

Sommeil : Réparation et entretien

« Il restaure mon âme » (Psaume 23:3).

Différentes hormones sont libérées pendant le sommeil et ont des fonctions spécifiques dans la réparation et l'entretien de notre corps. Il semblerait donc judicieux de veiller, pendant nos heures d'éveil, à surveiller nos besoins spirituels en matière de réparation et d'entretien. Dans le domaine de l'ingénierie, ce processus est essentiel. Nous vivons à proximité de deux grandes raffineries et les usines de traitement chimique complexes sont surveillées en permanence. Mais en avril 2001, alors que nous étions en train de déjeuner, nous avons entendu le bruit d'une grande explosion à plusieurs kilomètres de là, et la maison a tremblé. Le système de réparation et d'entretien d'une zone de la raffinerie était tombé en panne. Heureusement, aucune vie ne fut perdue, mais deux personnes furent blessées et des maisons furent endommagées.

Nous pouvons faire le lien avec notre vie spirituelle. Paul écrit en 2 Timothée 3:16 : « Toute écriture est inspirée de Dieu, et utile pour enseigner, pour convaincre, pour corriger, pour instruire dans la justice ». Nous entretenons notre communion avec Dieu en recherchant quotidiennement Sa présence à travers Sa parole et la prière. Si nous ne maintenons pas cette communion avec Dieu ou si nous dépendons de nos propres ressources, notre vie est affaiblie et des explosions spirituelles peuvent se produire. Le Seigneur Jésus a prié dans Jean 17 : « Sanctifie-les par la vérité ; ta parole est la vérité ». Nous profitons spirituellement et pratiquement de la parole de Dieu, qui est « inspirée de Dieu » et qui a un effet sanctifiant. Elle ne se contente pas de mettre en lumière les problèmes, elle nous montre comment les corriger. Elle nous instruit dans la justice afin que nous puissions anticiper et éviter de répéter les mêmes erreurs et marcher avec Dieu : « Ta parole est une lampe à mon pied, et une lumière à mon sentier » (Psaume 119:105).

De la même manière, la Parole de Dieu travaille également à nous équiper pour faire face aux pressions et aux angoisses de la vie par la prière et la dépendance au Seigneur. C'est ainsi que nos activités deviennent plus paisibles. Nous lisons en Philippiens 4:6-7 : « ne vous inquiétez de rien, mais, en toutes choses, exposez vos requêtes à Dieu par des prières et des supplications avec des actions de grâces ; et la paix de Dieu, laquelle surpassé toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus ». La prière mène à la paix, la paix de Dieu. Si nous sommes

fatigués, un surcroît d'activité ne nous rendra pas moins fatigués. Nous pouvons être trompés en pensant qu'un effort accru et soutenu résoudra les problèmes et que, si nous nous arrêtons, tout s'écroulera autour de nous. Paul décrit les épreuves qu'il a traversées dans 2 Corinthiens 11:23-28, en ajoutant à la fin « la sollicitude pour toutes les assemblées ». La liste est longue. Pourtant, « l'amour, la joie et la paix... » ont imprégné son ministère. Qu'est-ce qui l'a soutenu ? Que nous dit Dieu lorsque nous sommes en difficulté ? Essayez plus fort ? De faire plus d'efforts ? Non, Il nous dit : « Il me fait reposer dans de verts pâturages, il me mène à des eaux paisibles. Il restaure mon âme » (Psaume 23:2-3), « et moi, je vous donnerai du repos » (Matthieu 11:28), « Demeurez en moi » (Jean 15:1-17), « rejetant sur lui tout votre souci, car il a soin de vous » (1 Pierre 5:7).

Dans notre fatigue, Il veut que nous nous arrêtons pour réfléchir et considérer les choses à la lumière de Sa parole. Il veut que nous identifiions nos angoisses et nos soucis et que nous les rejetons sur Lui. C'est ainsi que nous faisons l'expérience de Sa grâce qui guérit. Sa paix est connue et nous recevons l'énergie spirituelle dont nous avons besoin pour que Sa volonté s'accomplisse dans notre vie. Lorsque nous sommes venus au Christ, nous avions la foi que le Sauveur avait le pouvoir de porter tous nos chagrins et toutes nos douleurs. Il n'a pas changé. Pourquoi changerions-nous ? En apprenant à nous décharger de nos soucis sur le Seigneur, nous découvrons la profondeur de Sa sollicitude à notre égard.

Gordon D Kell