

Cœur.de champion

10 facteurs de résilience

Philippe Joret

Copyright © 2009 de l'édition française
par les **Éditions Ministère Multilingue International**
Longueuil, (Québec), Canada.
Tous droits réservés.

Couverture : Débora Gerbore
Mise en page : Alain Auger
Crédits photo : André Bouchard

Les citations bibliques sont extraites de la Bible Segond, nouvelle édition de Genève 1979 et la Bible de la société biblique canadienne SBC.

Dépôt légal - Bibliothèque nationale du Québec, 2009.
Dépôt légal - Bibliothèque nationale du Canada, 2009.

Imprimé au Canada.

Données de catalogage avant publication (Canada)

Joret, Philippe, 1959-

Cœur de champion : 10 facteurs de résilience

ISBN : 978-2-89576-100-6

1. Résilience (Trait de personnalité). 2. Actualisation de soi. I. Titre.

BF698.35.R47J67 2009

155.2'4

C2009-942524-6

Ce livre est sous la protection des lois sur les droits d'auteurs du Canada. Il est interdit de reproduire ce livre en tout ou en partie pour des fins commerciales. L'utilisation de courtes citations ou la copie de pages pour des fins d'études personnelles ou en groupe est permise et encouragée.

Introduction

Beyrouth 25 septembre 2005. May Chidiac, présentatrice du journal télévisé au Moyen Orient, est victime d'un attentat. Elle a parlé librement des auteurs présumés de l'attentat du premier ministre Hariri. On le lui fait payer. Alors qu'elle fait un détour par un monastère pour prier, avant d'aller manger en famille, un terroriste place un explosif sous son siège. Son véhicule explose et elle perd un bras et une jambe. Après de nombreuses opérations en France, des douleurs physiques et morales à affronter, elle rentre au Liban. Le 11 juillet 2006, elle est accueillie comme une héroïne. Elle a demandé à être vêtue du même costume que celui du jour de l'attentat, à rouler dans le même véhicule et à aller parler à la même émission de télévision. Ses mots sont d'une grande portée : *« Bonjour. On a voulu me faire taire. C'est raté. Je suis de retour. Je reprends mon travail comme avant. Avec la même audace. Le même désir de vérité. Rien ne me fera reculer. Ceux qui ont commis cet attentat n'ont pas gagné, je suis encore là. Le ciel m'attendra. »*

A chaque fois que je lis ou que j'entends sa déclaration, je suis bouleversé et enthousiasmé. De sa douleur, un regain d'énergie et de vie a jailli et se multiplie en tous ceux qui l'écoutent.

L'écho biblique de cette déclaration se trouve dans ce psaume :

« Tu me poussais pour me faire tomber ; Mais l'Éternel m'a secouru...Je ne mourrai pas, je vivrai, et je raconterai les œuvres de l'Éternel. »

■ PSAUME 118.13-19

Mon propos ne sera pas de présenter des gens exceptionnels, même si à mes yeux, ils ont eu des réactions admirables. Ceux qui ont connu un handicap physique, un deuil, un abandon, un camp de concentration, un génocide, un accident, un attentat et d'autres malheurs encore. Tant de personnes ont surmonté un malheur et ont su rebondir en étant meilleures, plus humaines et tournées vers les autres.

Ce phénomène est appelé résilience. *La résilience, c'est l'aptitude à vaincre l'adversité ou surmonter un malheur qui aurait pu écraser une personne, mais qui la fait ressortir meilleure et disposée à aider les autres.*

Les vainqueurs blessés sont beaux et admirables. Bien sûr, Jésus Christ est le Vainqueur blessé, par excellence. Mais tous ceux qui sont devenus des héros dans l'humanité ont connu un parcours de vainqueurs blessés. Des apôtres et des pères de l'église, mais aussi... Marie Durant, Nelson Mandela, William Wilberforce, Thomas Edison, William Booth, Martin Luther King (ouvrant la voie à Barack Obama), Rick Hoyt, Martin Gray, Mickaël Jordan, Maurice Richard, Rob Angel, Anne Frank, Geneviève de Gaulle (et avec elle tous ceux qui sont sortis des camps de la mort), le groupe Krystal, Graeme Obree, May Chidiac, Roger Auque, Ingrid Betancourt, Kery James, Nick Vujicic, Marina Nemat, les étudiants d'Erin Gruwell et tant d'autres... dont nous parlerons dans ces pages.

Combien de larmes, de moments sombres, de jours de prison ou d'angoisse, de jours de deuil, de pensées désespérantes qu'il a fallu faire taire, de patience inflexible, de messages de lâcheté auxquels il n'a pas fallu céder pour arriver à un beau résultat. Leur vie nous inspire et nous enseigne.

Mais je ne voudrais pas seulement voir les héros du passé ou du lointain. Je veux aussi les reconnaître dans le quotidien de notre entourage immédiat. Il y a des héros, dans notre voisinage, dans nos églises, dans nos familles.

« Des individus ordinaires par ailleurs peuvent se trouver amenés par les circonstances, favorables ou néfastes, à accomplir des actions remarquables » Howard Gardner

Reconnaissons-les. Remercions-les. Célébrons ces héros qui passent inaperçus et qui ont montré tant de cœur pour leur enfant malade, leur conjoint éprouvé. Nous ne les verrons pas sur les estrades des vedettes et au milieu des paillettes, mais c'est à nous, leaders, de savoir mettre en relief les héros de notre entourage. Chercher la gloire des autres est un honneur. Savoir mettre en valeur les vraies valeurs incarnées dans des vies simples sera la marque des leaders de notre temps.

Ce sera le sujet de ce livre. Au-delà, d'un exposé sur la résilience ou d'un récit des vies résilientes admirables, mon but est de vous aider à augmenter votre résilience. Vous allez développer un cœur de champion. Voici les paroles d'un chant de Carman, traduit par Djam's. Les paroles de ce chant reflètent ce qu'est un cœur de champion. Un champion ne se voit pas quand tout va bien mais quand il est éprouvé et qu'il a le dos au mur... là, pour retrouver sa position de champion dans le visible, il va lui falloir un cœur de champion.

Le cœur d'un champion Djam's

Je sens la pression descendre sur ma vie
Les gens disent que je n'pourrai pas réussir
Mais en moi j'ai toute la foi pour rester fort
Et j'aurai le moyen de prouver qu'ils ont tort
Non pas pour le frisson
Ni pour les sensations

Cœur de champion

Si je m' bats aujourd'hui c'est pour la vie
C'est en Jésus que j'ai tout appris

Refrain

Si tu vas bientôt craquer
Si tu ne sais plus mêm' plus où aller
Il faut que tu aies le cœur d'un champion
S'il ne reste que peu de temps
Et si on te voit déjà sur la pente
Il faut que tu aies le cœur d'un champion
Si tu as le dos au mur
Et qu'on veut te mener la vie dure
Il faut que tu aies le cœur d'un champion

Ecoute

Dans ma vie j'ai dû faire face à des soucis
Pour être un gagnant j'ai dû payer le prix
Le bon combat j'ai appris à le mener
S'il fallait recommencer je le ferai
Quand bien même il fait nuit
Je n' crains pas pour ma vie
Mes yeux sont fixés sur le Grand Roi
Car le Seigneur Dieu est avec moi

Traduit du chant de Carman (*heart of a champion*)

www.djams-music.com. Publié, avec autorisation.



Des champions

1

Une soirée de Pictionnary ? (Dessiner, c'est gagner)

Nous étions en retraite pastorale de quatre jours intenses. Arrivés à la soirée détente, nous étions tous épuisés et excités en même temps.

Durant la soirée, l'organisateur avait prévu un moment de Pictionnary. Nous étions quatre équipes différentes. Le dessinateur devait faire comprendre à son équipe, uniquement par le dessin le mot à trouver. Les autres équipes hurlaient des mots stupides, qui n'avaient rien à voir, dans le but de déjouer et déconcentrer leur adversaire qui s'évertuait à discerner et exprimer de façon distincte son interprétation du dessin.

Voilà soixante-dix pasteurs et leaders qui se défoulent, crient et rient et je n'ai pas été le dernier ! Notre équipe a gagné. Ça a été une soirée mémorable.

Connaissez-vous l'histoire du Pictionary ?

C'est l'histoire d'un petit garçon nommé Rob, né en Colombie britannique au Canada, et qui a passé sa petite enfance à l'ombre des belles montagnes de cette région.

Quand il a eu six ans, sa famille a déménagé dans l'Etat de Washington. Cela faisait des changements culturels, de prononciation et d'accents pour un garçon tout jeune. Comme la rentrée des classes avait déjà eu lieu, Rob est arrivé un jour où le cours d'anglais consistait à épeler les mots. Le résultat a été désastreux pour Rob. « *Tu ne sais pas du tout épeler* » criait l'enseignante, devant toute la classe.

Alors que Rob a par la suite tellement bien réussi sa vie professionnelle, il dit : « *jusqu'à ce jour, je me vois comme un pauvre élève, tout juste moyen sur le plan académique* ».

Nous ne savons pas si les paroles de l'enseignante ont été prononcées comme un simple constat ou comme une réprimande, mais elles n'ont pas été reçues positivement par l'élève. Elles ont produit une brèche dans un jeune cœur insécurisé. Cet événement a laissé des marques durables dans le cœur de Rob et ont formé une ombre dans sa personnalité. Toutefois, c'est à partir de ce moment sombre, que Rob a créé ce jeu qui utilise des dessins pour communiquer des mots.

Cet événement douloureux aurait pu le paralyser à vie dans ses rapports sociaux ou sa scolarité ; au contraire, à partir de ce moment-là est semé en lui ce qui a fait la richesse et la célébrité de Rob Angel, le Pictionary.

Bien sûr qu'un événement de ce genre n'est pas suffisant pour avoir la force motivante et la créativité pour le succès. Il faut d'autres éléments. Néanmoins, il s'agit bien souvent de la semence d'une force qui va jaillir de l'âme pour surmonter une douleur et former une personnalité résiliente. Rob Angel a montré un cœur de champion. Ce genre de réactions mérite toute notre attention et notre soutien. Et si nous sommes en position de leadership, c'est ce genre d'attitude et de réaction que nous devrions mettre en évidence.

Les héros ne sont pas toujours sur les estrades et les podiums

Les champions ne sont pas des gens meilleurs que les autres. Les champions ne sont pas des majorettes paradant avec légèreté. Ce sont des cœurs de personnes qui au milieu de l'épreuve continuent à faire ce qui est juste (donner gloire à Dieu et servir les autres), même quand leur cœur saigne et que leurs yeux sont baignés de larmes.

Ces champions sont des gens qui semblent bien ordinaires dans la vie publique, mais leur courage, leur fidélité et leur noblesse de cœur en font des gens extraordinaires.

Je pense à cet homme dont l'épouse était atteinte de la maladie d'Alzheimer. Elle perdait de plus en plus la mémoire et arriva le jour où elle ne le reconnaissait même plus. Lui, continuait à la servir. Il avait même pris une période d'arrêt dans son travail pour mieux s'occuper de la femme de sa vie. Mais elle était indifférente et parfois même, elle devenait méchante et agressive. Les enfants ont dit au père :

— Papa, arrête, tu vois que tu perds ton temps. Tu fais tout pour elle et elle ne sait même plus qui tu es.

— Mais moi je sais qui elle est. C'est la femme de mon alliance, celle à qui j'ai promis fidélité et amour dans les bons et les mauvais jours, jusqu'à ce que la mort nous sépare. Alors je l'aimerai et la servirai jusqu'au dernier jour.

C'est ce qu'il a fait et c'est pourquoi cet homme est un héros. Sa fidélité et son service ont montré un cœur de champion.

Ces champions sont des personnes comme Isabelle C. à Montpellier. Je la laisse raconter.

« Lorsque j'ai su que j'étais enceinte, mon mari m'a fixé un ultimatum : avortement ou divorce. Pour moi il n'était pas question de me "débarrasser" de mon bébé.

Trois semaines plus tard le gynéco m'a téléphoné. J'ai cru que le sol se dérobaît sous mes pieds quand il m'a annoncé que Jayson était atteint de trisomie 21. J'étais enceinte de cinq mois. Mon ex-mari continuait à vouloir me faire avorter. Le gynéco me disait que Jayson serait une charge pour la société, comme pour son frère et sa sœur. J'ai changé de gynéco et là on me disait que c'était pour récupérer mon mari que je voulais garder mon bébé ! Une semaine avant d'accoucher, on m'a encore proposé l'avortement thérapeutique ! Mon médecin de famille m'a soutenue et encouragée pendant ce parcours.

Ma grossesse a été différente. J'ai commencé à regarder les autres bébés en me demandant comment allait être le mien. Je disais à Dieu que les enfants doivent être une source joie et non de tristesse. J'enviais les autres mamans qui n'avaient pas de soucis, tout en essayant de profiter de ce petit bout qui faisait des galipettes dans mon ventre. L'avantage d'avoir été prévenue avant la naissance m'a permis d'apprendre à accepter et aimer mon bébé, de m'accrocher à Dieu de toutes mes forces, d'espérer jusqu'au bout. Je ne suis pas déçue. Médicalement j'étais très suivie. J'ai souvent prié avec les membres de l'église

et le bébé a reçu de multiples guérisons : au niveau des intestins et du cœur, puis du cerveau où il manquait le corps calleux (qui relie les hémisphères du cerveau).

Le jour de sa naissance, Jayson était attendu par tout le personnel ! Le pédiatre était surpris de voir à quel point il était tonique. Ensuite il m'a fallu prendre le temps de le voir grandir à son rythme et avoir beaucoup de patience !

A l'âge d'un an, on a découvert qu'il avait une leucémie. De nouveau j'ai cru à une mauvaise blague ! Nous sommes restés quelques temps à l'hôpital. Puis le traitement a continué à la maison, avec des allers et des retours à l'hôpital deux fois par semaine jusqu'à une première rémission. Ceci a duré environ 5 mois. Pendant ce temps la vie continuait, les grands allaient à l'école et je les rassurais quant à l'état de santé de leur petit frère. Parallèlement, je reprenais des études pour pouvoir retrouver un emploi. Au mois de juin au moment de mes examens, les médecins se sont aperçus que Jayson faisait une rechute. Malgré tout, avec leur accord, je décidais d'emmener les enfants en vacances. Nous avons fait plus d'hôpital que de camping !

J'avais du mal à me tourner vers Dieu et à Lui faire confiance. Lors d'une prédication, j'ai compris que je devais lâcher toutes les rênes de ma vie, même Jayson. Pour moi lui lâcher Jayson, c'était accepter qu'il parte avec Jésus. Ce jour là, j'ai fini par tout lâcher. Et Jayson a dû être rapatrié sur Montpellier.

La leucémie était plus forte, les séjours à l'hôpital plus longs. La nuit je devais le laisser seul dans sa chambre stérile. J'attendais qu'il s'endorme pour partir et je revenais le lendemain vers midi. C'était difficile de le voir souffrir et d'être impuissante à ses côtés. Il était dans un service où le soir, on entend d'autres parents pleurer, et on espère tous les jours que ce n'est pas son enfant qui va s'en aller...

Un jour, en arrivant le médecin m'a pris à part pour me dire que Jayson tombait dans le coma. J'ai téléphoné au pasteur et une chaîne de prière s'est mise en place et le soir Jayson s'est réveillé. Dieu me l'a laissé.

Pendant tout ce temps Jayson gardait le sourire, ne disait trop rien pendant les divers examens pourtant très douloureux. Il était devenu le « chouchou » des infirmières et cela m'encourageait aussi !

Ce n'était pas facile non plus de laisser Gwendolyn et Ludovic qui avaient une maman par intermittence. Devoir les rassurer sans cesse. Ne leur laisser voir leur petit frère que rarement et avec beaucoup de précaution. Cette période a duré près de neuf mois, puis le traitement a pu continuer à la maison. Pendant ce marathon, ce qui m'a le plus aidé à tenir ce sont les louanges que je chantais.

Jayson est guéri depuis 2003 et n'a plus de traitement. Il va très bien, ce n'est plus qu'un mauvais souvenir.

Je vois vraiment la main de Dieu sur Jayson, il va à la CLIS (classe d'intégration scolaire en école primaire) où il continue de voir tous ses copains. Il commence à lire, écrire, compter... et est invité par ses copains aux anniversaires ! Ce qui semble banal pour n'importe quel enfant, mais pas pour un enfant handicapé ! Il fait du foot, apprend le solfège et le synthétiseur. Pour l'éducateur et l'orthophoniste, Jayson est « un bon élément ».

Petit bonus, quand je suis en panne de connexions avec mon Seigneur pendant des temps de louange, je peux me coller à lui... c'est une véritable pile ! »

Isabelle a un cœur de championne. Elle a choisi la vie de Jayson tout en affrontant les circonstances avec beaucoup de responsabilité, d'espérance et de rayonnement.

Je fais partie de ceux qui croient que nous devons avoir des églises de champions.

Les pasteurs sont des coachs qui mettent en relief les champions dans leur église.

Trop de trésors inestimables sont sous-estimés car nous avons cru que les héros sont les ministères célèbres, les orateurs et les musiciens.

Nous avons laissé trop de cœurs de champions dans l'anonymat ou l'indifférence et nous avons bâti une caste de ministères de prestige. Il est temps de changer nos voies.

Les pasteurs ne sont pas là pour devenir des stars, mais pour faire briller les stars. Il s'agit de ceux qui brillent de la lumière de Jésus, de ceux qui brillent par leur amour, leur service, leur courage, leur persévérance, leur pureté au travers de leur vie. Ils montrent un caractère extraordinaire au sein de circonstances douloureuses. Ils montrent ce que signifie : « dominer au milieu des adversités ». Ps 110.1

Nous avons besoin d'entendre le récit des vrais héros dans nos églises ! Les champions ne sont pas des gens extraordinaires par leurs dons, mais des gens qui, par leur caractère, inspirent l'humanité en lui montrant un trait de caractère divin.

N'en déplaise à certains, je vois parfois parmi les non-croyants des personnes qui montrent un cœur de champion. Un cœur pur et dévoué qui reflète le cœur du Seigneur.

Que mettons-nous en lumière dans nos églises ?

Une fois encore, je plaide pour que nous ne laissions plus au silence les vrais trésors de vies changées et de vies réparées, des vies transformées au sein des vallées ou des sommets de la vie.

Je plaide pour que nos moments de sainte cène soient comme des « Toasts au changement », des célébrations de ce que Dieu a changé dans des vies qui ont accueilli la vérité.

Le film « écrire pour exister » s'inspire d'une histoire vraie, (Freedom Writers).

Erin Grewell est professeur dans un établissement fréquenté par des jeunes dont la vie a été très difficile. Elle va tenter de comprendre l'histoire de leur vie et les aider à reconquérir une dignité perdue. Elle les incite à raconter l'histoire de leur vie, malgré l'opposition de la hiérarchie et une certaine moquerie des jeunes.

Le courage d'Anne Frank les inspire et ils acceptent de s'ouvrir et racontent. Les malheurs familiaux, les guerres de gang, les prisons, les hontes, les coups, les pertes d'amis morts trop tôt, les injustices subies et les rancœurs conservées ou surmontées.

Le jour arrive où Erin leur propose de faire un toast au changement. Ils vont lever leur verre à leur changement de vie.

- A partir de cet instant, toutes les voix qui vous disent : c'est sûr que tu vas échouer, sont réduites au silence. Toutes les raisons de croire que rien ne changera jamais s'évanouissent. Et la personne que vous étiez jusqu'à ce moment a perdu son tour. Maintenant c'est votre tour.

Erin leur parle de commencer en nouveauté de vie. Combien nous aurions besoin d'un tel langage de coach pour lever les cœurs de champions dans nos églises !

- Après plusieurs hésitations, les jeunes prennent la parole et lèvent leur verre en disant :
- J'étais celle qui devait tomber enceinte avant seize ans, et qui abandonnerait l'école, comme maman. Ça n'arrivera pas.

— Un jour ma guerre s'arrêtera et je resterai vivante. Et je ne tolérerai plus d'être maltraitée par qui que ce soit. Je suis forte.

— Ma mère m'a flanquée dehors quand elle a appris que j'étais dans un gang. Je voudrais qu'elle voie que j'ai mon diplôme. Je voudrais avoir dix huit ans.

Et ces jeunes vont reconquérir non seulement leur dignité, mais aussi réussir leur scolarité et vont inspirer un mouvement de résilience.

Ce sont tellement ces héros-là que je voudrais entendre dans nos églises. Il y a des gens auxquels on ne donne jamais la parole, mais dont la vie pourrait nous inspirer, nous émouvoir et nous propulser.

Ces cœurs de champions, partis avec un handicap dans la vie ou qui traversent une période de douleur, pour devenir encore plus forts.

Discernons ces champions parmi nous. Équipons les croyants à savoir raconter. Préparons des banques de fichiers vidéo de vies de champions. Les vies changées. Les vies qui continuent à changer. Voilà pourquoi j'appelle l'église « Festival de vies changées ».

Alors même si vous n'êtes pas encore révélé comme un champion, Dieu a préparé des événements dans votre vie, qui vont développer ce cœur de champion et vous révéler comme un plus que vainqueur.