

Appliquons

1. Comment me débarrasser de mes démons intérieurs, mes fausses croyances sur moi-même et sur les autres ?
2. Parfois la vie nous surprend durement. Est-ce que j'arrive à faire malgré tout confiance en la providence divine ?
3. Avons-nous conscience de ce que la nature peut nous apporter en termes de sérénité, de ressourcement, de proximité avec Dieu ?
4. Quand je prends tous les jours les transports publics pour aller au travail, est-ce que je me fait du bien avec une lecture édifiante, en téléphonant à un ami, ou une amie, sur mon portable, en lui envoyant un texto sympa ?
5. Y a-t-il dans mon semainier un rendez-vous avec dame nature ?
6. Le matin en ouvrant la fenêtre quand le jour se lève, est-ce que je sais m'émerveiller quand le soleil brille, quand la pluie arrose de ses bienfaits la nature qui m'entourne, quand je vois que chaque jour la vie s'éveille là où j'habite ?
7. Comment alterner vie professionnelle, sociale, familiale, sorties en plein air, contact avec la nature, pour une meilleure forme physique, mentale et spirituelle ?

Pierre L'Eplattenier

La nature, source de santé

Psautre 104.10-14

12

13 - 19/03

Il est banal de dire que l'homme du 21^e siècle doit faire face à des conditions de vie difficiles. Pour beaucoup de personnes « métro – boulot – dodo » est une réalité quotidienne durant de longs mois de l'année. Une vie trépidante, l'air vicié pauvre en oxygène des villes, le bruit de la rue, des machines dans les usines, des bureaux mal aérés où les machines crépitent toute la journée, des transports bondés matin et soir, et ainsi de suite, sont le lot de beaucoup. Plusieurs facteurs créent une réelle fatigue qui touche toute la personne. En face de tels périls, qui menacent parfois gravement la santé des personnes, des mesures préventives s'imposent. Le retour à la nature, découvrir ses bienfaits, l'air pur et le soleil, une alimentation saine et équilibrée font partie d'un équilibre psychologique, physique, mental et spirituel.

Nous trouvons dans ce psautre une hygiène de vie. Le texte proposé aujourd'hui rend un hommage vibrant aux bienfaits de la nature. Il se décompose en deux parties, où Dieu est l'acteur principal :

1. L'Eternel conduit les sources d'eaux dans des torrents (versets 10 à 12)
 - ◆ Les animaux y étanchent leur soif
 - ◆ Les oiseaux demeurent près d'elles et font retentir leur voix
2. L'Eternel, de ses hautes demeures, arrose les montagnes (13 à 14)
 - ◆ La terre est rassasiée des bienfaits de l'eau
 - ◆ L'herbe pousse pour les bêtes
 - ◆ L'homme cultive les plantes pour tirer le pain de la terre

Le contexte mérité d'être retenu. Il n'est pas accidentel que le Ps. 104 suive le Ps. 103. Ils ont les deux un point de départ commun. Le début de chaque chapitre débute par « Que je bénisse l'Eternel ». 103.2 ajoute : « Que je bénisse le Seigneur, que je n'oublie aucun de ses bienfaits. » Le texte du jour s'inscrit donc dans une louange adressée au Seigneur pour ses bienfaits. C'est une attitude mentale et spirituelle à garder les yeux et le cœur ouverts sur les merveilles de la création divine. Ps. 103 décrit le Dieu de la vie et du pardon 103.6-14. C'est la première grande œuvre de Dieu. Ces derniers versets cités nous ouvrent un chemin de guérison qui nous ouvre les trésors de la création divine, décrites en Ps. 104.

Les versets 10 à 14 disent deux fois que Dieu est l'initiateur de la vie abondante. Nous sommes loin des messages spirituels de notre siècle qui exalte le Dieu de l'intérieur des épaisseurs humaines. Il y a dans le texte du jour un appel implicite à reconnaître Dieu comme le bienfaiteur de la vie. C'est le premier palier de la santé mentale et spirituelle.

Le second est non moins important. Nous constatons, comme dans tout le Ps. 104, combien la création est bien organisée. Il s'agit d'une nature profane expurgée de ses démons, de ses divinités et de ses tabous, qui n'est plus menaçante, les éléments naturels étant souvent divinisés ailleurs dans l'antiquité – mais cette nature est ordonnée, rangée, obéissante. Ce que Dieu fait pour la nature vivante, c'est aussi vrai pour nos vies. Paul dit dans Romains 8.28 : « Tout coopère pour le bien de ceux qui aiment Dieu. »

Les sources d'eau dont il est question sont un symbole fort dans la Bible. Elles représentent la vie. Elles contrastent avec le désert, lieu de la mort et du mal. Lire Ps ; 87.7 ; 107.35 ; Esaïe 12.3 ; 41.18 ; 49.10. Jésus conduit son peuple vers les sources

d'eau (Apocalypse 7.17 ; 12.6 ; 22.17.) Ce passage nous invite à une véritable hydrothérapie spirituelle !

Les versets 11 et 12 nous mettent sur la piste de bonheurs simples, mais puissants en bienfaits, dont les animaux eux-mêmes profitent : boire de l'eau, pourvoyeuse de vie, de santé ; aujourd'hui nous parlerions aussi des bienfaits de l'hydrothérapie ! Les oiseaux nous invitent au repos près des cours d'eau, à l'ombre, en chantant les mélodies que nous aimons ! Guérison pour le corps et l'âme !

La fin du verset 14 invite l'homme à travailler la terre, pour en tirer sa nourriture. Il ne doit pas rester oisif et se contenter passivement des fruits délicieux de la terre. Il est acteur, pour la vie. Il entretient la vie. Il entretient **sa vie**.

Il y a ici une dimension qui ne saute pas tout de suite aux yeux. La germination des plantes prend du temps. Lorsque l'homme a planté, il doit attendre plusieurs semaines pour qu'il puisse jouir du travail de la terre. Ainsi la nature est un modèle de productivité et de lenteur. Il faut laisser le temps pour que le fruit mûrisse, pour que le blé donne tout son éclat doré au soleil. Ainsi la création nous amène à l'essentiel. L'homme n'est pas destiné à vivre sous une pression continue, professionnelle, sociale, familiale. Il doit retrouver le rythme de la nature, **de sa nature**, pour un meilleur équilibre qui touche tous les aspects de la vie de l'homme moderne. Il s'agit d'entretenir une bonne santé globale. La nature est source de santé si on sait en jouir sans modération !

Nous pouvons résumer les ingrédients pour le sujet du jour :

- ◆ Reconnaître la sagesse et les bienfaits de Dieu
- ◆ Savoir jouir de bonheurs simples au contact de la nature
- ◆ Recevoir la vie et être acteur de vie (Jean 4.14)
- ◆ Vivre à son rythme !