

Marie Bancel

# Mission douceur

31 jours pour savourer  
ce fruit de l'Esprit

EdB

# Introduction

Des cris, de la colère, des menaces... voilà l'ambiance qui régnait dans ma maison.

J'étais devenue cette maman que je ne voulais pas être, criant sans cesse, fatiguée, découragée et terriblement triste de ne pas réussir à insuffler dans mon foyer – ce lieu où j'avais choisi de rester à la naissance de mes enfants, plutôt que de poursuivre mon métier – la paix, la douceur, la joie, l'amour qui pourtant m'apparaissaient comme les composantes indispensables de l'atmosphère d'un foyer chrétien, qui pourtant me semblaient être exactement ce que j'avais le désir de vivre avec ma famille.

Et le Seigneur a permis que je découvre un livre : *Mis for Mama, une rébellion contre la culture de la médiocrité maternelle*, écrit par Abbie Halberstadt<sup>1</sup>. Elle y explique de nombreuses choses qui m'ont profondément marquée, comme si c'était ce que j'attendais de lire depuis longtemps, à commencer par

1. Harvest House Publishers, 2022.

l'impératif du choix pour les mamans chrétiennes de conformer notre maternité au Christ et de la soumettre à la Parole de Dieu.

Elle y décrivait aussi cette nécessité de donner l'exemple, de « donner le ton que nous voulons entendre ». La mère, écrit-elle, est le thermostat de la maison, elle donne la température à son foyer... La mère, avec le père bien entendu, mais il s'agit dans son livre d'une conversion du cœur de la mère.

Alors, pour donner ce ton, elle propose un défi de gentillesse pendant un mois. Pas un défi un peu mignon, fleur bleue, non : un vrai effort pour maîtriser sa langue, sa main, son regard pendant un mois, avec la grâce de Dieu, pour donner une atmosphère douce dans nos maisons... Un défi que j'ai lancé en français sur Instagram sous le nom de « mission douceur » et qui, depuis, s'est transformé en réflexion quotidienne sur les fruits de l'Esprit Saint.

La douceur est en effet l'un des neuf fruits de l'Esprit Saint, dont parle saint Paul dans la lettre aux Galates (5, 22). C'est le cocktail complet de tous ces fruits que je veux boire. J'ai besoin de tous les faire mûrir dans le fruitier de mon âme pour donner à mon foyer la bonne odeur des fruits mûrs. C'est dans tous ces fruits que je veux, moi, maman chrétienne, croquer chaque

## *Mission douceur*

jour pour que, soumise chaque jour davantage à l'Esprit Saint, je conforme ma maternité au Christ, j'agisse dans mon foyer et dans le monde comme le ferait Jésus à ma place, pour y être, à chaque minute, la « Sentinelle de l'Invisible », pour « être, dans la société actuelle, témoin des valeurs essentielles qui ne peuvent se percevoir qu'avec les yeux du cœur », selon l'appel aux femmes lancé par Jean-Paul II le 15 août 2004<sup>2</sup>.

La douceur d'une femme transforme profondément son foyer et son entourage ; alors, chères mamans, je vous invite pendant un mois à vous atteler à la faire grandir chaque jour dans votre âme, selon le plan de Dieu.

2. Homélie à l'occasion du pèlerinage apostolique du pape Jean-Paul II à Lourdes pour le 150<sup>e</sup> anniversaire de la promulgation du dogme de l'Immaculée Conception.

## *Quelques préambules*

- Il est important que nous évitions un écueil parmi tant d'autres : celui de la tentation de l'héroïsme à la force du poignet, par nous seules. Si nous sommes persuadées qu'il dépend de nous de faire grandir les fruits de l'Esprit, et plus généralement la sainteté dans nos cœurs, dans nos vies... nous devons être encore plus persuadées que seules, nous ne pouvons rien, et que tout dépend de notre abandon, de notre obéissance et de notre confiance en Dieu. Peut-être pourrions-nous parvenir à être douces pendant tout un mois en serrant les dents, en serrant les poings, en serrant nos cœurs... mais cela n'aurait comme résultat qu'une plus grande aigreur, un plus grand orgueil, et nous nous éloignerions de Jésus, doux et humble de cœur. Il nous faut tout remettre chaque jour au Seigneur : notre souhait de bien faire, nos efforts, nos victoires et nos chutes. Tout confier au Seigneur et faire de notre mieux, sans complaisance avec notre paresse.

## *Mission douceur*

- Pour tout remettre au Seigneur, il est nécessaire de prier chaque jour. Chaque jour ! Lire ce parcours, ce n'est pas faire oraison. Alors, prenez le temps, avant et après l'avoir lu, de prendre quelques minutes de cœur à cœur avec le Seigneur, pour l'écouter.

- Écrire : je vous invite à vous munir d'un beau carnet pour accompagner ce mois. Vous y noterez les prières, les paroles de la Bible, des saints... reçues ici ou ailleurs et qui vous nourrissent. À l'école de saint François de Sales, vous apprendrez à y noter chaque jour ce que vous prévoyez pour votre journée et les moments où vous anticipez de devoir être particulièrement douce. Vous pourrez aussi y noter les intentions de prière que vous portez, ou vos efforts, vos mercis.

Ouvrez grand la porte de votre cœur, Dieu qui y demeure attend aujourd'hui que vous l'y rejoigniez. Que la Sainte Trinité vous accompagne, vous soutienne, vous console et vous relève, autant de fois que nécessaire...

Dieu seul suffit : haut les cœurs !

*Bonne route, chères mamans.*

*Prière des mamans*

Seigneur Dieu, tu m'as établie mère,  
tu m'as plantée et appelée là où je suis aujourd'hui.  
Dans ton dessein, ma singularité a été façonnée sur mesure  
pour l'être unique de chacun de mes enfants.

Je ne suis pas là par erreur ou par hasard.

Tu me donnes ton Fils Jésus  
pour me montrer le chemin, la vérité et la vie.  
Par sa croix, il rachète chacune de mes chutes,  
y compris mes chutes banales et quotidiennes en tant que mère.

Dans toute la Bible, tu me donnes  
les paroles nécessaires, pour aujourd'hui,  
pour chacune des situations familiales qui me tracassent.

Tu me donnes ton Esprit Saint, pour me soutenir,  
m'inspirer, m'accompagner à chaque seconde.

J'ai une mission importante et irremplaçable,  
une mission personnelle, celle d'élever mes enfants :

Sainte Trinité, je vous la remets entièrement,  
dans la confiance, rien que pour aujourd'hui.

AMEN.





## *« Heureux les doux, ils obtiendront la terre promise »*

Bienvenue, chères mamans, dans cette « mission douceur », ce temps quotidien pour faire grandir la douceur dans notre vie de femmes au cœur du monde, au cœur de nos foyers, pour devenir chaque jour davantage Sentinelles de l'Invisible, présences de Dieu là où nous sommes.

12

Avant de nous mettre en route, posons les termes de notre mission. Qui sont les doux ? Des faibles, des mous comme le monde veut souvent nous le faire croire ?

Pourtant, Jésus se définit lui-même comme un doux... et le moins qu'on puisse dire, c'est qu'il n'est ni faible ni mou ; alors, de quelle douceur parle-t-on ?

Quelle douceur allons-nous demander ?

*« Dans Ancien Testament, on trouve l'idée que le doux s'oppose à l'impie. L'impie s'irrite contre Dieu, le doux reste paisible, il l'attend avec patience. Il ne se laisse pas démonter par l'adversité. Le*



*doux accepte le temps de Dieu et la manière de Dieu. Il n'est donc pas un faible, au contraire c'est un croyant qui a une grande force d'âme. Les béatitudes désignent une attitude intérieure librement choisie. On peut être colérique et vivre cette troisième béatitude »*  
 (Mgr Jacques Habert, évêque de Séez).

La douceur que nous allons donc demander pendant tout ce mois, c'est celle de Jésus. C'est ce regard plein d'amour porté sur chacun, cette main qui relève, ces mots qui bénissent, cette oreille qui écoute. C'est la tendresse de Dieu qui retient sa colère dans l'Ancien Testament. C'est l'atmosphère enveloppante et chaleureuse que nous souhaitons pour nos maisons.

Cette mission s'adresse à chacune, quelle que soit sa personnalité (naturellement douce ou pas), son histoire, sa famille...

Que nous soyons naturellement toujours aimables dans nos paroles ou que notre langue soit « coupante comme un rasoir », nous avons toutes un défi de douceur, envers nous-mêmes, envers les autres, envers le monde... à relever.

Il nous faut « simplement » être prêtes à soumettre chaque partie de nous-mêmes, en particulier notre langue,

## Mission douceur

indépendamment de notre tendance naturelle ou de notre personnalité, à JÉSUS CHRIST.

### Mission



Aujourd'hui, vous pouvez prendre le temps de faire le point sur la douceur dont vous manquez. Êtes-vous dure avec les autres, avec une personne en particulier, avec vous-même ? Imaginez ce que vous voudriez vivre en famille, dans quelle douceur vous voudriez évoluer. Écrivez ce projet et confiez-le au Seigneur qui nous a dit : « *Demandez, on vous donnera*<sup>3</sup> » (Matthieu 7, 7).

14

.....  
.....  
.....

### Prière



Vous pouvez prendre, aujourd'hui et chaque jour au début ou à la fin de votre temps de prière, la prière des mamans de la page 11, rédigée pour la « mission douceur ».

3. Sauf mention contraire, les citations bibliques de cet ouvrage sont tirées de la traduction de l'AELF (N.D.E.).

## Douceur et humilité



« Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos. Prenez sur vous mon joug, devenez mes disciples, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour votre âme. Oui, mon joug est facile à porter, et mon fardeau, léger » (Matthieu 11, 28).

Dans l'évangile de Matthieu, Jésus se décrit lui-même comme « doux et humble de cœur ». Si donc nous voulons imiter Jésus, il nous faut nous aussi devenir douces et humbles. Cela va nous demander des efforts, mais la récompense promise par le Seigneur est si belle : je vous procurerai le repos, vous trouverez le repos pour votre âme ! N'est-ce pas une chose à laquelle nous aspirons toutes, cette paix du cœur, ce repos confiant, ce calme quoi qu'il arrive ?

Il nous faut d'abord entendre l'appel initial du Christ : « Venez à moi. » Chères mamans, si nous voulons grandir