan* ». Repérer avec lui les signes physiques ressentis : se sentait-il bouillir intérieurement ? Est-ce que ses jambes tremblaient ? Son cœur battait-il très fort ? Peu à peu, il pourra comprendre ce qui a pu engendrer son emportement.

Certes ces prémices « d'examen de conscience » ne sont pas faciles avec un tout-petit, mais ils sont autant d'occasions pour sensibiliser sa « responsabilité » envers ceux qui l'entourent.

Enfin et surtout, apprenons à notre enfant à regarder vers l'avenir, à comprendre qu'il peut toujours progresser. Pourquoi ne pas lui raconter quelques grands actes hé-

roïques qui démontrent comment la colère, lorsqu'elle est canalisée, peut être une formidable énergie pour agir et changer le monde. C'est la colère qui a donné à ces hommes

et ces femmes héroïques la force de dénoncer haut et fort l'injustice, d'opposer un non catégorique face à une situation intolérable !

La rédaction de Pomme d'Api Soleil

dans la Bible

La colère divine, d'après l'Évangile de Matthieu 12,30-37

« **Celui qui n'est pas avec moi est contre moi ; celui qui ne rassemble pas avec moi disperse. C'est pourquoi, je vous le dis : tout péché, tout blasphème, sera pardonné aux hommes, mais le blasphème contre l'Esprit ne sera pas pardonné. Et si quelqu'un dit une parole contre le Fils de l'homme, cela lui sera pardonné ; mais si quelqu'un parle contre l'Esprit Saint, cela ne lui sera pas pardonné, ni en ce monde-ci, ni dans le monde à venir. Prenez**

un bel arbre, son fruit sera beau ; prenez un arbre qui pourrit, son fruit sera pourri, car c'est à son fruit qu'on reconnaît l'arbre. Engance de vipères ! Comment pouvez-vous dire des paroles bonnes, vous qui êtes mauvais ? Car ce que dit la bouche, c'est ce qui déborde du cœur. L'homme bon, de son trésor qui est bon, tire de bonnes choses ; l'homme mauvais, de son trésor qui est mauvais, tire de mauvaises choses. Je vous le dis : toute parole creuse que prononceront les hommes, ils devront en rendre compte au jour du Jugement. D'après tes paroles, en effet, tu seras reconnu juste ; d'après tes paroles, tu seras condamné. »

Pour aller plus loin

À partir de 3 ans

Au fil des émotions. Dis ce que tu ressens, de Cristina Nunez et Rafael R. Valcarcel. Préface d'Alexandre Jollien. Gautier-Languereau ; 15 €

Grosse colère, de Mireille d'Allancé, École des Loisirs Poche, 5 €.

Dès 6 ans

Pourquoi je me mets en colère ? d'Oscar Brenifier, ill. Jacques Després, Nathan, 7,95 €. Évelyne Montigny

Publicité

FONDER

PROGRESSER

APPROFONDIR

Croire & Comprendre
1, 2, 3

une formation modulable de niveau universitaire en 1, 2 ou 3 ans

en théologie et en philosophie, dans l'esprit de la pédagogie jésuite

Centre Sèvres - Paris
Facultés jésuites

Informations :
secretariat@centresevres.com - +33 (0)1 44 39 56 14
www.centresevres.com