



La rage au volant

Tout à coup, un conducteur fou vient couper la route juste devant vous

1. Des études récentes
2. La colère
3. Le sermon sur la montagne
4. Le remède contre la rage au volant

Nous venons d'entrer dans la période des vacances. Plusieurs sont déjà partis ou partiront bientôt. D'autres resteront près de chez eux à profiter de leur cour et à se divertir avec leur famille et leurs amis autour de délicieux repas au barbecue. Espérons que nous pourrions jouir d'une belle température ainsi que de la compagnie de bons amis chrétiens pendant nos vacances.

Cette période des vacances est toutefois aussi associée aux routes achalandées, aux périodes de canicule et aux nombreuses routes en construction. Plusieurs d'entre nous ont déjà dû conduire parechoc à parechoc pendant des heures. La température et l'humidité sont élevées. Les enfants deviennent grognons. L'indicateur de température monte dangereusement, puis, soudainement, un conducteur imprudent vous coupe la route et vous oblige à freiner brusquement. Comment réagissez-vous à ce moment-là? Il n'est pas impossible que vous deveniez très en colère, proférant des paroles impubliables, gesticulant furieusement et menaçant ce conducteur imprudent en vous approchant aussi près que possible de son parechoc arrière. C'est ce qu'on appelle « la rage au volant » et c'est loin d'être rare. Toutes sortes de gens peuvent réagir de cette façon : un homme âgé poli et courtois, une jeune mère, des adolescents, etc. La rage au volant peut prendre de telles proportions que des gens emboutissent la voiture des autres, sortent de leur voiture et commencent à se battre à coups de poing, ou pire encore.

Je me souviens d'un cas tragique aux États-Unis, il y a quelques années, où deux jeunes femmes se sont mises en colère l'une contre l'autre sur une autoroute, à tel point que l'une des deux femmes a tué l'autre en lui tirant une balle. Nous pouvons nous imaginer sa conversation au téléphone avec son mari, un peu plus tard dans la journée : « Chéri, je suis en prison. » « Pourquoi donc? », lui demande-t-il. « Eh bien, cette femme que je ne connaissais pas du tout m'a coupé le chemin sur l'autoroute et alors je l'ai abattue avec mon fusil. » Cela semble ridicule et ça l'est effectivement. Ce qui est tragique, c'est que ce soit si fréquent, pas toujours jusqu'à entraîner la mort, mais avec des conséquences tout de même souvent sérieuses!

1. Des études récentes

Dans des études très récentes, des chercheurs en médecine prétendent que les gens qui font preuve de rage au volant pourraient souffrir du trouble explosif intermittent (TEI), un problème psychiatrique beaucoup plus répandu qu'on croyait jusqu'à présent. On estime que des millions de Nord-Américains sont atteints par ce trouble qui peut déclencher des explosions de rage au volant, des crises de colère qui mènent à des actes violents ou destructeurs et même à des abus conjugaux. On prétend que le TEI entraîne des emportements multiples qui ont tendance à être « nettement disproportionnés par rapport à la situation ». Ce serait lié à la production insuffisante de sérotonine, une substance chimique dans le cerveau qui sert à régler l'humeur et le comportement. En d'autres mots, la rage au volant ne serait pas seulement un mauvais comportement, mais un trouble mental.

Je ne suis pas en mesure d'évaluer la légitimité de la recherche médicale sur le TEI. Mais même si c'était vrai et que cela nous aidait à comprendre pourquoi certaines personnes ont une plus grande tendance à faire montre de rage au volant, cela ne justifierait pas pour autant leur comportement. Nous devons tous exercer un contrôle sur notre comportement. Si une personne a tendance à piquer des crises de colère et de rage au volant, elle doit prendre des précautions : conduire moins agressivement, se donner amplement de temps pour effectuer un voyage, tenir compte des problèmes de circulation, dormir suffisamment, ne pas boire d'alcool avant de conduire, prendre avec philosophie les divers incidents de la route, apprendre à rire ou simplement secouer la tête devant les singeries des autres. Réjouissez-vous que rien ne soit arrivé et que vous soyez toujours en route vers votre destination. S'énerver contre un autre conducteur imprudent ne fait que gâcher notre journée. Sourire lors de tels incidents, ou encore les ignorer, nous permet de nous concentrer sur notre famille, sur les bons moments que nous vivons ensemble et, espérons-le, sur de belles vacances.

2. La colère

Il y a beaucoup de colère et de violence parmi les humains. Lorsque nous considérons ce qui se passe à grande échelle, nous constatons que nous avons été témoins de manifestations de colère aux racines très profondes entre les différents pays et groupes ethniques, une colère qui éclate en une violence indescriptible. Dans notre propre pays, on retrouve des groupes terroristes qui planifient des actes de violence contre des citoyens paisibles. La violence des groupes organisés est devenue monnaie courante dans nos grandes villes. Les cours de justice et les prisons sont remplies de gens qui ont commis des actes de violence à cause de la haine qu'ils éprouvent envers d'autres. Parfois, des conjoints et des familles sont impliqués. Pensons à Jacques 1.19-20 : « *Que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à la colère; car la colère de l'homme n'accomplit pas la justice de Dieu.* »

3. Le sermon sur la montagne

Dans son sermon sur la montagne, Jésus-Christ a bien fait comprendre qu'un citoyen du Royaume des cieux doit vivre une vie sainte, en conformité avec ses commandements. Il a dit en Matthieu 5.22 : « *Mais moi, je vous dis : Quiconque se met en colère contre son frère sera passible du jugement.* » Ce commandement de Jésus-Christ pousse à la réflexion et fait trembler. La question est celle-ci : Qui est

complètement délivré de toute colère? Qui d'entre nous peut prétendre ne pas être au moins un petit peu offensé et fâché lorsque quelqu'un nous coupe dangereusement sur l'autoroute?

Cependant, pour être honnêtes, nous devons comprendre que le Seigneur Jésus ne parle pas principalement de cet éclat initial de colère. En fait, dans certaines circonstances, il est tout à fait compréhensible que nous réagissions. Nous pouvons facilement imaginer dans quel état émotionnel nous serions si nous voyions une grosse brute battre notre enfant. Nous serions en colère et nous partirions à la course pour protéger notre enfant. Nous devrions toutefois le faire d'une manière convenable, sans utiliser de gros mots et sans violence inutile. Lorsque le Seigneur Jésus demande de ne pas se mettre en colère contre son frère, il parle d'une colère et d'une rancune que nous gardons, que nous ruminons, que nous entretenons et nourrissons envers l'objet de notre mécontentement. Voilà un comportement nullement saint ni spirituel. C'est un comportement qui donne l'occasion à Satan d'entrer dans nos cœurs et de faire son œuvre. Jésus et Jacques affirment tous les deux que la colère de l'homme n'accomplit pas la vie juste que Dieu désire.

Nous pouvons penser à ce que Paul dit en 1 Corinthiens 13.4-5 :

« L'amour est patient, l'amour est serviable, il n'est pas envieux; l'amour ne se vante pas, il ne s'enfle pas d'orgueil, il ne fait rien de malhonnête, il ne cherche pas son intérêt, il ne s'irrite pas, il ne médite pas le mal. »

Lorsqu'une personne nous coupe le chemin sur l'autoroute ou lorsqu'un proche nous laisse tomber, on peut comprendre que nous soyons déçus et contrariés et que la colère commence à monter dans nos cœurs. Cependant, nous ne devons pas nourrir une telle colère dans nos cœurs ni la laisser éclater. La patience, la bonté, le pardon et la capacité de tourner la page sont les marques distinctives de ceux qui ont été lavés par le sang et l'Esprit de Jésus-Christ. En d'autres mots, la colère ne doit pas nous dominer, mais nous devons dominer la colère. Nous devons maîtriser nos émotions, même si elles sont à vif et même si notre personnalité nous porte à mal agir en retour.

4. Le remède contre la rage au volant

Le « remède » contre la rage au volant et contre la colère en général se trouve en notre Seigneur Jésus-Christ. Il a accompli tous les commandements à notre place et il a été terriblement maltraité, avec acharnement, et ce, sans jamais riposter. C'est par la foi en Jésus-Christ, par la prière adressée à Dieu, là où nous luttons avec nos péchés et nos faiblesses, et en réfléchissant à la façon dont nous devons nous conduire en tant qu'enfants de Dieu que nous recevons la grâce dont nous avons besoin pour vivre dans la sainteté devant Dieu et avec notre prochain.

Même si nous souffrons de ce qu'on appelle le « trouble explosif intermittent », nous pouvons recevoir l'aide dont nous avons besoin dans ce domaine en priant et en luttant consciemment contre nos tendances pécheresses par la puissance de l'Esprit du Christ. Nous deviendrons ainsi un exemple, une lumière pour le monde autour de nous. Dans un monde où règne tant d'hostilité et d'esprit de vengeance, les gens qui font preuve de bonté, qui pardonnent et qui sont patients sont comme un vent

d'air frais. C'est une belle occasion de montrer la richesse et la joie que nous avons en Jésus-Christ, notre Seigneur et Sauveur.

Richard Aasman, pasteur

Traduit de « Road Rage », *Clarion*, vol. 55, n° 14, 7 juillet 2006, p. 330-332.

L'auteur est pasteur à la retraite qui a œuvré dans les Églises réformées canadiennes (CanRC).

www.ressourceschretiennes.com



2014. Traduit et utilisé avec permission. Cet article est sous licence Creative Commons. Paternité – Partage dans les mêmes conditions 4.0 International ([CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/))