

La gaieté comme aide au dépassement

"Un cœur joyeux fait du bien comme un remède, mais un esprit abattu dessèche les os"

Proverbes 17:22

Le Robert décrit ainsi la gaieté : "comportement, état d'esprit d'une personne animée par la joie de vivre, la bonne humeur". La gaieté incarne une attitude d'esprit qui doit accompagner le vrai chrétien quelles que soient les circonstances. Les Écritures établissent même un lien entre la gaieté et la santé : *"Ce qui plaît aux yeux réjouit le cœur; une bonne nouvelle fortifie les membres"* Proverbes 15:30.

La communauté médicale s'accorde largement à dire que la gaieté a un effet bénéfique sur le bien-être physique et émotionnel de l'espèce humaine. Un exemple de ce raisonnement concerne le cœur, qui alimente en sang toutes les parties du corps. Si le cœur n'est pas en bonne santé, le corps peut souffrir de diverses maladies, douleurs et maux en raison d'un apport sanguin irrégulier. Nombreuses sont les personnes qui tentent de réguler leur alimentation et de faire de

l'exercice pour améliorer leur circulation sanguine. Toutefois, souvent ces mesures ne suffisent pas à avoir un impact significatif sur l'état de la maladie. Il a été suggéré qu'une des causes principales des problèmes cardiaques est le stress et le manque de gaieté qui l'accompagne.

Témoignage personnel

Lorsqu'on a diagnostiqué une maladie cardiaque chez Norman Cousins, ancien écrivain de renom et rédacteur en chef de la *Saturday Review of Literature*, il s'est dit que si le stress exacerbait la maladie, le rire pourrait peut-être soulager la douleur qu'il ressentait si souvent. Bien qu'on lui ait annoncé qu'il ne lui restait que peu de temps à vivre, il a décidé de prendre son traitement en main. Il a pris des doses massives de vitamine C et regardé de vieux films comiques.

Il écrira plus tard : "J'ai fait la joyeuse découverte que dix minutes de rire sincère avaient un effet anesthésiant et me donnaient au moins deux heures de sommeil sans douleur. Lorsque l'effet analgésique du rire se dissipait, nous rallumions le projecteur de films et il n'était pas rare qu'un nouvel intervalle sans douleur s'ensuive". Son livre, *Anatomie d'une maladie perçue par le patient*, est devenu un best-seller. Il a également stimulé la recherche sur le lien entre

le rire et la guérison au sein de la communauté médicale.

Preuves scientifiques

Lorsqu'une personne rit, un flux sanguin oxygéné circule dans le corps et améliore la force et la qualité du sang. Les personnes souffrant d'une maladie peuvent souvent améliorer leur état en adoptant une attitude joyeuse. Ceux qui ne le sont pas peuvent contribuer à prévenir la maladie en apportant des sources extérieures de gaieté dans leur vie, s'ils ne sont pas gais de nature. Le pouvoir de la suggestion positive est également préconisé comme une aide à la bonne santé et à l'efficacité de l'éducation des enfants.

Prenons ces commentaires perspicaces d'un auteur biblique de renom: "Si, au lieu du soleil, il pleut et que les perspectives sont sombres, cela ne fera qu'empirer les choses de penser à la journée de manière sombre et de suggérer des pensées sombres aux autres. Les jours de pluie ont leurs bienfaits pour nous comme pour les autres, et notre esprit devrait être prompt à les noter et à les transmettre par des suggestions à nos compagnons.

La mère devrait anticiper la déception de l'enfant en attirant son attention sur la belle pluie que Dieu a prévue pour donner aux fleurs, aux

arbres et à l'herbe une boisson et un bain pour les rafraîchir, afin qu'ils soient brillants et joyeux pour nous et qu'ils donnent leur rendement ; il a également prévu pour le bétail et pour nous de boire, de nous baigner et d'être propres, et de le louer, de l'aimer et de le servir."

L'exemple du Christ

D'un point de vue plus élevé, la gaieté a une incidence directe sur la santé spirituelle des chrétiens dévoués. Pendant son séjour sur terre, le Christ a été l'exemple même de la gaieté, malgré les expériences extrêmement difficiles qu'il a endurées en accomplissant ses vœux de consécration.

Le Maître a commencé son parcours sacrificiel après s'être présenté au baptême, en accomplissement de la prophétie : *"Alors j'ai dit : Voici, je viens, dans le rouleau du livre, il est question de moi. Je prends plaisir à faire ta volonté, mon Dieu, et ta Loi est gravée tout au fond de mon cœur"* (Psaume 40:8-9).

Le secret de la réussite de Jésus dans sa lutte contre l'adversité est qu'il a accepté avec joie la volonté de Dieu comme la voie à suivre, et qu'il s'est montré fidèle en tout point. Il a ignoré le mépris et le déshonneur des scribes et des pharisiens qui s'opposaient à lui. La gaieté

n'existe pas dans le vide. Elle a besoin d'un fondement et, dans le cas de Jésus, comme le prophétise le psalmiste, c'est parce qu'il avait dans son cœur la loi, le plan et les desseins de Dieu. Ceux-ci lui procuraient de la joie tandis qu'il faisait sa part pour les accomplir. Il était enthousiaste à l'idée de rendre un service qui serait agréable à Dieu, se souvenant sans doute de sa condition préhumaine dont on nous dit qu'elle faisait chaque jour les délices de son Père (Proverbes 8:30).

Grâce à la parfaite communion de son cœur avec Dieu pendant qu'il était dans la chair, Jésus savait que ses prières étaient toujours entendues. Quelle assurance cela a dû lui donner que tout allait bien ! Quelle joie a dû être la sienne de réaliser l'exaltation promise à la nature divine en récompense de l'accomplissement joyeux et réussi de sa mission de rédemption de la famille humaine. Alors qu'il était encore dans la chair, il a dit : *"Comme le Père a la vie en lui-même, il a donné au Fils d'avoir la vie en lui-même"* (Jean 5:26).

La perspective divine

Le retour du Christ, l'éradication du péché et de la souffrance, et l'établissement de son royaume est la méthode de Dieu pour instaurer une paix et un bonheur permanents dans le monde.

Le long règne du péché et de la mort est décrit dans le Psaume 30:5 comme une période de ténèbres, avec l'explication que *"les pleurs peuvent durer une nuit, mais la joie vient au matin"*. Les chrétiens éclairés et consacrés comprennent que le but du retour du Seigneur est d'établir le royaume du Messie.

Cependant, le royaume attend le temps voulu par Dieu, et cela devient un véritable test pour leur endurance joyeuse alors qu'ils se tournent vers le Seigneur pour qu'il les aide pendant la saison actuelle de détresse et de chaos. En outre, ce test de maintien d'une attitude joyeuse devient apparemment très personnel. Le disciple du Maître, afin de démontrer son obéissance dans l'adversité, est soumis à des épreuves qui vont au-delà des difficultés ordinaires communes à ceux qui ne sont pas en relation d'alliance avec le Père céleste.

Beaucoup de ces saints sont confinés dans des lits de maladie et de douleur pendant des périodes de plusieurs années. C'est une grande épreuve pour leur endurance que d'attendre patiemment le Seigneur alors qu'ils traversent des expériences aussi difficiles.

Il est toujours vrai, bien sûr, que Dieu donne la force pour chaque temps de besoin, mais

cela ne signifie pas que ces personnes sont nécessairement libérées de la souffrance. Cela signifie simplement qu'il les aide à la supporter. En proportion de leur foi, ils peuvent la supporter et la supportent, tout en regardant vers l'avant, vers l'établissement du royaume (1 Corinthiens 10:13). Alors, leur propre espérance de gloire, d'honneur et d'immortalité se réalisera, et finalement, sur toute la terre, il n'y aura plus de douleur, plus de souffrance, plus de mort, quand les choses passées auront disparu (Romains 2:7 ; Apocalypse 21:3-5).

Il y a aussi ceux qui sont appelés à s'occuper des malades et des affligés. Cela aussi est un test sévère pour l'endurance joyeuse. Cependant, de nombreux membres du peuple du Seigneur ont enduré ces épreuves, et avec succès, parce que la grâce du Seigneur était avec eux. C'est une épreuve difficile, mais pas autant que pour les malades. En règle générale, ceux qui s'occupent des malades ne subissent pas le même degré de souffrance physique.

Cependant, ceux qui ont la responsabilité de s'occuper d'une autre personne sont souvent soumis à un stress émotionnel et mental important. Dieu n'est pas injuste s'il oublie les nombreux travaux d'amour de ces personnes chères, en ce sens qu'elles servent fidèlement ses saints, donnant volontiers leur vie de cette

manière, puisqu' il l'a indiqué comme étant sa volonté (Hébreux 6:10).

Privilèges particuliers des personnes consacrées

Les croyants bénéficient de tant de faveurs de la part de Dieu qu'une incapacité à maintenir une attitude joyeuse, même au cours d'épreuves sévères, serait la preuve que nous vivons en deçà de nos privilèges. Une telle situation serait préjudiciable à notre santé spirituelle.

Parmi ces faveurs spéciales, citons la justification, l'engendrement spirituel, la connaissance du plan de Dieu, la formation de disciples, un esprit transformé, l'accès à Dieu par la prière, le pardon, les occasions de service, la communion fraternelle et les anges gardiens. Ces preuves de la grâce et de l'amour du Père devraient favoriser la bonne humeur et soutenir notre santé spirituelle. Dans notre prochain numéro, nous examinerons brièvement chacune de ces bénédictions spéciales de notre Père céleste (à suivre). 📖

