

LA BOUSSOLE

À partir d'une question d'actualité vécue par ses membres, la Fédération de l'Entraide Protestante offre quelques pistes de réflexion éthiques, spirituelles, ou simplement humaines, pour nourrir le sens de nos actions. Deux pasteurs et un professionnel ou bénévole de terrain croisent leurs regards...

”

La question de la semaine

Les vacances : et si je prenais soin de mon corps ?

Chemins de réflexion

Nous sommes un, âme et corps

L'homme (Adam) est tiré de la terre (*adamah*), et le souffle (*neshamah*) lui donne sa vie. Dans la pensée biblique, il y a unité du vivant, et non pas de partition entre l'âme et le corps comme cela se concevra au contact des civilisations grecques ou romaines.

L'humain appartient à la terre mais s'en distingue par ce souffle qui n'est donné explicitement à aucune autre créature.

Il est intéressant de remarquer que le terme de « corps » (*gouf* en hébreu), qui désigne l'enveloppe matérielle, n'est pratiquement pas employé dans l'Ancien Testament. Il est donc totalement vain de vouloir mépriser ou exalter le corps, de vouloir le couvrir ou le découvrir, car finalement cela nous conduit à en faire un objet étranger à nous-même, comme si nous n'étions pas ce corps, comme si nous souhaitions le modeler et le conformer à la pensée dominante du moment.

Nous sommes tout à la fois terre originelle et souffle divin, c'est-à-dire ancrage dans la glaise et souffle de liberté.

C'est dans cette ambiguïté que l'homme avance et c'est là que se joue l'incarnation.

*Brice Deymié, pasteur
de l'Action Chrétienne en Orient à Beyrouth*

La parole

L'Éternel Dieu façonna l'homme avec de la poussière du sol.
Il lui insuffla dans les narines le souffle de vie,
et l'homme devint un être vivant.

La Bible, Genèse 2, verset 7



*Acclamation,
Claire Biette*

Le corps est trop souvent oublié

La gestion du covid a pu donner l'impression que nous n'étions que des corps : il fallait éviter les contaminations, quel que soit le prix à payer aux plans relationnel, social, économique. Paradoxalement, dans nos quotidiens bousculés, le corps est oublié : on court, on se fatigue et il doit suivre quoi qu'il en coûte. Le mal de dos n'est-il pas la maladie du siècle ?

Pourtant, le récit de la création de l'humain, dans la Genèse, nous rappelle cette double réalité fondamentale et complémentaire : nous sommes à la fois matérialité - l'humus - et esprit, le souffle. Ne dit-on pas que, lorsqu'on est fatigué physiquement, il faut faire un effort intellectuel pour se reposer, par exemple lire ? Et que, inversement, quand on est fatigué intellectuellement, l'exercice, par exemple la marche, est le bienvenu ?

Le théologien André Dumas refusait de situer le christianisme du côté de la transcendance car les évangiles mettent en scène un Jésus en chair et en os qui mange, boit, a un corps meurtri et meurt. Il ne ressuscite et ne devient esprit que parce qu'il a été corps.

Après la résurrection, Jésus revient voir les disciples sous une forme corporelle. Ses amis peuvent le toucher, Thomas pourrait glisser les doigts dans ses blessures. L'incarnation dit cette double réalité de nos vies.

Stéphane Lavignotte, pasteur, Mission populaire évangélique, La Maison Ouverte, Montreuil

Prendre soin de son corps, c'est prendre soin de soi

Prendre soin de son corps, ça sonne comme « bichonner sa voiture ».

Comme si le corps nous était étranger ;
chair faible et corruptible, incapable d'accomplir les bonnes volontés de l'esprit.

D'une lecture superficielle de la Bible et du siècle des Lumières, nous avons hérité un certain mépris du corps au profit du spirituel ou de l'intellect. Et pourtant, cette séparation du corps et de l'esprit est loin d'être aussi nette.

Nos affects sont exprimés autant par notre corps que par nos émotions. La joie nous rend légers, la colère nous raidit, la peur nous serre le ventre... plus qu'une enveloppe, notre corps est une partie intégrante de qui nous sommes. Prendre soin de son corps, c'est prendre soin de soi.

En tant que kiné, je pense qu'une des meilleures façons de prendre soin de soi est l'exercice physique. Surtout quand le corps est douloureux. C'est alors l'occasion de (re)découvrir, de se réapproprier une partie de soi.

Prenez soin de vous, votre corps vous le rendra !
Un changement de routine pendant ces vacances pourrait être un premier pas.

Grégoire Haldemann, kinésithérapeute à Hoenheim (67)

Des mots pour prier

Seigneur, donne-nous la force et le dynamisme de marcher dans ta Parole, de construire notre vie selon ta volonté.

Ne nous laisse pas aux prises avec les apparences du monde qui nous trompent.

Donne-nous de voir chaque jour une réalité nouvelle qui transforme et transfigure.

Nous te confions tous ceux qui, en ce début d'été, souffrent dans leur corps et ne peuvent plus penser à autre chose qu'à la douleur qui les étreint.

Nous te confions toutes les personnes dont le corps est empêché de se mouvoir, tous ceux qui sont prisonniers dans une chambre ou une cellule, donne-leur le signe d'une libération.

Seigneur, nous voulons être des femmes et des hommes de lumière qui louent ton œuvre.

Cliquez ici pour vous abonner à
LA BOUSSOLE
pour nourrir le sens de notre action

Retrouvez toutes les Boussoles sur le site de la FEP :
www.fep.asso.fr

ou écrivez-nous sur information@fep.asso.fr