

SPIRITUALITÉ ET TÂCHES MÉNAGÈRES



Et si les gestes les plus simples et parfois les plus ingrats de la vie domestique pouvaient être l'occasion d'une conversation avec Dieu ? Dieu nous parlerait-il même dans les tâches ménagères ? Prier... et faire le ménage en même temps : cela paraît choquant ! Mais faire le ménage... et prier en même temps ? Une proposition originale pour une spiritualité incarnée !

90

SPIRITUALITÉ

SPIRITUALITÉ ET TÂCHES MÉNAGÈRES

Adroite, la poétesse crée pendant qu'elle fait ses courses, munie de solides bottes d'hiver.

Ce petit poème m'accompagne depuis des années. L'expression « adroite » dans le texte indiquait un petit dessin montrant une « petite vieille », yeux pétillants, cabas au bras et fichu noué sous le menton : à ses pieds, des chaussures hautes à lacets. Le texte était en néerlandais et je ne me souviens pas de l'auteur. Mais cette poétesse-là m'accompagne depuis et elle me rappelle qu'une activité banale et répétitive peut justement être le lieu où le Souffle créateur nous rejoint.

DE QUOI S'AGIT-IL ?

Cette fiche contient quelques propositions pour favoriser l'intégration de la vie spirituelle à la vie quotidienne et matérielle. Son objectif est de transformer ce qui peut être vécu comme une corvée en lieu de ressourcement. Ce qui suit a été abordé dans

des prédications et dans des rencontres de préparation au mariage. Elle contient surtout l'expérience personnelle d'une chrétienne qui essaye d'être pleinement présente dans son rôle de mère de famille. Cependant, je suis convaincue que ces propositions peuvent être vécues par des hommes et des femmes de toute condition de vie, pourvu que leur santé leur permette une activité physique.

Cette fiche donne des recettes à essayer, non pas un plat préparé tout prêt. Ce ne sont pas des poèmes, mais des mises en route pour devenir le poète de sa vie. Il faut mettre la main à la pâte et laisser le temps de la « levée » et de la cuisson pour savourer le goût de l'expérience.

Ce sont des exercices spirituels qui portent leur fruit dans le temps. Les propositions sont à usage individuel. Les souvenirs et les réflexions qu'elles suscitent peuvent être repris dans un entretien en couple,

un partage en groupe ou dans un entretien avec un pasteur.

Vous trouverez deux types de propositions :

- des exercices à vivre dans le secret du cœur ou du journal intime, avec une Bible ouverte ;
- des suggestions à mettre en œuvre tablier noué, balai en main.

MISE EN ŒUVRE : PROPOSITIONS CONCRÈTES

Décider à l'avance combien de temps on souhaite consacrer à chaque étape (entre 30 et 60 minutes). S'organiser pour ne pas être distrait par le téléphone. Chaque étape peut être reprise.

LIRE LUC 10, 38-42. JÉSUS EN VISITE CHEZ MARTHE ET MARIE

Imaginer la scène : la maison, le mobilier, les plats et leurs odeurs, les vêtements. Quel rôle voudrais-je jouer si je participais

à une mise en scène ? Que dirais-je, à qui en pareille situation ?

Dans mon rapport aux tâches ménagères, suis-je plutôt inquiète agitée, toujours sur la brèche, ou est-ce que je laisse facilement le travail à d'autres, quitte à ce que rien ne se fasse ? Réfléchir en soi-même.

Conclure en s'adressant à Jésus, faire le point. Lui parler « comme un ami parle à son ami » et mettre en pratique les conclusions que je tire de cet entretien.

LIRE LUC 6, 31. « JÉSUS DIT : TOUT CE QUE VOUS VOULEZ QUE LES GENS FASSENT POUR VOUS, FAITES-LE DE MÊME POUR EUX. »

Comment j'entends cette parole face au ménage à faire chez moi ?

Cette parole m'aide-t-elle à me mettre au travail ? Pourquoi ? Est-ce que je ressens de la colère ? Envers qui ? Pourquoi ? Est-ce que je ressens de la joie ? De la honte ?

Dans la prière, dire à Jésus ce que je ressens. Faire silence. Demander qu'il m'inspire une juste compréhension de ce commandement, et le courage de le mettre en pratique. Rendre grâce pour le temps passé ensemble.

QUELQUES SUGGESTIONS POUR FAIRE DES MOMENTS DE MÉNAGE DES MOMENTS D'INTIMITÉ AVEC DIEU

- Avant de commencer, demander à Dieu de me garder dans la joie, la simplicité et la miséricorde pendant le travail. Nourrir cette attitude au cours des travaux.
- Être attentive à ma respiration, à mes mouvements, à mes os et mes muscles – c'est moi qui fais le ménage, je suis présente à moi-même.
- Chanter, intérieurement ou à haute voix, un cantique, un refrain simple. Mettre une musique qui m'aide à rester dans la louange.
- Se réjouir de l'avance, plutôt que de se plaindre de ce qui reste à faire.
- S'émerveiller de la lumière, de la beauté et de la vitalité de ce qui m'entoure, ou que je suis en train de rétablir : partager la joie de Dieu qui vit que sa création était bonne.
- Ne pas chercher à tout maîtriser : l'ordre de la création comporte du désordre.
- Se donner une limite dans le temps, prévoir des moments de pause afin de ne pas s'essouffler : Dieu aussi se reposa.
- Si j'estime que l'ampleur de la tâche qui m'incombe est injuste, admettre la colère envers la ou les personne(s) qui ne prend pas sa part, puis réfléchir à une manière constructive de rétablir l'équité.
- Être consciente que mon environnement influence mon état d'esprit, et *vice-versa*. Faire des choix en assumant ma responsabilité dans l'aménagement de mon lieu de vie : responsabilité envers

ceux qui partagent le même toit, dont moi-même, et envers l'environnement au sens large.

Après avoir rangé les outils, rendre grâce pour le temps passé ensemble et pour avoir pu accomplir la tâche. Demander à être gardée dans la joie, la simplicité, la miséricorde, selon l'évangile.

Personne ressource
Pasteure Ariane Massot

ARIANE MASSOT



Merci Seigneur de nous avoir donné des oreilles pour entendre ta parole, des cœurs pour comprendre ta volonté, des mains pour construire notre avenir. Nous voulons taire les bruits de notre ego afin de nous rapprocher de toi et du prochain. Touche-nous vivement par ta présence, transforme chacun de nous en une partie de ton corps, et réunis nous tous au sein de ton œuvre pour le monde que tu aimes tellement à jamais.

WOO-SEONG LEE,
Pasteur coréen.