

"mourir d'envie de ..."

Bye, bye l'envie, la jalousie



Objectif

Reconnaître et être reconnaissant de ses propres ressources et valeurs et accepter avec sérénité ses propres limites.

Préparons-nous à la rencontre

POINTS DE REFLEXION POUR
LES ANIMATEURS

par Fiorella Sestigiani

Psychologue

L'ENVIE — LA
JALOUSIE :
Qu'est-ce qui me
manque pour être
heureux ?

La jalousie comme comportement comprend en soi le désir d'être comme quelqu'un d'autre que l'on reconnaît comme meilleur ou plus capable que soi. Elle implique par conséquent le manque d'apprécia-

tion de ses caractéristiques personnelles et de ses manières d'être, au point de se sentir honteux. Cette attitude entraîne donc une insatisfaction et une souffrance dues au sentiment de manquer de quelque chose ou plus simplement avoir l'impression d'être à côté de la plaque. La capacité de regarder et d'observer les autres s'acquiert dans une phase de croissance, à partir de 4 ans environ, et sert à acquérir des compétences sociales et interpersonnelles : lorsque l'enfant est capable de se décentrer pour faire attention aux autres, il réussit à entrer dans une relation plus adéquate avec ses pairs.

À l'adolescence, la fascination pour la vie des autres en dehors de la famille et l'attrait pour les différents styles de vie permettent la croissance et la maturation. Si la reconnaissance de la valeur d'autrui dépasse la reconnaissance de l'estime de soi, on peut parler de jalousie et

cela faire naître un niveau de malaise plus ou moins important pour que l'adolescent s'adapte à son propre contexte. Celui qui éprouve de la jalousie peut être poussé à se montrer différent de ce qu'il est réellement, dissimulant des pensées et des sentiments authentiques et il adopte à l'extrême des comportements conçus pour ressembler à l'autre qu'il envie, qu'il jalouse. Le grand risque est de le mettre sur un piédestal et de porter au pinacle les éléments qui le caractérisent. En réalité, le désir d'être différent de ce que nous sommes est un grand risque car il porte avec lui le mécontentement et le manque de reconnaissance de sa propre valeur. À un niveau plus matériel, nous pourrions attribuer une plus grande valeur à quelqu'un qui possède des objets que nous n'avons pas et que nous aimerions posséder (pour les enfants : dernier modèle de jeu, téléphone portable, veste de marque). qui rendent cet



L'herbe du voisin est toujours le plus vert

OBJECTIF : essayer de prendre le plus grand nombre de mouchoirs de l'équipe adverse sans se faire prendre.

LIEU : à l'extérieur ou dans le gymnase. Il faut de l'espace pour délimiter un camp pour chaque équipe.

JOUEURS : au moins 6, mieux si c'est un nombre pair.

MATÉRIEL : 10 serviettes en papier de deux couleurs par ex. 10 rouges et 10 vertes (augmenter le nombre de serviettes si le nombre de joueurs est élevé), deux paniers.

TEMPS : 20 à 30 minutes

PROCÉDURE : Délimiter deux camps rectangulaires de même taille à la craie ou avec du ruban adhésif. Former deux équipes égales en nombre. Placez le panier avec les serviettes rouges au milieu d'un camp et le panier avec les vertes dans le camp de l'équipe adverse. Expliquez que chaque équipe pense que les serviettes dans le camp ad-

verse sont plus belles et veut les prendre. Le but des joueurs est d'entrer dans le peloton de l'équipe adverse et de prendre les serviettes pour les apporter dans leur camp (chaque joueur ne peut en prendre qu'une à la fois). Lorsqu'un joueur prend une serviette dans le panier, les joueurs de l'équipe adverse peuvent cependant le prendre en chasse alors qu'il est encore dans leur camp et doivent essayer de le toucher.

Dans ce cas, le joueur devient membre de cette équipe et la serviette et rapportée dans le panier d'où elle a été prise. L'équipe gagnante est celle qui parvient à attraper et faire siens tous les joueurs « jaloux » de l'équipe adverse. À ce stade, cependant, la victoire est à tout le monde étant donné que tous les joueurs deviennent une seule équipe !

RÉFLEXION : Parfois, il arrive que nous envious quelqu'un, nous sommes jaloux, ou quelqu'un d'autre est jaloux de nous. Selon vous, que pourrait-on faire pour transformer notre jalousie et celle de nos amis ou compagnons en un sentiment d'estime mutuelle ?



Dans l'image

Nous proposons ensuite une activité pour découvrir avec les jeunes le message du dessin allégorique de la **ENVIE**

MATÉRIEL

conception de la jalousie comme vice, imprimé sur feuille A4, panneaux d'affichage.

DÉROULEMENT Les garçons sont divisés en petits groupes. Chaque groupe reçoit un panneau d'affichage où la conception de la jalousie comme vice est collée au centre. À ce stade, on demande à chaque groupe de « compléter la scène » en dessinant le caractère des objets, des personnes ou des situations. Une autre possibilité consiste à donner à chaque groupe des coupures de journaux, des images à positionner sur le panneau d'affichage pour recréer une scène.

Avant de commencer à recréer la scène, nous pouvons nous demander :

- Qu'est-ce qui regarde ce personnage avec cette expression particulière ?
- À quoi pensez-vous ?
- Qu'allez-vous faire ?

Chaque groupe partage son panneau d'affichage avec d'autres.

RÉFLEXION En fin de compte, nous pouvons nous demander : est-ce que nous nous sommes déjà trouvés dans une situation similaire à l'une des scènes que nous avons créées sur les affiches ? Nous essayons d'échanger ce que nous avons ressenti, expérimenté, appris dans des situations similaires.

L'ENVIE au cinéma



Sur place : <http://assistentigen3.focolare.org> vous pouvez télécharger les clips vidéo **My shoes (Le mie scarpe)** (en anglais, sous-titres en italiens). Ce court-métrage nous fait réfléchir et contribue à donner de la valeur à ce que nous sommes et avons, en mettant de côté la jalousie et la tentation de comparer notre vie à celle de ceux qui nous entourent. Après avoir regardé le court-métrage, à travers un dialogue, nous pouvons amener les jeunes à réfléchir sur l'importance de vivre avec ce que nous donne la vie et être reconnaissants pour ce que nous avons, avant de le perdre.

DURÉE DE LA VIDÉO: 3'53"



Nous vivons ainsi

Je suis un passionné de cyclo-cross et le jour tant attendu de la course approchait. Je me sentais prêt, mais le matin même j'avais un peu mal à la gorge. Je suis allé quand même à l'école, mais j'ai dû rentrer à la maison car j'avais 39° de fièvre. **J'étais désespéré et ne savais pas comment faire, mais je pensais que c'était la volonté de Dieu.**

Vers 11 heures du matin un ami est venu me demander si j'avais quelque chose à donner pour aider à payer les frais de la course. **Au départ je ne voulais rien donner parce que je n'avais pas pu participer à la course mais j'ai pensé que je ne devais pas envier les autres garçons, et faire tout mon possible pour les aimer.** Alors, je lui ai donné tout l'argent que j'avais.

A. [Brésil]



Depuis que j'essaie de vivre l'art d'aimer, même dans mon équipe de gymnastique rythmique beaucoup de choses ont changé et j'ai trouvé de nombreuses occasions d'aimer... Si avant, pour quelques compagnes les compétitions étaient seulement des vitrines pour se faire bien voir et être envieuses des compétences des autres, maintenant elles sont impliquées dans la compétition d'amour qui a donné comme fruit, une amitié qui se poursuit en dehors du gymnase.

Cependant, le plus extraordinaire, c'est que nous sommes devenues

amies avec nos adversaires ! Tout a commencé lorsque, pendant une compétition, j'ai vu deux d'entre elles seules et mises de côté. Avec les compagnes nous avons décidé de nous rapprocher pour leur faire vivre l'atmosphère d'amitié qui existait entre nous. Quand nous avons entendu parler de l'anniversaire de l'une d'entre elles, nous avons organisé une fête et acheté un cadeau. C'était l'occasion qui a déclenché l'amour mutuel !

Durant la compétition suivante, les gagnantes sont venues me consoler moi et une amie arrivée dernière, en disant : **« Vous nous avez soutenues et maintenant nous ne pouvons pas faire sans vous la photo avec la coupe. »** Nous avons donc apprécié leur victoire comme si c'était la nôtre ».

S. [Italie]

LA JALOUSIE

Voyez-vous cette espèce de renard dont la langue sort, brûlant du désir d'avoir ce que les autres ont et ne pouvant pas l'avoir ?

C'est ce qu'on appelle la jalousie.

Sa passion le brûle, comme s'il avait dans son cœur la flamme d'un chalumeau.

Chiara

Chiara Lubich,

Congrès le 3 janvier 1973, Rocca di Papa,
"NON AUX VICIES, OUI AUX VERTUS"

Sur le site <http://assistentigen3.focolare.org>
Vidéo en IT - EN - ES
et version internationale de PPT



Points pour le dialogue

- Quelles sont les choses que tu aimes en toi et que tu penses être utile et devenir un cadeau pour les autres ?
- Quelles sont les choses que tu n'aimes pas et que tu devrais essayer d'améliorer ? Y a-t-il des aspects que tu ne peux pas changer ? Qu'est-ce qui t'aide à les accepter et à vivre avec ces limites ?
- Raconte une expérience de la façon dont tu as essayé de mettre tes compétences et tes qualités à la disposition des autres : amis, famille, Gen 3... glia, gen 3 ...?

FAIRE PLEIN D'EXPÉRIENCES

(...) Le point du programme que nous devons vivre nous rappelle qu'après avoir vu et aimé Jésus dans les plus pauvres, les malades, les orphelins, les prisonniers, etc., **nous devons le voir « en tous ».**

C'est un programme que l'on peut réaliser immédiatement et qui est donc magnifique. En fait, cela nous donne l'opportunité de faire beaucoup, beaucoup d'expériences de l'Évangile.

Mais comment faire pour aimer tout le monde ? Voilà : il nous faut « aimer une à la fois » toutes les personnes qui sont autour de nous.

Il y a celui qui est triste donc il est nécessaire de « se faire un » avec lui, avec son chagrin, en essayant de comprendre ses souffrances et de le reconforter non seulement avec des mots, mais aussi par des actes concrets.

Si, par exemple, si notre maman est triste à cause d'une difficulté en famille, nous devons lui faire sentir toute notre solidarité, l'aider dans son travail pour qu'elle puisse se détendre, lui dire quelques paroles de reconfort. Bref, faire tout ce que nous pouvons jusqu'à ce que nous la voyions "soulagée". Si, au contraire, notre frère ou notre sœur rentre à la maison

en annonçant qu'il ou elle a reçu une bonne note à l'école, nous devons nous réjouir avec eux, comme si c'était nous qui l'avions reçue.

Ici, pour nous apprendre à aimer, l'Écriture dit de pleurer avec celui qui pleure et se réjouir avec celui qui est heureux.

Bien sûr, nous ne sommes pas seulement avec les membres de la famille, mais aussi avec les camarades de classe, d'autres Gen, les amis de la famille, les commerçants, le concierge, le facteur... beaucoup de gens.

Il nous faut donc les aimer tous, un par un, sachant que Jésus considère chaque petit acte d'amour fait aux autres comme si on le lui avait fait à lui-même.

(...) Nous aurons une grande joie dans notre cœur et nous y ferons participer les autres. Je suis avec vous tous les jours, surtout dans la prière.

Chiara

Chiara Lubich,

Aux Gen 3. Volume I (1970-1975) pag 7

Nous allons essayer

“Le pot de la bienveillance”

MATÉRIEL :

stylos,
petites
feuilles,
les pots.

Chaque garçon reçoit un pot et des feuilles de papier. Sur chaque feuillet, nous écrivons une qualité positive que nous apprécions chez les autres membres du groupe (par exemple : "tu es très drôle", "tu es bon au basket", "tu es un bon ami").

Si le nombre de garçons dans le groupe n'est pas très élevé, vous pouvez également écrire plus d'un feuillet pour chaque personne.

À ce stade, il est nécessaire de plier chaque feuille, afin de cacher son contenu, et placez-le dans le pot de la personne pour qui il a été écrit.



Chaque garçon ramène à la maison son pot plein de feuilles. Chaque jour (ou tous les deux/trois jours, selon le nombre de feuilles dans le pot) nous pouvons extraire une feuille du pot, découvrir notre qualité remarquée par le groupe et nous engager à la mettre concrètement au service des autres. Cela nous aidera à mettre en évidence le positif qui est en nous, sans jalousie envers les autres.