

## COMPTE RENDU DE REUNION D'EQUIPE DE BRIOUDE (43)

### L'EMOTION – NOS EMOTIONS

Il existe 7 formes d'émotions : la peur, la tristesse, la colère, la haine, le dégoût, la joie, la surprise. En y regardant de plus près on s'aperçoit qu'il n'existe qu'une seule émotion positive : la joie.

*L'émotion est un trouble passager, causé par un élément extérieur affectif environnemental ou psychologique.*

Les émotions sont le propre de l'être humain, il n'y a pas de vie sans émotion. Jésus lui-même fut rempli d'émotion et bouleversé devant les larmes de Marthe à la mort de Lazare.

Ce trouble vient du plus profond de nous-même et résulte souvent d'émotions ou même chocs émotionnels subits ou vécus durant notre enfance. Nos émotions d'adulte sont conditionnées par le vécu de notre enfance.

Nos émotions se manifestent plus aisément devant les difficultés que la facilité. Il est parfois difficile d'exprimer sa joie, cette émotion n'est pas toujours spontanée, elle vient quelques fois après coup, lorsque l'on réalise le bonheur qui vient d'arriver et la chance que l'on a. Le manque d'émotion face à certains événements peut créer un vide.

Le ressenti de nos émotions évolue avec notre maturité affective et psychologique. Les émotions les plus fortes sont celles ressenties devant la perte ou les difficultés de nos proches. Il y a des émotions difficiles à maîtriser lors de décès de proches par exemple.

Quant aux émotions collectives, il faut rester vigilant et maître de soi, car on peut très facilement se laisser influencer et manipuler. Il faut se méfier des réactions de la foule. N'était-ce pas ce qui est arrivé à Jésus, qui lors de la résurrection de Lazare est encensé par la foule de Juifs présents lors de ce miracle. Quelques jours plus tard cette même foule le condamne à mort.

Aujourd'hui les médias se veulent être de gros « vecteurs d'émotions » ; ils n'hésitent pas, pour faire de l'audimat à surenchérir en diffusant des reportages touchant à notre sensibilité. Dans ce flot d'images, il y a pourtant des moments très forts en émotions comme la nomination de notre Pape François. Cette apparition sur la Place Saint Pierre et sa demande de prière faite avec tant de simplicité, crevait l'écran tant l'émotion et la surprise étaient fortes.

Les émotions quelles qu'elles soient amènent à la Prière. Il nous faut vivre et faire les choses avec foi et espérance à l'image du Pape François.

« Seigneur donne – moi du courage »

Quand je suis dégouté par la méchanceté des autres,

Quand je suis désespéré par tous les malheurs du monde,

Jésus, aide – moi à me débarrasser de toutes ces idées noires.

Donne – moi courage, donne – moi confiance en ton Amour,

Plus fort que tout ce mal.