

Jacques Arènes

Les habitudes quotidiennes sont très protectrices même en cas de catastrophe. Aujourd'hui elles sont bousculées, tout est questionné, remis en question . Il n'y a pas de niche écologique minimum, soit un lieu de confort au quotidien . Même petit, il permet pourtant de surmonter les incertitudes les plus lourdes...changer son rapport au monde ce n'est pas seulement changer de lieu, comme le croient certains attirés par une vie plus à la campagne . Cela suppose de rentrer en soi, d'avoir une réflexion en action, de repenser tous les pans de sa vie, son rapport aux autres, à son quotidien Tout le monde n'est pas prêt à cette conversion personnelle . C'est un chemin complexe

Anne Giersch, spécialiste en neuropsychologie cognitive

Face à l'incertitude, d'habitude, on recherche dans notre cerveau l'information qui manque. Tout ce qu'on sait a priori pour nous aider à prédire ce qui va se passer demain et à prendre une décision. Problème : aujourd'hui, avec la pandémie de Covid-19, "l'information, on ne la trouve pas dans notre cerveau, ni dans le cerveau des autres (...)" Il y a des incertitudes qui peuvent affecter massivement notre façon de vivre ou d'anticiper l'avenir, mais on a vu pendant la pandémie combien la société se mobilisait. Il faut se rappeler de ça. Savoir que nous aussi, on peut se mobiliser, et que surmonter les obstacles, c'est quelque chose de positif. Donc peut être, dans l'incertitude, il y a quelque chose de positif pour l'avenir.

Frédéric Lenoir – livre : *Vivre ! Dans un monde imprévisible* (2020)

Ceux qui cultivent leur esprit en lisant des livres de philosophie ou de poésie, ceux qui pratiquent régulièrement le yoga ou la méditation, ceux qui ont une activité créatrice, ceux qui développent l'amour et la compassion en s'engageant dans la société, ceux qui cherchent à donner un sens à leur existence sont sans doute mieux armés pour traverser les périodes difficiles de la vie. En effet, ils déploient des qualités spirituelles qui viennent soutenir le corps et stabiliser les émotions (notamment la peur), améliorer la qualité des liens affectifs et sociaux, renforcer la confiance et l'amour de la vie. autant de qualités précieuses qui favorisent, après un choc ou une déstabilisation profonde comme celle que nous venons de vivre, la possibilité d'un rebond, d'un travail sur soi, d'une entrée en résilience.

Livres:

- *Vivre ! Dans un monde imprévisible* de Frédéric Lenoir
- 5 conseils pour bien savoir gérer l'incertitude
<https://vie-attractive.blogspot.com/2016/06/5-conseils-pour-bien-savoir-gerer-l-incertitude.html>
- Un article : [Edgar Morin: «Nous devons vivre avec l'incertitude»](#)



Livret Invités

Comment je vis les périodes d'incertitude

5 septembre 2020

Isabelle Pot, Elisabeth Roy, Georges Bafaro, Michel Vromandt,
Béatrice Seure, Marie-Françoise Claude, Gérard Mennetrier

Prochaine rencontre du « café à la foi » 3 octobre 2020 : la vérité

Contact : Isabelle Pot 06 19 82 74 52 isabelle.pot@wanadoo.fr

Paroisse de la Sainte-Trinité : <http://www.saintetrinite-grenoble.fr/>

Diocèse : <http://www.diocese-grenoble-vienne.fr/>

Mathieu 6, 25-34

C'est pourquoi je vous dis : Ne vous souciez pas, pour votre vie, de ce que vous mangerez, ni, pour votre corps, de quoi vous le vêtirez. La vie ne vaut-elle pas plus que la nourriture, et le corps plus que les vêtements ?

Regardez les oiseaux du ciel : ils ne font ni semailles ni moisson, ils n'amassent pas dans des greniers, et votre Père céleste les nourrit. Vous-mêmes, ne valez-vous pas beaucoup plus qu'eux ? Qui d'entre vous, en se faisant du souci, peut ajouter une coudée à la longueur de sa vie ?

Et au sujet des vêtements, pourquoi se faire tant de souci ? Observez comment poussent les lis des champs : ils ne travaillent pas, ils ne filent pas.

Or je vous dis que Salomon lui-même, dans toute sa gloire, n'était pas habillé comme l'un d'entre eux. Si Dieu donne un tel vêtement à l'herbe des champs, qui est là aujourd'hui, et qui demain sera jetée au feu, ne fera-t-il pas bien davantage pour vous, hommes de peu de foi ?

Ne vous faites donc pas tant de souci ; ne dites pas : "Qu'allons-nous manger ?" ou bien : "Qu'allons-nous boire ?" ou encore : "Avec quoi nous habiller ?"

Tout cela, les païens le recherchent. Mais votre Père céleste sait que vous en avez besoin.

Cherchez d'abord le royaume de Dieu et sa justice, et tout cela vous sera donné par surcroît. Ne vous faites pas de souci pour demain : demain aura souci de lui-même ; à chaque jour suffit sa peine.

Autre texte biblique

Mt 6, 11 « Donne-nous notre pain de ce jour », référence à la manne

Prière de Charles de Foucauld

Mon père,	Je remets mon âme entre tes mains.
Je m'abandonne à toi,	Je te la donne, mon Dieu,
fais de moi ce qu'il te plaira.	avec tout l'amour de mon coeur,
Quoi que tu fasses de moi,	parce que je t'aime, et que ce m'est
je te remercie.	un besoin d'amour de me donner,
Je suis prêt à tout, j'accepte tout .	de me remettre entre tes mains
Pourvu que ta volonté	sans mesure,
se fasse en moi, en toutes tes	avec une infinie confiance
créatures,	car tu es mon Père
je ne désire rien d'autre, mon Dieu .	

Citations

- « L'incertitude reste un élément inexpugnable de la condition humaine. » Edgar Morin
- Nous essayons de nous entourer d'un maximum de certitudes, mais vivre, c'est naviguer dans une mer d'incertitudes, à travers des îlots et des archipels de certitudes sur lesquels on se ravitaille... Edgar Morin
- "Sans l'incertitude l'aventure n'existerait pas" Alain Séjourné

- "Pendant que nous parlons, le temps jaloux a fui. Cueille le jour, sans te fier à demain." Horace
- "Les crises, les bouleversements, la maladie ne surgissent pas par hasard. Ils nous servent d'indicateurs pour rectifier une trajectoire, explorer de nouvelles orientations, expérimenter un autre chemin de vie." Carl Gustav Jung
- "L'incertitude est source de beauté et de tragédie dans nos vies" Salvatore Veca
- "Nous souhaitons la vérité, et ne trouvons en nous qu'incertitude". Pascal
- "Un double mystère enveloppe notre existence, celui de notre naissance et celui de notre mort, et ce secret est caché en Dieu, il nous faut le recevoir" Léo Scherer
- "Dieu n'entre pas par effraction, mais avec une grande douceur, en se proposant à la liberté de l'homme" Léo Scherer
- "La philosophie tire sa valeur de son incertitude même" Bertrand Russell
- "L'incertitude est l'essence même de l'aventure amoureuse" Oscar Wilde
- "L'incertitude n'est pas dans les choses mais dans notre tête: l'incertitude est une méconnaissance" . Jacques Bernouilli
- "L'incertitude est le pire de tous les maux jusqu'au moment où la réalité vient nous faire regretter l'incertitude " . Alphonse Larr
- "Une solution qui nous démolit vaut mieux que n'importe quelle incertitude ." Boris Vian
- "La règle nous délivre des fantaisies, des tourments de l'incertitude" Joseph Joubert
- "La connaissance progresse en intégrant en elle l'incertitude, non en l'exorcisant" . Edgar Morin
- "Lire, c'est déjà poser l'équation de l'incertitude" Jean-Michel Wyl
- "L'organisme vivant est construit de telle sorte qu'il préserve la cohérence de ses structures et de ses fonctions contre les nombreux aléas de la vie." Antonio Damasio neurologue
- "Chaque chose, selon sa puissance d'être, s'efforce de persévérer dans son être." Spinoza
- "Ce qui ne me tue pas me rend plus fort" Nietzsche
- "Hâte-toi de bien vivre et songe que chaque jour est à lui seul une vie." Sénèque