

Frustrés !

<https://soundcloud.com/eel-toulouse/frustres>

Lecture biblique : Jacques 4.1-12

Jacques ne fait pas dans la dentelle ! On a même un peu l'impression qu'il exagère... En réalité, il force peut-être un peu le trait mais c'est pour souligner les enjeux. D'une certaine façon, il propose une dissection spirituelle de notre cœur... et ce n'est pas joli joli !

Il y trouve un cœur partagé, traversé de motivations ambiguës. Il y voit les racines de tensions et de disputes entre frères et sœurs dans la foi. Il y discerne surtout des frustrations : vous voulez quelque chose et vous ne pouvez pas l'avoir... vous demandez et vous ne recevez pas...

Nous connaissons tous, à différents niveaux, des frustrations, parfois difficiles à gérer. Et c'est le cas bien-sûr dans notre vie spirituelle. Jacques, ici, veut nous aider à les comprendre et à les surmonter.

Comprendre nos frustrations

Dans son propos, Jacques évoque deux sources possibles de nos frustrations spirituelles :

- La comparaison avec les autres
- La duplicité de notre cœur

La comparaison avec les autres

« Vous voulez quelque chose et vous ne pouvez pas l'avoir ? Alors vous êtes prêts à tuer. Vous êtes jaloux et vous ne pouvez pas obtenir ce que vous désirez ? Alors vous luttez et vous vous battez. » (v.2)

La convoitise et la jalousie, qui sont soulignées ici par Jacques, ont pour racine la comparaison avec les autres. Bien-sûr, ici on pense d'abord aux convoitises pour les biens matériels. Mais cela reste valable pour tout type de convoitise.

Dès le moment où on se laisse aller à la comparaison, alors naît la frustration. Parce qu'il y a toujours cette impression tenace que l'herbe est plus verte dans le pré du voisin... Sauf, bien-sûr, si vous vous pensez tellement supérieur qu'il ne vous manque rien et que la comparaison avec les autres vous conforte dans votre sentiment de supériorité. Là, votre problème est différent. Sautez directement au verset 6 : « Dieu résiste aux orgueilleux. Il est bon pour les petits. » et entendez le conseil du verset 10 : « Faites-vous petits devant le Seigneur, et il vous honorera. »

Mais pour les autres, entendons ce que Jacques indique ici : arrêtons de nous comparer les uns aux autres. C'est ce qui crée frustrations, dissensions et disputes, qui peuvent parfois aller très loin. Arrêtons de comparer nos situations sociales ou familiales, arrêtons de comparer nos dons et nos ministères, arrêtons de comparer nos spiritualités ou nos cheminements spirituels. Notre modèle, notre horizon, notre référence, c'est le Christ, et lui seul.

La duplicité de notre coeur

Une deuxième source de frustration se manifeste dans la prière. Et il faut avouer que le non-exaucement de nos prières peut parfois être une source douloureuse de frustration spirituelle. Je demande à Dieu de m'exaucer et il ne le fait pas ! Je lui demande de me donner ceci ou cela et il ne me le donne pas ! Je lui demande de me délivrer de ce penchant ou de cette addiction mais il ne le fait pas !

Pour expliquer cette frustration, Jacques pointe du doigt notre cœur : « *Vous demandez et vous ne recevez rien ? C'est*

que vous demandez mal ! Vous demandez seulement pour satisfaire vos désirs mauvais. » (v.3)

Pour Jacques, demander mal, c'est demander avec de mauvaises motivations, « pour satisfaire vos désirs mauvais ». Et il le fait avec des termes extrêmement sévères en traitant ses lecteurs d'adultères (c'est bien le sens du mot grec au début du verset 4) et de gens faux (« avec l'âme partagée », au verset 8).

Cette duplicité du cœur, c'est notre ambiguïté à être attirés à la fois par Dieu et par le monde. Le monde, ici, c'est tout ce qui est contraire à Dieu. On ne peut être l'ami des deux à la fois ! Le problème, c'est que nous sommes l'hôte des deux à la fois... D'où nos frustrations ! D'où aussi la nécessaire prise de conscience que nous aurons toujours cette lutte intérieure, ce combat à mener en nous-mêmes. Le chemin de la sanctification, c'est aussi apprendre à gérer et surmonter nos frustrations spirituelles

Surmonter nos frustrations

Même s'il utilise un langage direct et sévère, Jacques ne veut pas nous laisser perdu dans nos frustrations. Il donne des clés pour apprendre à les surmonter. Nous pouvons en discerner trois :

1° Choisir son maître et s'y attacher

« Obéissez à Dieu, mais résistez à l'esprit du mal, et il va fuir loin de vous. » (v.7)

Par cette exhortation, Jacques nous dit que la résistance paye. La victoire est possible ! La duplicité de notre cœur peut petit à petit s'estomper.

Le mouvement est double : obéir à Dieu et résister au diable. Il y a une dynamique positive qui nous fait avancer, qui repose sur l'obéissance à Dieu, sur le fait d'entrer dans ses

projets, de nous accorder à sa volonté. Il s'agit donc sans cesse d'apprendre à mieux connaître ce que Dieu veut. Et là, il n'y a pas 36 solutions : il faut lire la Bible !

Mais il y a aussi une dynamique négative contre laquelle résister, une force qui nous écrase, nous détruit, nous égare, celle de la volonté du diable. Autrement dit : cette volonté, qui devient nôtre, de mettre en doute ou rester sourd à la voix de Dieu. Comme dans le jardin d'Eden lorsque la voix du Serpent a su insinuer le doute au sujet de la parole de Dieu.

Pour surmonter nos frustrations, il y a une décision ferme à prendre : choisissons Dieu comme maître et restons-lui attaché. Refusons le diable comme maître et résistons-lui.

2° Cultiver la proximité avec Dieu

Le deuxième conseil est lié au premier : « *Approchez-vous de Dieu, il s'approchera de vous.* » (v.8a) Jacques nous invite à cultiver la proximité avec Dieu. Elle est réciproque, vécue dans une relation authentique. Et cela permet de comprendre que Dieu n'est pas un maître distant et lointain mais un Père proche et aimant.

Mettre à part des temps d'intimité avec Dieu est vital ! Et ça ne se fait pas tout seul, il faut le vouloir. A cause de nos emplois du temps minutés, à cause des sollicitations incessantes de notre société de consommation, à cause du bruit constant d'un monde où le silence n'a plus de place, parce que nous sommes toujours connectés, dérangés, alertés... et nos frustrations sont alimentées !

Sachons dire stop. Et cultiver la proximité avec Dieu, pour nous ouvrir à la plénitude de sa présence. Et nos frustrations s'envoleront. Dans la plénitude de la présence de Dieu, les frustrations disparaissent complètement ! De quoi aurions-nous besoin d'autre que de la présence du Dieu infini, tout-puissant, éternel ?

3° Faire le ménage

« Purifiez-vous, vous qui êtes pécheurs ! Nettoyez vos cœurs, vous qui êtes faux ! Soyez tristes, mettez des habits de deuil, pleurez ! Changez vos rires en larmes et votre joie en tristesse ! Faites-vous petits devant le Seigneur, et il vous honorera. » (v.8b-10)

Il faut, régulièrement, faire le ménage dans notre cœur. Chez vous, j'imagine que vous faites régulièrement le ménage, en passant l'aspirateur, la serpillière, etc. Et quelques fois dans l'année, vous faites un grand ménage. Et c'est là, en général, que vous retombez sur les clés que vous aviez perdues depuis plusieurs semaines ou que vous découvrez que certains coins cachés de votre maison sont infestés de bestioles désagréables.

Nous avons aussi besoin de faire le ménage dans notre cœur, dans nos aspirations et nos motivations profondes. Prendre le temps de nous écouter et de prendre du recul sur nous-mêmes. On peut le faire régulièrement, comme une hygiène de vie spirituelle : y passer l'aspirateur. Et de temps en temps, notre cœur a besoin d'un grand ménage, plus en profondeur, par une retraite spirituelle ou avec l'aide de quelqu'un d'autre par exemple.

Conclusion

Nous avons tous des frustrations, de différents ordres, à gérer dans notre vie. Et si nous en manquons, notre société est là pour nous en fournir... Ces frustrations, lorsqu'elles sont alimentées, pourrissent notre vie et nos relations aux autres. Surtout quand elles trouvent racine dans la comparaison avec notre prochain.

En Christ, nous ne sommes pas appelés à la frustration mais à la plénitude :

« Que (Dieu) fasse habiter le Christ en vos cœurs par la foi ;

enracinés et fondés dans l'amour, vous aurez ainsi la force de comprendre, avec tous les saints, ce qu'est la largeur, la longueur, la hauteur, la profondeur... et de connaître l'amour du Christ qui surpasse toute connaissance, afin que vous soyez comblés jusqu'à recevoir toute la plénitude de Dieu. (Ephésiens 3.17-19 – version T0B)

C'est cette plénitude de Dieu en Christ qui nous pouvons connaître, dans la communion avec Dieu, pour vaincre nos frustrations et vivre dans le contentement et la reconnaissance. De quoi aurions besoin d'autre que toute la plénitude de Dieu ?