



## LE SENS DE L'EFFORT

Formation de la conscience, pratique des commandements... ces fondements de l'éducation morale resteraient incomplets, insuffisants, sans l'apprentissage de l'effort et du sacrifice. La vie humaine étant un combat, la victoire ne s'obtient pas sans effort, et pas davantage sans quelques renoncements... Ce chapitre et le suivant sont donc consacrés à ces deux thèmes, effort et sacrifice.

Par définition, l'effort est le contraire de la facilité et du laisser-aller. Par rapport à l'éducation de nos enfants, une mentalité générale dominée par la recherche de la facilité est lourde de conséquences. La toute première semble bien être la perte du sens de l'effort.

La recherche du plaisir et de la jouissance comporte un aspect inévitable, c'est la perte du sens de l'effort, quand ce n'est pas une éducation sans efforts qui amène à cette recherche.(...) Si les parents veulent que leurs enfants ne succombent pas aux tentations et soient armés pour le combat de la vie, il faut qu'ils soient familiarisés avec l'effort, disons le mot : il faut qu'ils aient été initiés à la discipline du sacrifice.

La perspective d'avoir à demander à nos enfants des choses coûteuses ne doit pas nous déconcerter. Les adolescents et plus encore les enfants comprennent souvent mieux que les adultes la nécessité de se maîtriser, surtout si on les encourage en leur présentant les motivations voulues.

(Père Gillet)

L'effort est un élément indispensable dans la formation d'un homme : c'est ce qui le fait progresser, grandir, arriver à son but. C'est dire son importance, et plus encore dans l'éducation des enfants.

En tant que parents ou éducateurs, et en tant que chrétiens, il nous est bon d'avoir des idées claires sur la valeur de l'effort, en soi, et sa place dans l'éducation. Nous verrons donc :

- » d'abord pourquoi une éducation du sens de l'effort ;
- » ensuite les applications pratiques à mettre en œuvre dans la vie quotidienne.

### POURQUOI UNE EDUCATION DU SENS DE L'EFFORT ?

Qu'est-ce que l'effort ?

Le dictionnaire *Petit Robert* définit l'effort comme "*l'activité d'un être conscient qui mobilise toutes ses forces pour résister ou vaincre une résistance (extérieure ou intérieure)*". Application,





concentration." Le Petit Larousse ajoute : "Action énergique du corps ou de l'esprit - Acte pénible - douleur musculaire - L'effort donne un sentiment de liberté."

L'effort se définit donc comme l'expression d'une force, une dépense d'énergie pour surmonter une difficulté. C'est une résistance contre une force contraire, donc quelque chose qui ne s'obtient pas sans peine, d'où la sensation que c'est pénible.

On rencontre des efforts à faire dans tous les domaines de la vie humaine :

- ▶ *physique* : contraction musculaire, gymnastique ou compétition sportive...
- ▶ *intellectuel* : tension de l'esprit cherchant à résoudre une difficulté, effort de mémoire, d'imagination...
- ▶ *moral* : formation de la volonté, qui s'applique à résister au mal et faire le bien, formation du caractère...
- ▶ *spirituel* : persévérance dans la prière, détachement, abandon à Dieu...

### L'effort fait partie de la vie

Même encore maintenant, dans un monde dominé par la recherche de la facilité et du plaisir, remarquons que la réussite d'une entreprise, quelle qu'elle soit, dépend de la volonté d'y parvenir et de l'effort mis en œuvre dans ce but. Saint Paul, déjà, prenait l'exemple de la réussite sportive :

*Ne savez-vous pas que dans les courses du stade, tous courent, mais un seul remporte le prix. Courez donc de manière à le remporter. Tout athlète se prive de tout ; mais eux, c'est pour une couronne périssable, nous, une impérissable (1 Co 9,24-25).*

Nous savons tous, par expérience, que c'est la même chose pour la réussite d'un examen, d'un concours, ou dans quelque domaine que ce soit. Pensons aux exigences d'une carrière artistique : on ne peut rien obtenir sans des efforts quotidiens et rigoureux.

Avant d'être en mesure de se produire en concert, le pianiste s'astreint à des heures de gammes et d'exercices, à la répétition patiente des passages difficiles ; le sportif se soumet à des heures d'entraînement... Plus encore, il n'hésite pas à "sacrifier" tout ce qui compromettrait la réussite : il renonce au tabac, à l'alcool, aux veillées tardives...

*Autres exemples* : si l'on projette de partir en vacances, ou de faire un voyage lointain, donc coûteux, nous saurons renoncer à d'autres dépenses en vue de ce projet. Ou encore, si l'on a le projet de construire une maison, on renoncera au voyage au bénéfice de la construction...Là,





nous savons renoncer à la facilité, nous acceptons de passer par bien des difficultés avant d'arriver à la pleine réalisation de notre désir.

Nous arrivons donc à ce constat : dès que l'on veut fermement obtenir quelque chose, nous acceptons de nous imposer des sacrifices, des privations, en vue d'un bien qui nous paraît plus grand. On peut en conclure que le renoncement et l'effort font bien partie de la vie.

Avons-nous la même cohérence quand il s'agit d'arriver au but ultime de notre vie et d'obtenir le Bien suprême : la vision de Dieu *face à face*, dans un bonheur éternel ?

Si nous avons vraiment un réel et profond désir de l'obtenir un jour, comme cela nous est promis, acceptons-nous les nombreux renoncements et efforts qui s'imposent pour y parvenir ? Pour nous-mêmes, d'abord, tout comme pour nos enfants : car, avec la grâce de Dieu, nous avons la charge de les amener, eux aussi, jusqu'à ce bonheur éternel.

### Pourquoi l'effort est-il pénible ?

#### C'est une conséquence du péché originel :

*Le sol est maudit à cause de toi : c'est par un travail pénible que tu en tireras ta nourriture, tous les jours de ta vie... Tu mangeras ton pain à la sueur de ton front (Gn 3,17-18).*

Depuis cette époque lointaine, c'est un fait : tout est laborieux, on n'a rien sans mal. Cet aspect pénible est utile : il a un effet réparateur, compensateur du mal. Dans cette perspective de restauration de l'humanité par le travail - le travail bien fait - l'effort, quel qu'il soit, devient constructif, positif.

Ce qui est pénible demande de la patience (du latin *patior* : pâtir, souffrir). Vus sous cet angle, les innombrables efforts de patience qui nous sont demandés chaque jour peuvent être plus faciles à accepter.

#### La vie humaine est un combat : pas de victoire sans effort...

Cette situation dramatique du monde qui tout entier gît au pouvoir du mauvais (1 Jn 5, 19) fait de la vie de l'homme un combat. « Un dur combat contre les puissances des ténèbres passe à travers toute l'histoire des hommes. (...) Engagé dans cette bataille, l'homme doit sans cesse combattre pour s'attacher au bien ; et non sans grands efforts, avec la grâce de Dieu, il parvient à réaliser son unité intérieure. (GS § 37. 2) ». (CEC 409)

C'est pourquoi notre effort doit toujours s'appuyer sur la grâce de Dieu. Sans elle, nous nous fatiguerons vite :





*Fortifiez-vous dans le Seigneur, dans sa puissance souveraine. Revêtez l'armure de Dieu pour pouvoir résister aux manœuvres du diable (Ep 6,10-11).*

## En contrepartie, l'effort est constructif

L'effort a un côté pénible, c'est vrai. Mais le fait qu'il soit une dépense d'énergie, une force, est bon signe : signe de vie, de vigueur, de vitalité. A l'inverse, le fait de ne plus pouvoir faire d'effort est signe de faiblesse, de maladie...

L'effort, on le rencontre partout. Pour :

- ▶ -escalader un rocher, tendre une voile... ou toute activité sportive,
- ▶ lutter contre une distraction et se concentrer sur son travail,
- ▶ -persévérer jusqu'au bout de son ouvrage,
- ▶ dire la vérité, retenir un mot méchant, rendre service,
- ▶ demander pardon ou pardonner... etc.

C'est grâce à des efforts répétés qu'une chose difficile devient progressivement plus facile, jusqu'à devenir une habitude acquise, comme une seconde nature... Par exemple : apprendre à lire ou à faire du vélo.

C'est ainsi que la personnalité se construit peu à peu, que l'enfant se dépasse, qu'il a le sentiment de "grandir", d'acquérir une plus grande autonomie. C'est la raison pour laquelle cette éducation de l'effort doit être entreprise de bonne heure.

## La place de l'effort dans l'éducation

Dans le climat de facilité, d'indépendance farouche et anarchique où nous vivons, il ne manque pas de chantres pour prôner la non-directivité dans l'éducation : laisser les enfants pousser comme des herbes folles au gré de leurs "pulsions". Telle est la "liberté" qu'ils revendiquent. Qu'en penser ?

### L'effort est-il contraire à la liberté ?

C'est une utopie de compter sur la nature pour contrôler, diriger, assurer le développement normal d'un être humain : sans une éducation vraiment sérieuse et directive, un enfant ne pourra progresser dans aucun domaine. *(Père Gillet)*





Chez le jeune enfant, les tendances au mal (dues au péché originel) ne tardent pas à apparaître : dans notre tâche éducative, cette donnée essentielle est à prendre en compte. Comme l'enseignait Pie XI :

Il ne faut jamais perdre de vue que le sujet de l'éducation chrétienne, c'est l'homme tout entier (...) Mais c'est aussi l'homme déchu de son état primitif qui, bien que racheté par le Christ et rétabli dans sa condition surnaturelle de fils adoptif de Dieu, garde cependant les effets du péché originel, et en particulier l'affaiblissement de la volonté et le désordre des tendances.(...) C'est dès l'âge le plus tendre qu'il faut réprimer les inclinations déréglées de l'enfant, développer et discipliner celles qui sont bonnes. Il importe surtout d'imprégner l'intelligence des vérités surnaturelles et de fortifier la volonté par le secours de la grâce ; sans quoi il sera impossible de dominer les mauvaises inclinations.

*Pie XI - Divini illius magistri*

### L'apprentissage de la liberté ne peut se faire sans effort

La maîtrise des obstacles que nous rencontrons inévitablement sur notre route nous procure une certaine indépendance, et par là la liberté dont nous avons besoin. Mais sans efforts, on ne maîtrise pas les obstacles. Contraindre un petit à respecter certains "interdits", à ne pas toucher à tout au supermarché, à finir ce qu'il a commencé, à obéir en certaines circonstances, à marcher sur la route même s'il est un peu fatigué... est-ce limiter sa liberté ?

Que non ! Bien au contraire : ces efforts successifs, dans tous les domaines, lui permettent d'éprouver sa force et l'aident à progresser. En fin de compte, n'est-ce pas cela qui lui permet de s'épanouir et d'être heureux ? Et grandir, n'est-ce pas le but, l'objectif normal de l'enfance ?

La tendance actuelle à la facilité et à l'indépendance va jusqu'à *culpabiliser* les parents "directifs" et arriérés qui, faisant faire des efforts à leurs enfants, les empêchent de "s'épanouir". Ne nous laissons pas ébranler : appuyons-nous fermement sur cette certitude que l'autorité que nous exerçons sur nos enfants est bonne : non seulement elle est voulue par Dieu, mais nous aurons à Lui en rendre compte.

### En conclusion de cette première partie

À côté d'un aspect pénible, l'effort a un grand côté positif : c'est une force, un signe de vitalité, un moyen de progresser, de se dépasser, de grandir. L'effort fait partie de la vie.

*La vie sur terre est une vie de combat (Jb 7,1).*

C'est à nous, parents, d'apprendre à nos enfants que, oui, la vie est un combat.





Si nous avons à leur donner le sens de l'effort, que ce soit dans le domaine physique, intellectuel, moral, spirituel... c'est que c'est un élément indispensable à l'acquisition d'une vraie et bonne liberté.

Enfin, compte tenu du climat actuel de permissivité morale, de plus en plus répandu, nous voyons bien, une fois de plus, la nécessité de revenir sur la réalité incontournable des séquelles du péché originel, et de ses implications dans l'éducation.

Ignorer que l'homme a une nature blessée, inclinée au mal, donne lieu à de graves erreurs dans le domaine de l'éducation (CEC 407).

Former nos enfants au sens de l'effort demande que nous restions conscients de l'existence de ces tendances au mal, sans les sous-estimer : car même si elles ne sont pas encore apparentes, elles sont déjà à l'œuvre. Et le meilleur moyen pour les contrecarrer, ce sont les bonnes habitudes acquises dès le plus jeune âge.

## MISE EN PRATIQUE D'UNE ÉDUCATION DE L'EFFORT

Envisageons maintenant les choses sous leur angle concret : la mise en pratique de cette formation. Quand commencer ? Comment s'y prendre ? Quelles étapes suivre ?...

Le but de l'éducation, c'est de rendre un enfant autonome.

*"Aide-moi à faire tout seul" (dit par un enfant de 3 ans).*

Cela va commencer par tous les exercices de vie pratique : manger tout seul, s'habiller seul, ranger soi-même ses jouets le soir, etc. Mais cela ne se fera pas, du moins au début, sans faire des efforts, plus ou moins selon les tempéraments.

Une fois encore, nous insisterons sur le fait que c'est avec l'enfant tout petit que cette éducation doit être entreprise.

### Laisser faire à l'enfant tout ce dont il est capable

C'est la règle de base de l'éducation à l'autonomie. Cela commence par l'acquisition des "bonnes habitudes". Dès la fin de la première année, on peut mettre en place les habitudes de base : propreté, repas et sommeil à heures fixes, rangement des jouets le soir, etc.

### Un exemple concret : une jeune maman avec son fils de 16 mois :

C'est le petit qui, le soir, va remettre à leur place tous les cubes et jouets de toutes sortes inévitablement éparpillés dans la chambre... Tranquillement assise par terre, très calmement, la





maman prend le temps nécessaire pour ce rangement, montrant à l'enfant les jouets qui restent encore éparés, et où il faut les ranger... Tout se fait dans l'ordre et le calme. Au début, cela peut durer un bon quart d'heure.

Il est évident que c'est plus facile à faire lorsqu'on n'a qu'un enfant ! Mais cela a l'avantage de créer avec le premier une habitude que les enfants suivants adopteront, dans la foulée, plus facilement.

Si l'enfant est capable de s'habiller seul, pourquoi l'habillez-vous ?

- Pour aller plus vite, me répondez-vous.

Certes, il y a des circonstances où l'on est vraiment pressé le matin : par exemple, s'il faut déposer l'enfant chez la nounou, à la crèche ou à l'école... Mais lorsqu'on n'est pas soumis à ces contraintes, n'est-ce pas à nous de nous organiser en conséquence ?

Dans l'intérêt profond de l'enfant, il vaut beaucoup mieux qu'il passe 20 minutes à s'habiller tout seul, attacher ses boutons, enfiler ses chaussettes, etc... plutôt que de le faire pour lui, en 5 minutes, s'il est capable de le faire seul.

Certains enfants, il est vrai, se prêtent moins bien que d'autres à faire les choses tout seuls : ainsi, tel garçon de 4 ans, du genre "rêveur", préfère se faire attacher ses boutons par sa petite sœur de 3 ans !

D'année en année, les progrès vont continuer.

Dès 6 ou 7 ans, parfois même avant, il pourra faire son lit, mettre le couvert, balayer le couloir, etc.

### Ne jamais faire pour l'enfant ce qu'il est capable de faire tout seul

Gardons toujours à l'esprit cette règle d'or. Maria Montessori affirmait :

"Toute aide inutile dans l'action d'un enfant est un obstacle à son développement normal."

Trop souvent, et surtout dans ces domaines de la vie pratique ou ménagère, nous sous-estimons les capacités de nos petits... et nous faisons les choses à leur place. En réalité, c'est d'abord un choix à la base : aider l'enfant à se construire, à grandir.

### La participation aux services de la maison

Participer aux travaux domestiques est un excellent entraînement, dont le tout jeune enfant est très fier (dans quelques années, il sera nettement moins enthousiaste !).

*Un petit de 2 ans ½*, installé sur un tabouret devant l'évier, lave tous les matins les bols du petit déjeuner, équipé d'un grand tablier. Cela va l'occuper un bon moment... Et s'il tombe un peu





d'eau par terre, maman lui apprend à l'éponger avec la serpillère. Mais bien vite, ce n'est même plus nécessaire : il a acquis la pleine maîtrise de ses gestes et travaille "proprement" : il trouve là une plénitude, un équilibre, et il est heureux.

A 5 ans, on pourra lui demander de mettre le couvert, de décharger le lave-vaisselle...

### C'est dans tous les domaines que nous aurons à leur demander des efforts

D'âge en âge, suivant les étapes de son développement, les efforts à fournir ne seront pas les mêmes.

L'important est d'avoir, dès la petite enfance, formé l'enfant à ce sens de l'effort : intégrer cette "donnée" dans sa vie de telle façon qu'elle lui devient comme naturelle.

### Quelques règles pratiques

- ▶ *Faire l'effort de finir le travail ou le jeu commencé.*

Rappelons que, pour un enfant de 3 ou 4 ans, ce que nous appelons "jeu" est en fait un travail : une activité sérieuse.

- ▶ *Avoir le souci du travail bien fait.*

Pierre d'attente pour plus tard, c'est une valeur qui servira à l'enfant toute sa vie... et le prépare au sens du "devoir d'état".

- ▶ *Ordre et méthode.*

L'enfant aime l'ordre. Apprenons-lui à ranger ses affaires le soir : vêtements, jouets.

- ▶ *Faire l'effort d'obéir et de respecter les règles.*

Pour cela, préciser les interdictions et les faire respecter : l'enfant comprendra vite qu'elles sont établies pour son bien : l'escalier - le feu - l'eau... Mais éviter les interdictions inutiles ou arbitraires.

- ▶ *Avoir le courage de dire la vérité quand on se trouve en faute.*

Cela demande toujours un véritable effort, surtout au début, plus ou moins selon les tempéraments... Aux parents de ne pas "lâcher" ! C'est là toute la formation de la droiture d'âme et de l'amour de la vérité qui est en jeu.

Plus vite on en aura pris l'habitude, plus cela deviendra facile et même naturel... Point important à entreprendre dès la petite enfance.







## Du côté des parents

Quel que soit l'âge, évitons de leur demander ce qui est trop facile : manque d'intérêt ; ou trop difficile : découragement.

### Aider l'enfant autant qu'il en a besoin, jamais davantage.

Faire avec lui quelque chose pour la première fois, mais ensuite, le laisser progressivement faire tout seul. Être là, d'abord, en cas de secours, mais en le regardant faire...

Ensuite on n'aura plus besoin d'être là.

### Éviter de le décourager :

Pour une assiette cassée ou un verre renversé, éviter les interjections négatives ou inutiles : "Maladroit ! Sot ! ..." Dire "Il n'y a que ceux qui ne font rien qui ne cassent rien" est plus réconfortant ! On reconnaît alors la bonne volonté de l'enfant.

Dans ce cas, mieux vaut apprendre à réparer : on lui fait ramasser les morceaux de l'assiette et les mettre à la poubelle. Et pour l'eau renversée, on dira : "c'est dommage. Viens, on va chercher la serpillère..."

### Ne jamais laisser les enfants désœuvrés

*"L'oisiveté est la mère de tous les vices"*. Et surtout, ne nous croyons pas "quittes" en les mettant devant la télévision ! Cela demande de notre part de prévoir les jeux qui l'occuperont, ou même de nous investir un peu plus pour jouer avec lui, au moins un petit moment.

## L'EFFORT, UN MOYEN DE GRANDIR

Le propre de l'enfant, jusqu'à ce qu'il arrive à l'âge adulte, c'est de grandir.

Notre rôle d'éducateurs est de l'accompagner dans sa croissance, jusqu'à ce qu'il parvienne à son autonomie : c'est le but de l'éducation.

Cette autonomie, l'enfant ne peut l'acquérir que progressivement, au fur et à mesure des étapes de son développement. L'enfance est l'âge du dépassement.

Cette éducation consiste à le laisser faire lui-même tout ce dont il est capable : c'est la seule bonne manière de l'aider à augmenter ses acquisitions, en fonction du développement de ses capacités.





L'enfant veut grandir : il aime qu'on le prenne au sérieux, et il est prêt à se soumettre à toutes les exigences qui l'aideront dans ce sens. Il est donc facile de lui donner le goût de l'effort, vu comme un moyen de grandir !...

Maintenir inutilement un enfant dans la dépendance, en faisant les choses à sa place, en allant au-devant de ses besoins ou de ses demandes, en le "couvant",... ou encore en lui parlant "bébé", c'est non seulement ne pas le respecter (c'est-à-dire "l'estimer à sa juste valeur"), mais c'est retarder d'autant son accès à l'autonomie.

« Chaque fois que la facilité remplace l'effort personnel (...) en fait, on enchaîne l'enfant à l'adulte, on lui fait prendre goût à la dépendance, on l'habitue à voir les autres répondre à ses besoins. »

*(Yvan Gobry - Les fondements de l'éducation)*

