

Église Protestante Libre de Saint-Marcellin
Prédication du 26 avril 2015
La spiritualité chrétienne – V – La paix intérieure : Philippiens 4 : 4-9
Frédéric Maret, pasteur

Philippiens 4 : 4-9

⁴Réjouissez-vous toujours dans le Seigneur ; je le répète, réjouissez-vous. ⁵Que votre douceur soit connue de tous les [êtres humains]. Le Seigneur est proche. ⁶Ne vous inquiétez de rien ; mais, en toutes choses, par la prière et la supplication, avec des actions de grâces, faites connaître à Dieu vos demandes. ⁷Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Christ-Jésus.

⁸Au reste, frères [et sœurs], que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées ; ⁹ce que vous avez appris, reçu et entendu, et ce que vous avez vu en moi, pratiquez-le. Et le Dieu de paix sera avec vous.

Mener une vie spirituelle équilibrée, c'est s'en remettre à Dieu dans les difficultés et **avoir l'esprit rempli de ce qui concerne Dieu**. C'est ce à quoi Paul exhorte ici ses lecteurs. **Se réjouir en toutes circonstances dans le Seigneur**, avoir l'esprit occupé par le bien, voilà qui procure la joie, la paix et la douceur. **Voilà comment l'on pourrait résumer ce passage.**

« **Réjouissez-vous toujours dans le Seigneur** », nous dit Paul avec insistance. Cette exhortation est d'autant plus frappante qu'elle vient d'un **prisonnier**. Au début de cette épître, Paul explique en effet les conditions de sa captivité et le déroulement de l'instruction¹. « Réjouissez-vous toujours » : c'est une exhortation difficile à admettre parfois. Il y a tout de même des situations où il est difficile de se réjouir. Comment devons-nous réagir à cela ?

Il ne s'agit bien sûr pas de se réjouir du mal. Si je souffre, si un proche souffre, il n'y a pas lieu de m'en réjouir. La souffrance est mauvaise, elle ne vient pas de Dieu puisqu'il est bon, puisqu'il est amour. La conscience que nous avons de la souffrance qui sévit dans le monde n'a rien de réjouissant non plus. La Parole de Dieu nous demande de nous réjouir avec ceux qui se réjouissent et de pleurer avec ceux qui pleurent². Cette empathie³ pourrait nous conduire au désespoir. J'ai pourtant été parfois choqué par certaines attitudes de Chrétiens qui se croyaient obligés de se réjouir du mal, sous prétexte de mettre en application cette demi-exhortation : « Réjouissez-vous toujours » ; par exemple, dans des prières du type : « Merci Seigneur, pour cette maladie... pour cette fracture du crâne... pour la mort d'Untel... ». Certains se sentent même obligés d'afficher en toute circonstance un sourire figé, même à l'enterrement d'un être cher parti trop tôt. Or, il est légitime d'être triste. Jésus lui-même a pleuré devant la tombe de son ami Lazare⁴. Avant de subir la flagellation et la crucifixion il a lui-même déclaré à ses disciples « Mon âme est triste jusqu'à la mort⁵ » et sa souffrance psychologique fut telle qu'il a transpiré des grumeaux de sang⁶. Certains scientifiques expliquent que ce phénomène serait dû à ce que l'on appelle en biologie la diapédèse, au cours de laquelle les cellules sanguines seraient sorties des capillaires sous l'effet d'une détresse psychologique extrême. Au delà de l'explication scientifique, il est clair que le texte de l'Évangile veut en venir au même point : la souffrance psychologique de Jésus a été extrême. **Souffrir n'est pas un péché**. Cependant, si je pleure avec ceux qui pleurent, comment puis-je pleurer et me réjouir en même temps ?

1 1 : 7, 13, 17 ; 2 : 23.

2 Romains 12 : 5

3 D'après le dictionnaire de l'Académie française, l'empathie est la capacité de s'identifier à autrui, d'éprouver ce qu'il éprouve.

4 Jean 11:35

5 Matthieu 26 : 38.

6 Luc 22 : 44

La réponse est dans la seconde partie du verset : « Réjouissez-vous toujours **dans le Seigneur** ». Même dans le trouble et la tristesse, le Seigneur doit être pour nous un sujet de joie. Comment pouvons-nous faire du Seigneur le sujet de notre joie en dépit de la souffrance ?

Tout d'abord rappelons-nous qu'il est écrit « réjouissez-vous de ce que vos noms sont inscrits dans les cieus⁷ ». Pour pouvoir se réjouir dans le Seigneur il faut s'être réconcilié avec Dieu par Jésus et avoir la certitude d'être sauvé. Cette assurance du Salut, pour le Chrétien, la principale source de joie et de paix. Dans l'affliction et la tristesse, nous pouvons faire nôtre cette prière du psautier : « Rends-moi la joie de ton salut⁸ », que certains traduisent par « **rends-moi la joie d'être sauvé**⁹ ».

Paul poursuit son exhortation à la joie en ces termes : « Que votre douceur soit connue de tous les êtres humains. Le Seigneur est proche. Ne vous inquiétez de rien ». **La joie, la douceur et la quiétude** sont imbriquées les unes dans les autres et elles sont toutes les trois liées à la **proximité du Seigneur**. « Le Seigneur est proche » parce que nous attendons son retour. Paul est prisonnier et risque d'être condamné à mort¹⁰ ; la proximité du Seigneur signifie aussi, pour ceux qui mourront avant le retour de Jésus, que dans quelques temps, ceux qui sont sauvés verront leur Sauveur et que dans la Nouvelle Jérusalem il n'y aura plus ni pleurs ni douleurs¹¹. La proximité du Seigneur signifie aussi que sa souveraineté est au dedans de nous¹². **La joie, la paix du cœur et la douceur à l'égard d'autrui sont possibles pour quiconque vit sans cesse dans la présence de Dieu**, en étant sans cesse conscient de sa présence, en priant sans cesse.

Paul de poursuivre : « en toutes choses, par la prière et la **supplication**, avec des **actions de grâces**, faites connaître à Dieu vos demandes ; et **la paix de Dieu**, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Christ-Jésus. ». L'assurance que Dieu écoute nos prières nous donne la paix, de même que l'action de grâces. Il est écrit : « Mon âme, bénis l'Éternel, et n'oublie aucun de ses bienfaits !¹³ » : prendre conscience des bienfaits reçus est aussi de nature à nous donner la paix.

La paix de Dieu surpasse toute intelligence, toute ce que l'on peut comprendre, elle est inexplicable. On prie pour entrer dans la présence de Dieu et c'est ça qui nous fait du bien et qui nous soulage, c'est parce que je me présente devant lui qu'il me donne une paix incompréhensible, pas parce que je lui ai présenté ma liste de course. **La paix se trouve dans la communion avec Dieu**. Pour accepter cette paix il faut encore une dose de foi. Je peux témoigner du fait que parfois, face à une perspective difficile, je reçois la paix de Dieu mais je reviens de moi-même à l'anxiété parce que je me dis que rationnellement, je ferais mieux de stresser !! Si ma foi en l'amour et en la puissance de Dieu vacille, j'ai du mal à conserver la paix surnaturelle, qui surpasse la raison, que Dieu me donne.

Par ailleurs « la paix de Dieu qui surpasse tout intelligence » **ne signifie bien sûr pas que lorsque l'on a fait la paix avec Dieu, on n'a plus besoin de réfléchir !!**

Parfois, la paix de Dieu nous envahi pour nous confirmer le fait que nous sommes sur la bonne voie, que nous avons son approbation. Cela rejoint la prédication de la semaine dernière.

7 Luc 10 : 20

8 Psaume 51 : 12

9 TOB 20:10

10 Même s'il reste optimiste pour cette fois (voir 2:23-24).

11 Apocalypse 21 : 4

12 Luc 17: 21

13 Psaume 103 : 2

Dieu ne promet pas que tout va aller bien. Jusqu'à la mort nous vivons des choses difficiles, des deuils (le deuil et la compassion sont des conséquences de l'amour), le mal et la souffrance vont continuer... N'appliquons pas la thérapie du Dr **Regg'Lyss**, ce groupe de reggae montpellierain, qui chantait en 1993 : « Mets de l'huile, petit homme, dans la vie il faut que ça glisse !! ». Aujourd'hui on nous dit qu'il faut être « dans le lâcher-prise ». Imaginons que le PGHM¹⁴ dise à un alpiniste en péril « Lâche prise ! » ou mieux encore « Mets de l'huile !! ». On lâche prise dans une situation lorsque l'on reconnaît que l'on n'y peut plus rien. Mais tant que nous y pouvons quelque chose, prenons la situation au corps à corps !! Dieu intervient un peu, si je puis me permettre cette métaphore, comme le PGHM : accrochons-nous et il nous donnera les instructions pour nous en sortir. Il ne nous donnera pas les mêmes instructions que Regg'Lyss !!

Dans le monde qui nous entoure, on dit souvent qu'il faut **être zen**. Le zen est une branche de bouddhisme qui insiste sur un certain type de méditation. Il s'agit de noyer son moi dans une absence de tensions et de volonté. Si je me débarrasse de mon ego et de ma volonté propre, si je perds la conscience du fait que j'existe comme un être à part entière et si je renonce à vouloir, à désirer, je me débarrasse des tensions psychologiques, des tensions nerveuses, du stress¹⁵. Cette conception n'est pas du tout celle du Christianisme. Pour nous il n'est bien sûr pas question de dissoudre l'ego ni de renoncer à tout désir et à toute volonté propre.

Le concept que l'on oppose généralement à la paix intérieure, c'est **le stress**. On reproche beaucoup aux autres ou à soi-même d'être stressé. Ce reproche peut prendre une tournure religieuse : un Chrétien habité par l'Esprit Saint ne devrait pas être stressé. Le mot « stress » est un néologisme, un terme médical apparu dans les années 1950¹⁶ et rentré dans le vocabulaire courant des Français dans les années 1970. Le stress (mot anglais qui vient du français « détresse ») est, en biologie, l'ensemble des réponses d'un organisme soumis à des pressions ou contraintes de la part de son environnement. Naguère on disait que l'on avait le trac, la boule au ventre, que l'on était angoissé ou anxieux. Il y a donc des tas de **situations où il est parfaitement normal d'être « stressé »**, normal que notre organisme réponde physiquement à des pressions ou contraintes de la part de l'environnement comme la maladie, un danger imminent ou la perspective d'un événement désagréable ; légitime d'avoir le trac, d'être anxieux, d'avoir la boule au ventre. En revanche **le stress peut devenir chronique** : nous sommes parfois en état de détresse psychologique de façon continue, des jours ou des mois durant. Il nous appartient de trouver des solutions spirituelles voire médicale mais il n'y a pas lieu de culpabiliser. On peut avoir « la boule au ventre » pour des tas de raisons qu'il nous appartient de confier au Seigneur. Bien souvent il nous appartient aussi de faire face à la situation qui provoque cette détresse en prenant les bonnes décisions, en agissant de façon adéquate. Parfois, notre angoisse semble n'avoir aucune cause réelle, et elle perdure. Dès lors il y a un problème à régler, spirituellement d'abord. **Dieu prévoit un grand nombre de remèdes à l'angoisse** : la confiance, la pratique de la présence de Dieu, la prise de conscience de son amour, la sanctification, la communion fraternelle, le culte. Un Chrétien qui souffre d'angoisses chroniques ne doit pas culpabiliser, ni négliger un éventuel traitement médical, mais n'oublions pas que Jésus est le meilleur médecin. Utilisons les moyens de grâce que Dieu met à notre disposition, vivons comme il nous le demande, fréquentons des personnes de bonne compagnie que partagent nos convictions, laissons la Parole et la présence de Dieu transformer notre compréhension du monde, selon ce qu'elle appelle le « renouvellement de l'intelligence ».

14 Peloton de gendarmerie en haute montagne

15 J'ai envoyé un courriel à la branche française de l'AZI, Association Zen Internationale, pour savoir si mes propos à l'égard de leur religion était appropriés. Je n'ai, au moment de délivrer cette prédication, pas eu de réponse. Je fais donc ces affirmations sous toute réserve .

16 La notion de stress a été introduite par l'endocrinologue canadien d'origine austro-hongroise Hans Selye, qui publie en 1956 *The stress of life (Le Stress de la vie)*. Il y décrit le mécanisme du syndrome d'adaptation, c'est-à-dire l'ensemble des modifications qui permettent à un organisme de supporter les conséquences d'un traumatisme naturel ou opératoire.

Le remède prescrit ici par l'Écriture, par la plume de Paul, consiste à **remplir nos pensées de choses qui glorifient Dieu**. Il me semble que ce thème est peu abordé dans nos Églises. Ne ressassons pas les causes de tracas, les mauvaises nouvelles. Ne polluons pas nos esprits et nos pensées par des images ou des propos entachés par le péché, bien que ce soit si facile dans le monde où nous vivons. Mettons une garde à nos yeux et à nos cerveaux. Nourrissons-nous de ce qui est honorable, juste, pur, aimable, vertueux, digne d'approbation et de louange. **Nous devons être préoccupés en toute circonstance par ce qui plaît à Dieu**. Lorsque nous sommes confrontés à des choses qui vont dans le sens inverse, sachons les confier au Seigneur et les mettre à l'écart. **L'esprit du monde ne doit pas remplir notre esprit**.

Puis Paul nous demande de le prendre en exemple. Il s'avère qu'il est en prison, **persévérant** au service de Dieu en dépit de la **tribulation**. C'est ce que Dieu nous demande à nous aussi. Gardons le cap, les yeux fixés sur Jésus, l'esprit concentré sur ce qui plaît à Dieu, et ne devenons pas ce que le monde veut faire de nous ; « et le Dieu de paix sera avec (nous) ».

Jésus nous dit « **C'est moi, n'ayez pas peur** ¹⁷! ». Il a parlé des **inquiétudes** en des termes qui se passent de commentaire et qui nous serviront de conclusion.

« Ne vous inquiétez pas pour votre vie de ce que vous mangerez, ni pour votre corps de quoi vous serez vêtus. La vie n'est-elle pas plus que la nourriture, et le corps plus que le vêtement ? Regardez les oiseaux du ciel : Ils ne sèment ni ne moissonnent, ils n'amassent rien dans des greniers, et votre Père céleste les nourrit. Ne valez-vous pas beaucoup plus qu'eux ? Qui de vous, par ses inquiétudes, peut ajouter une seule coudée à la durée de sa vie ? Et pourquoi vous inquiéter au sujet du vêtement ? Observez comment croissent les lis des champs : Ils ne travaillent, ni ne filent ; cependant je vous dis que Salomon même, dans toute sa gloire, n'a pas été vêtu comme l'un d'eux. Si Dieu revêt ainsi l'herbe des champs qui existe aujourd'hui et demain sera jetée au four, ne vous (vêtira-t-il) pas à plus forte raison, gens de peu de foi ? Ne vous inquiétez donc pas, en disant : Que mangerons-nous ? Ou : Que boirons-nous ? Ou : De quoi serons-nous vêtus ? Car cela, ce sont les païens qui le recherchent. Or votre Père céleste sait que vous en avez besoin. Cherchez premièrement son royaume et sa justice, et tout cela vous sera donné par-dessus. Ne vous inquiétez donc pas du lendemain car le lendemain s'inquiétera de lui-même. À chaque jour suffit sa peine¹⁸ ».

♪ « Oh ! La paix que Jésus donne »

17 Jean 6 : 20

18 Matthieu 6 : 25-34