

# Je serai heureuse si... j'apprends à construire la paix

"Bienheureux ceux qui font œuvre de paix : ils seront appelés fils de Dieu" (Mt 5,9)



## Objectif

Identifier les situations quotidiennes dans lesquelles on peut construire la paix individuellement, et s'y mettre en conséquence.



## Comment cela s'est-il passé ?

Au début prévoir une phase d'accueil, pendant laquelle il est important de laisser de la place au dialogue et à la communication de ce que chacun a vécu, ses expériences et ses difficultés. Accueillir signifie faire sentir à chacun qu'il est le bienvenu et le mettre à l'aise : la créativité nous aidera à trouver les formes adaptées. Nous pouvons aussi nous rappeler les objectifs que nous avons fixés à la rencontre précédente: "Comment cela s'est-il passé?"



## Démarrage

### LES SEPT MOTS POUR LA PAIX

**DURÉE:** 10/20 minutes.

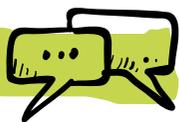
**MATÉRIEL:** papiers et crayons pour les participants, affiches, feutres.

**DÉROULEMENT:** En quelques minutes, tous les participants doivent écrire sur une feuille les sept mots qu'ils estiment les plus importants pour construire et maintenir la paix. Ils se mettent ensuite par 2 et chaque binôme doit se mettre d'accord en deux minutes sur le choix des sept mots. Les participants ne doivent pas renoncer tout de suite à leurs propres idées, mais accepter aussi celles des autres quand leurs convictions sont convaincantes. L'étape suivante consiste à former des groupes de quatre (avec deux binômes) qui devront à leur tour s'accorder sur les sept mots. On continue jusqu'à ce que les participants soient répartis en deux équipes : il faut alors chercher l'unanimité sur sept mots pour la paix.

**NOTE:** ce doivent être des mots et non des phrases. A la fin, les sept mots choisis par le groupe peuvent être écrits sur une affiche en guise de slogan.

**CONCLUSION:** faciliter un dialogue entre les participants par quelques questions. Exemple :

- Quel comportement fallait-il pour se mettre d'accord ?
- Avec cet exercice avons-nous appris quelque chose qui peut nous aider aussi dans les situations de tous les jours ?
- Dans quelles situations personnelles peut-on chaque jour être artisans de paix à l'école, en famille, dans le quartier, dans la ville ?



## Vivons ainsi

**J**e joue dans une équipe de basket. Je remarque souvent que le sport, en raison d'un esprit de compétition exacerbé, peut se transformer en une sorte de bataille où compte seulement le désir de vaincre de quelque façon que ce soit et par tous les moyens. Il y a quelque temps, durant un match, l'adversaire qui marquait était plus grand que moi et utilisait beaucoup le contact physique. A un certain moment, par ma faute, il est tombé par terre. Il n'y avait rien de grave, mais je me suis approché et l'ai aidé à se relever.

Puis est arrivée une chose étrange: mon entraîneur s'est mis en colère parce que j'avais aidé un adversaire. Pour lui, je n'aurais pas dû le faire parce que c'était mon ennemi. Moi j'ai pensé que je devais aimer ce garçon mais aussi l'entraîneur et lui faire comprendre que l'on pouvait gagner en respectant malgré tout l'adversaire. A partir de ce moment je me suis dit que j'allais disputer les matchs comme si je jouais avec Jésus : contre Jésus et avec Lui.

(A. – Roma)



Je serai heureuse si...  
**j'apprends à construire la paix**

**M**on père et moi avons un caractère très fort et nous sommes souvent en conflit. Quand il était plus jeune, il a fait une forte expérience en tant que Gen mais il a eu aussi une vie très dure, et certaines choses vécues dans le passé ont aujourd'hui des répercussions sur lui. Cela a eu des effets négatifs sur notre famille et sur nos rapports. On se disputait beaucoup, on n'était pas d'accord et parfois on se disait des choses que l'on ne devrait pas dire.

Mon père est quelqu'un de bien qui nous aime de tout son coeur et qui ferait tout pour nous rendre heureux, mais quand il boit il devient une autre personne et il est même difficile de regarder dans les yeux. C'est très douloureux.

Comme je suis la fille aînée, j'ai vécu plus longtemps avec lui et il m'a fallu beaucoup de temps pour comprendre comment l'aimer, comment aller au-delà de tout. Une fois, après une dispute familiale très difficile, j'ai appris qu'il ne faut **jamais juger l'autre** : tu ne sais jamais ce que l'autre a vécu et pourquoi il se comporte de cette façon; peut-

être que dans sa situation tu te serais comporté d'une façon bien pire. Je me souviens souvent de cela et ainsi il m'est plus facile de comprendre les actions des autres. **Prier et aimer de tout mon coeur: c'est la chose la plus difficile mais aussi la plus belle que l'on peut faire pour chacun!** Mon papa ne changera peut-être jamais mais je l'aimerai toujours, nous tous nous l'aimerons toujours. Essayez et vous découvrirez vous aussi que cela vaut la peine. Il suffit d'aimer.

(A. – Europe du Sud Est)



## En profondeur

### METTRE LA CHARITÉ EN MOUVEMENT



*Chiara Lubich, Congrès gen 3,  
Les béatitudes, 20 juin 1975*

Quand Jésus est né les anges chantaient : «Paix sur la terre aux hommes de bonne volonté». Quand Il a envoyé les disciples prêcher dans le monde entier, Il leur a demandé d'annoncer la paix. Jésus est venu apporter la paix entre les hommes et Dieu, la paix qui avait été rompue par le péché originel. Il est venu aussi construire la paix entre les hommes en nous enseignant à nous aimer les uns les autres comme Lui nous a aimés. Jésus appelle donc bienheureux ceux qui sont en paix avec Dieu en passant du vieil homme à l'homme nouveau, et qui se mettent à ses côtés pour diffuser le pardon et l'amour là où il y a la discorde. Les gens savent que Jésus veut la paix entre tous les hommes; il veut même que nous ne devenions qu'une seule chose. Alors qui plus qu'un homme artisan de paix là où il est ! Quand deux camarades se disputent, quand deux familles ne se parlent plus, les gens trouvent un moyen de mettre la charité en mouvement. Comprenez bien, gens, que deux jeunes qui se comportent ainsi, comme Jésus (en petit naturellement), ne peuvent qu'être appelés "Fils de Dieu" par le Père céleste avec un immense amour. 

*Note : La vidéo est aussi disponible sur le site <http://assistentigen3.focolare.org>*



### MAINTENIR LA FAMILLE UNIE

Face aux crises familiales, quand il y a des difficultés entre nos parents, comment pouvons-nous faire revenir l'unité dans notre famille? 

*Santiago – Uruguay*

Avec la force que vous avez et qui vous vient de l'Idéal, vous devez tout tenter pour maintenir la famille unie.

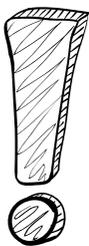
Au moment opportun, prenez votre papa à part et commencez à faire l'éloge de ses qualités, parce qu'il en a sûrement beaucoup. Puis parlez-lui des qualités de votre maman et dites-lui: «Tu as vu comme maman est gentille, patiente, comme elle te prépare de bons petits plats ?». Puis, à un autre moment, allez dire à votre maman: «Tu sais, tu es très gentille, très patiente, mais papa aussi a de bonnes qualités. Tu as vu comment il est venu à ta rencontre ? Recommencez à

vous aimer parce que nous avons besoin de vous».

Vous devez le dire à vos parents, ne jamais perdre patience et toujours vous remettre à aimer, jusqu'à ce qu'ils sentent que vous les aimez très fort.

Bien sûr la victoire consisterait à les amener dans notre Mouvement où, comme vous le savez, il y a aussi des adultes, des familles et de nombreux couples qui se recomposent après être venus au contact de la spiritualité. 

*Chiara Lubich, Palais des sports de Marino (Rm), 10.5.1997  
Super-congrès gen 3 - n°4*



## Nous voulons essayer

La paix ce n'est pas simplement l'absence de guerre, être tranquille, ne pas avoir d'ennemis, c'est quelque chose de plus profond. Soulignons quelques situations où nous pouvons être artisans et ambassadeurs de paix et agissons en conséquence:

- Je me réconcilie avec une personne avec laquelle j'ai eu des divergences.
- Rassemblons des amis et des camarades d'école pour photographier les gestes de paix que l'on remarque. Sur les réseaux sociaux nous pourrions montrer à ceux qui croient que la paix n'est qu'un rêve qu'au contraire elle se vit déjà entre nous et qu'il suffit d'être ses collaborateurs.



## À quel point en sommes-nous ?

*Pour arriver au but, il faut s'entraîner chaque jour et prendre note des changements positifs et des difficultés rencontrées. Cela nous aidera jusqu'à la prochaine rencontre où nous ferons un moment d'échanges d'expériences.*

Dans quelles situations est-ce que j'ai cherché à être artisan de paix ?

Quels conflits ai-je remarqués ?

Quels gestes, quels comportements, et quelles actions concrètes est-ce que j'ai accomplis pour les résoudre ?

Quels changements est-ce que j'ai notés ?

Pour l'assistant



## Evaluation apres la rencontre

- Les activités proposées ont-elles augmenté l'intérêt des jeunes pour cette béatitude ?
- Un domaine particulier, dans lequel les gen 3 pensent qu'il est difficile de construire la paix, est-il mis en relief ?
- Quel engagement les gen 3 ont-ils pris pour la vivre ? Veiller à les accompagner et les soutenir dans leurs propositions jusqu'à la prochaine rencontre .
- Est-ce que je considère le sujet clos ou est-ce que je pense qu'il manque encore quelque chose à aborder lors de la prochaine rencontre ?
- Des difficultés ont-elles émergé ? Que faut-il avoir présent à l'esprit pour améliorer les choses la prochaine fois ?