



## MAITRISER L'AGRESSIVITÉ

---

### LE BUT DE L'AGRESSIVITÉ

*«Efforcez-vous aussi d'ajouter à la connaissance la maîtrise de soi, à la maîtrise de soi la patience et à la patience l'attachement à Dieu.»*

(2 Pierre 1:6

“Bonnes Nouvelles Aujourd’hui”)

Selon le professeur Konrad Lorentz, les animaux ne peuvent survivre et se développer sans une certaine dose d'agressivité. Mais en provoquant un animal on peut le rendre beaucoup plus agressif, voire dangereux.

Il semble que chacun de nous est doué d'une agressivité naturelle sans laquelle nous ne pourrions atteindre nos objectifs. Mais, à l'instar des animaux, cette agressivité peut être exagérée et nous pousser à des actes incontrôlés.

Sans une certaine dose d'agressivité, nos entreprises sont vouées à l'échec. Cela est vrai, par exemple, pour le chrétien. L'hésitation et la timidité n'ont jamais servi la cause divine (cf. Jacques 1:6; 2 Timothée 1:7). Il faut que le serviteur de Dieu soit résolu dans ses voies et qu'il sache adopter une attitude offensive dans le combat spirituel (cf. Éphésiens 6:10ss), qu'il sache lutter *«par les armes offensives et défensives de la justice.»* (2 Corinthiens 6:7).

Le soldat de l'Évangile ne peut obtenir de victoires s'il ne combat selon les règles (2 Timothée 2:5). A cet égard le chrétien est semblable aux autres hommes, et l'entreprise chrétienne aux autres entreprises humaines: sans des hommes d'action, sans des hommes qui ne craignent pas les risques, l'oeuvre de Dieu ne peut pas progresser (cf. 1 Corinthiens 9:26, 27; 2 Corinthiens 11:22-29).

## LA FRUSTRATION ET L'AGRESSIVITÉ

Il faut d'abord traiter le problème de la frustration car c'est là que naît l'agressivité (voir Horizons Chrétiens, octobre 1981). La frustration et l'agressivité sont deux problèmes à ce point liés qu'on supprime généralement le second en résolvant le premier.

## L'AGRESSIVITÉ MAL DIRIGÉE

Une personne frustrée (qui ne parvient pas à atteindre un but ou à satisfaire un désir) devient toujours une personne agressive et dangereuse pour les autres. Lorsque notre énergie n'est pas engagée dans une direction valable et constructive, elle ne peut s'engager qu'à détruire tout ce qui nous entoure: notre famille, nos amis, notre profession... et finalement nous-mêmes!

## L'AGRESSIVITÉ DES JEUNES

L'agressivité et la violence des jeunes aujourd'hui ne proviennent pas du fait qu'ils souffrent davantage que leurs aînés: c'est tout le contraire qui est vrai. Élevés dans du coton, habitués à la facilité et intéressés uniquement à eux-mêmes, ils ne savent pas canaliser leur agressivité naturelle dans un effort constructif et utile aux autres. Les parents poussent les jeunes à la violence ou à la destruction en leur facilitant tout et en les protégeant exagérément du combat de l'existence.

## SI VOUS ETES AGRESSIF

Si vous êtes vous-même agressif, vous devez d'abord résoudre le problème de vos frustrations. Lorsque vous êtes sur le point de faire du mal à quelqu'un ou de détruire la réputation d'une personne (les mauvaises langues sont des personnes agressives), posez-vous la question suivante: "Est-ce que ce n'est pas ma propre frustration qui ressort? Qu'est-ce qui a bien pu me frustrer?" Et quand quelqu'un se montre agressif envers vous, songez qu'il doit s'agir d'une personne frustrée par quelque chose.

VERIDICUS