

# Les exigences de la vie missionnaire

Tiré de *S'adapter à la vie missionnaire, guide de ressources, 2013.*

Quand vous vivez une expérience nouvelle (comme vous joindre à l'Église ou entrer dans une nouvelle école), vous êtes enthousiasmé par la nouveauté, mais vous êtes aussi nerveux parce que vous ne savez pas vraiment à quoi vous attendre. Avec le temps, vous apprenez à surmonter ces difficultés et cela vous fait progresser.

Il en est de même pour la mission. Parfois, la mission semblera être une merveilleuse aventure spirituelle, ou du moins un défi que vous pouvez relever. D'autres fois, cependant, vous pourrez avoir des expériences ou rencontrer des problèmes difficiles ou désagréables, auxquels vous ne vous attendiez pas. Vous pourrez vous demander comment réussir. Les ressources sur lesquelles vous comptiez auparavant pour vous en sortir ne seront plus nécessairement disponibles. Au lieu d'avoir la motivation d'essayer, vous pourrez devenir anxieux, irritable ou contrarié. Vous pourrez ressentir des symptômes physiques tels que des douleurs, des maux d'estomac, de l'insomnie, vous pourrez même tomber malade. Il se peut que vous ayez du mal à apprendre ou à communiquer avec les gens. Vous pourrez aussi vous sentir découragé ou vouloir abandonner.

Les exigences de l'œuvre missionnaire peuvent être classées dans plusieurs catégories :

## Les exigences générales

Tout au long de votre mission, vous vivrez de nombreux changements et transitions. Vos façons habituelles de vous en sortir ne seront pas toujours disponibles et vous devrez en apprendre de nouvelles. Les soirées et les fins de semaines qui étaient habituellement reposantes seront désormais vos moments les plus chargés. Vous vous sentirez peut-être maladroit. Parfois, vous pourrez avoir des difficultés. Peut-être vous demanderez-vous comment aider d'autres missionnaires en difficulté.

## Les exigences physiques

Il se peut que vous soyez debout pendant onze à douze heures par jour, à marcher, faire du vélo et monter des escaliers. Il

se peut que vous n'ayez pas autant d'heures de sommeil que d'habitude. La nourriture sera peut-être différente. Vous serez dehors quelque soit le temps et vous trouverez exposé à de nouveaux microbes. La nouveauté de la situation en elle-même pourra être épuisante.

## Les exigences émotionnelles

Vous vous ferez peut-être du souci quant à tout ce que vous aurez à faire et vous n'arriverez pas à vous détendre. Vous aurez peut-être le mal du pays, serez peut-être découragé, vous vous ennuierez ou vous sentirez seul. Il se peut que vous devrez affronter le rejet, les déceptions, ou même le danger. Vous vous ferez peut-être du souci pour votre famille et vos amis parce que vous ne serez pas là pour les aider.

## Les exigences sociales

Vous vivrez en contact étroit avec un collègue avec qui vous n'aurez pas forcément grand-chose en commun. On vous demandera de parler à des étrangers, de travailler avec des dirigeants de l'Église, d'apprendre rapidement à connaître des membres de l'Église et d'aimer les amis de l'Église.

## Les exigences intellectuelles

Vous apprendrez peut-être une nouvelle langue. Vous devrez maîtriser des leçons et des Écritures, acquérir des compétences d'enseignement et résoudre les problèmes qui se présentent. Vous devrez élaborer des projets, gérer des objectifs, vous adapter aux changements et résoudre toutes sortes de problèmes pratiques.

## Les exigences spirituelles

Vous vous dépasserez pour fortifier votre témoignage, résister à la tentation et apprendre à ressentir et à reconnaître l'Esprit. Vous devrez accepter les critiques, vous repentir, reconnaître humblement vos faiblesses et vos regrets et faire confiance au Seigneur plus que jamais auparavant.

# S'adapter à de nouvelles expériences

Comme beaucoup de personnes dans une nouvelle situation, les missionnaires passent souvent par quatre phases ou étapes dans leur adaptation émotionnelle quand ils entrent au centre de formation des missionnaires et quand ils entrent dans le champ de la mission :

## 1. Anticipation

Vous êtes peut-être impatient de relever le défi (voir 1 Néphé 3:7).

Vous avez peut-être davantage le sentiment d'avoir un but et d'avoir fait allégeance à notre Père céleste (voir 3 Néphé 5:13).



## 2. Découvertes inattendues

Il se peut que vous commenciez à avoir le mal du pays, que votre famille et vos amis vous manquent et même que vous remettiez en question votre décision de servir (voir Alma 26:27).

Vous remarquerez peut-être des manifestations physiques du stress, comme un sommeil perturbé, des modifications de l'appétit ou de l'irritabilité.

Vous pourriez vous surprendre en vous mettant à critiquer les règles et les attentes et à faire preuve d'impatience vis-à-vis d'elles.

Ces sentiments sont normaux. Si vous avez un ou plusieurs de ces problèmes, sachez que c'est une situation temporaire par laquelle passent beaucoup de nouveaux missionnaires. Trouvez du courage dans le fait que ces sentiments passeront et que vous pourrez vous adapter.

## 3. « Je peux le faire »

Vos capacités d'enseignement et vos compétences linguistiques commencent à s'améliorer.

Vous apprenez à vous soumettre volontairement aux règles et aux attentes de la mission.

Vous faites preuve de patience envers vous-même en apprenant « précepte sur précepte » (voir Ésaïe 28:10 ; Mosiah 4:27).

Les symptômes physiques de votre stress, si vous en aviez, commencent à diminuer.



## 4. Autonomie émotionnelle

Vous êtes à l'aise dans votre routine quotidienne.

Vous reconnaissez vos points forts et votre progression.

Vous comprenez ce que signifie prendre la vie un pas après l'autre (voir D&A 98:12).

Vous développez une plus grande confiance en vous et un plus grand désir de servir.

