

RÈGNE DE LA JUSTICE

Administration et Rédaction
27, Rte de Vallière
1236 CARTIGNY / Genève
Téléphone 022 756 12 08

Journal mensuel, philanthropique et humanitaire
pour le relèvement moral et social

Fondateur: F.L.A. FREYTAG

ABONNEMENTS
Suisse, 1 an Fr. 4.--
Etranger Fr. 8.--
IBAN: CH83 0900 0000 1200 0656 7

Où va le monde actuel?

DES temps très difficiles se manifestent aujourd'hui devant les humains. Ces difficultés représentent le règlement de compte général qui est arrivé pour eux. C'est le résultat de leur ligne de conduite opposée à la légalité, ce qui va provoquer inévitablement une déception complète et entière. Les humains ne voient aucune issue à la situation désespérée dans laquelle ils se trouvent engagés, tout particulièrement dans les pays dits chrétiens. Ceux-ci ne sont chrétiens que de nom. S'ils l'étaient véritablement, ce serait le Royaume de Dieu sur la terre. Il n'y aurait aucune difficulté, parce que chacun vivrait la loi universelle qui veut qu'on existe pour le bien du prochain.

C'est sous cette loi merveilleuse d'entraide et d'harmonie que se placent ceux qui s'efforcent actuellement, selon la pensée divine, d'introduire le Royaume de Dieu sur la terre. Ils ont pour commencer un peu de peine à apprendre toutes les leçons d'altruisme, mais ils reçoivent tout le secours, l'aide, la bénédiction et la consolation de la part de l'Eternel. Pour eux, l'horizon n'est pas sombre, il est au contraire tout ensoleillé par les perspectives encourageantes qui sont devant eux.

Une situation merveilleuse est donc offerte à tous ceux qui ont le cœur bien disposé pour accomplir la volonté de l'Eternel. C'est ce que nous devons surtout rechercher. Pour cela il est nécessaire que nous ayons le plan divin avec netteté et précision devant nous, afin de nous y associer et de pouvoir ainsi sortir de nos ténèbres, de nos habitudes, de notre caractère, de tout ce qui produit la difficulté et la malédiction.

La malédiction est en nous et non pas autour de nous. Elle réside dans ce que nous avons assimilé spirituellement et qui nous fait mourir. Nous avons en effet été empoisonnés spirituellement, et c'est de cet empoisonnement dont nous devons être guéris, de cette éducation qui donne comme résultat la tribulation actuelle.

La tribulation est générale, elle s'étend partout, à toutes les classes de la société. Plus nous allons de l'avant, plus elle augmente. Elle a commencé tout d'abord par la guerre mondiale et n'a fait qu'augmenter d'année en année. Evidemment, on ne peut pas commettre des choses aussi insensées et aussi mauvaises sans en encourir les conséquences fâcheuses. Ces conséquences commencent à se montrer de nos jours. Cependant les hommes, au lieu de s'amender, de chercher à devenir sincères et honnêtes, continuent dans leur hypocrisie et leur fausseté. C'est pourquoi la

tribulation, au lieu de diminuer, va toujours en s'accroissant. Les sanctions et les mesures que les autorités appliquent enveniment encore la situation. Celle-ci durera jusqu'à ce que les nations soient toutes complètement terrassées. Les Ecritures montrent comment l'Eternel a tout préconçu et, en particulier, le résultat d'une telle manière de faire.

A côté de cette situation malheureuse existe un peuple possédant un tout autre état d'esprit. Ce peuple n'a pas de tribulation. Son cœur est plein de joie et d'espérance. Il ne connaît pas les difficultés, parce qu'il se débarrasse avec bonheur de son ancien caractère, pour avoir contact avec l'esprit divin. Cela nécessite évidemment pour lui des efforts continus, mais le résultat est admirable.

C'est ainsi que ce peuple forme de petites stations dans lesquelles on peut voir ce que produit sa ligne de conduite. On peut y constater l'harmonie, la bénédiction, le bonheur, la joie. On peut y voir des perspectives glorieuses pour l'avenir, qui remplissent le cœur d'espérance et d'allégresse. Voilà ce que ressentent les neuf dixièmes de ceux qui viennent visiter nos stations. Ils sont enthousiasmés. Cependant, souvent ils en restent là, parce qu'ils n'ont pas le courage de se laisser guérir de leur empoisonnement diabolique. Cet empoisonnement, que nous avons tous subi, et dont nous devons nous débarrasser, consiste à être enflé d'orgueil, à aimer les plaisirs que le monde recherche, et qui sont un tas d'immondices.

Si les humains ne s'étaient pas comportés comme ils l'ont fait depuis des siècles, ils seraient tous magnifiques. Mais avec tout ce qui s'est passé dans leur sein, selon l'histoire des peuples que nous connaissons, il est même étonnant qu'ils ne soient pas en plus mauvais état. Quand on pense à tous les gaz toxiques que les hommes respirent, à tout ce qu'ils mangent de mauvais, à tout ce qu'ils font d'illégal, on est émerveillé de voir que leur organisme a pu résister aussi longtemps à tous ces facteurs de destruction. Actuellement, nous sommes arrivés au temps de la fin, c'est le moment où cela ne peut pas aller plus loin. C'est la faillite du monde et de toute son organisation, le dépouillement complet.

En marge de toutes ces difficultés, le petit peuple du Seigneur se laisse conduire par la grâce d'En-haut. Il est sous la puissance de la bénédiction divine et reçoit le secours de l'Eternel. Tel est notre partage. C'est pourquoi nous sommes pleins de joie et d'assurance,

non pas que nous nous réjouissons de ce que cela va bien pour nous et mal pour les autres. Mais nous faisons la part de chaque chose, et nous savons très bien que les hommes n'écouteront jamais la voix de la raison sans les tribulations. Les tribulations sont donc un avantage pour eux, car leurs oreilles s'ouvrent alors insensiblement à la voix de la vérité. Ils pourront ainsi à leur tour être satisfaits, consolés, encouragés et sortir de leur situation malheureuse.

Ainsi que l'annonce par avance le prophète Esaïe: «Le bâton des méchants et la verge des dominateurs qui frappaient sans relâche les peuples sont brisés, tout le pays jouit du calme et de la paix.» C'est ainsi que peu à peu l'humanité sera introduite dans le bercail de la bénédiction et de la grâce divines.

Voilà notre conviction et notre assurance; c'est pourquoi nous ne nous attardons pas devant les difficultés momentanées, sachant qu'elles sont le prélude de la délivrance et de la bénédiction pour tous les humains. Nous les aidons de toutes manières, spirituellement surtout, mais aussi matériellement à l'occasion et dans la mesure de nos possibilités. Nous sommes heureux de pouvoir le faire, car c'est notre devoir d'être des consolateurs, des protecteurs, des bienfaiteurs pour notre prochain. C'est la loi universelle qui nous l'a enseigné, en nous montrant ce qu'est et ce que vaut la vie d'un homme.

La vie est simplement le résultat de la circulation du sang, en sorte qu'il n'y a pas lieu de s'illusionner avec la pensée que nous possédons une âme immortelle. Aussitôt que la circulation du sang cesse, c'est la mort purement et simplement, c'est comme si nous n'avions jamais existé. S'il n'y avait pas l'espérance de la résurrection, ce serait fini pour toujours pour nous, mais le Fils bien-aimé de Dieu a déclaré que l'heure vient où tous ceux qui sont dans les sépulcres entendront sa voix et en sortiront.

C'est le travail de l'âme de notre cher Sauveur qui nous assure et nous garantit la résurrection. Les humains n'auraient aucun espoir après la mort s'il n'y avait pas la résurrection assurée par le sacrifice de Christ. Nous avons déjà montré dans *Le Message à l'Humanité* et dans *La Divine Révélation* quelques points sur la résurrection.

Cette espérance glorieuse est devant nous, elle doit alimenter notre être tout entier pour pouvoir à notre tour l'apporter à notre prochain. Le temps de la fin est là, c'est l'accomplissement de ce que notre cher Sauveur a annoncé dans l'évangile de Matthieu, au chapitre 24. Nous trouvons là toute la description de l'âge évangélique, spécialement aussi du temps de la fin, où il y aura

Espère et crois!

ASSISE dans un fauteuil, sous la lumière aimablement tamisée d'un lampadaire, Liselaure médite, les yeux perdus dans le vague, ses mains feuilletant distraitement un périodique. Sur la table, une lettre fraîchement ouverte accuse la provenance d'un pays étranger. A en croire le plissement douloureux de ses lèvres, les pensées de Liselaure doivent être pleines de tristesse et de désenchantement. Du reste, de temps à autre, elle essuie quelques larmes qui coulent le long de ses joues.

Liselaure est soudain tirée de sa profonde méditation par un chant qui s'élève de la rue, droit au-dessous de ses fenêtres. D'une voix chaude et vibrante, grave, puissante, avec des modulations émouvantes, le chanteur égrène les paroles d'un vieil hymne populaire:

*Oh! mon âme, ouvre-toi
A l'espoir, à la foi!*

*L'an nouveau a sonné
Faisant fuir le passé.
Dieu te dit d'oublier,
D'aimer, de pardonner.
Oh! crois en sa bonté,
Et cesse de pleurer!
Mon âme, espère et crois,
Et renais à la foi!*

Liselaure a suivi toutes les paroles avec de violents battements de cœur. Machinalement elle enveloppe quelques pièces d'argent dans un papier, ouvre une fenêtre et lance le papier au chanteur, dont elle aperçoit nettement la haute silhouette et le chapeau tendu aux passants. Puis elle retourne à sa méditation.

Toutefois les pensées de Liselaure ont maintenant pris un tout autre cours. Le chant de tout à l'heure l'a transportée tout à coup au temps lointain de son enfance. Elle revoit la maison paternelle, si chaudement fourrée d'affection et de tendresse. Devant ses yeux

remplis de larmes passent et repassent le visage si bienveillant de sa mère, celui de son père, un peu grave, mais cependant si doux, tous deux très soucieux du bonheur de leurs enfants, et désireux de les élever dans la crainte de Dieu.

Liselaure se revoit ensuite un soir de fin d'année chez ses grands-parents maternels, où toute la famille est rassemblée pour fêter l'an qui fuit et celui qui va naître. Elle se souvient avec une soudaine et profonde nostalgie, de l'ambiance délicieuse de cette aimable soirée familiale. C'est le grand-père qui préside, en haut de la table, un grand et noble vieillard, vénéré de toute la famille. Il regarde, attendri, ses enfants et petits-enfants, et jouit profondément du bonheur qui se lit dans tous les yeux. On chante en famille plusieurs cantiques, entre autres aussi le chant populaire de la nouvelle année qui a si profondément remué le cœur de Liselaure.

Le vieillard rassemble ensuite ses petits-enfants autour de lui. Il prend la cadette, Liselaure, sur ses genoux, et demande à tous d'une voix très émue: «Enfants, croyez-vous que vous avez dans les cieux un Père tout-puissant, qui vous aime et veut prendre soin de vous?»

D'un seul cœur tous les enfants répondent: «Oh! oui, grand-père.»

Celui-ci ajoute alors, après les avoir tous embrassés: «Au soir du jour qui, pour vous, vient d'éclorre, j'arrive en paix, et je n'ai qu'un désir: que vous gardiez toujours votre foi enfantine, que vous ne quittiez jamais la voie de la droiture, pour que du haut des cieux Dieu puisse vous bénir.» Se levant alors digne et grave, dominant les enfants de sa haute stature, le front courbé plein de respect, de quelle émouvante prière il accompagna ces souhaits!

Liselaure n'avait alors que six ans. Cependant les paroles de son grand-père ont fait

des mises au point exemplaires, simplement comme résultat inévitable des mauvaises semences répandues au cours des siècles.

Tous les humains sont égoïstes, c'est ce qui cause leur ruine. Il s'agit donc de changer de caractère, de transformer complètement notre registre mental pour devenir viable. Plus les parents sont dépravés, plus les enfants en subissent les conséquences par les tares qu'ils héritent, selon la loi de l'atavisme. Il s'agit donc maintenant pour tous de considérer le programme divin et de s'y associer du fond du cœur, car dans la mesure où l'on y met du zèle et du courage, le résultat est glorieux.

Nous n'aurions jamais pensé autrefois qu'un mauvais caractère pouvait avoir une répercussion si néfaste sur l'organisme. Nous montrons actuellement que l'humanité en général est complètement malade. Ainsi que le dit le prophète Esaïe, depuis la plante des pieds jusqu'à la racine des cheveux, ce ne sont que plaies purulentes. Si l'on n'y voit rien extérieurement, le mal est quand même là et fait ses ravages.

Comment une société pareille n'engendrerait-elle pas la tribulation? Il suffit de mettre quelques mauvais caractères ensemble pour avoir immédiatement des querelles et des coups. C'est donc l'état général maladif de l'humanité qui produit les difficultés actuelles. Le chômage, par exemple, est produit par un manque de bonté, d'amour, d'estime et d'appréciation pour le prochain. Pour ce qui nous concerne, nous ne risquons pas de chômage, nous avons de l'ouvrage par-dessus la tête, un travail fantastique, et c'est pour des siècles que nous avons du travail devant nous jusqu'à ce que la terre soit restaurée. Il s'agit là d'un travail admirable, merveilleux, harmonieux, qui donne des résultats sublimes et cimenter des amitiés durables, un bonheur sans mélange.

Les hommes pourraient aussi être heureux. Il faudrait simplement qu'ils rentrent en harmonie avec Dieu en quittant leurs religions, leur sagesse, leur science, leur duplicité, leur caractère. Une fois en harmonie avec l'Eternel, ils pourraient ressentir sa bénédiction: ce serait immédiatement la fin de toutes les difficultés, il n'y aurait bientôt plus de tribulations. Actuellement, au contraire, plus on va de l'avant, plus la tribulation s'intensifie. On cherche toutes sortes d'expédients, mais aucun ne peut donner de résultat pratique. Tant que le monde ne sortira pas de son égoïsme, il ne pourra pas échapper à la tribulation. Il en est pour lui comme pour quelqu'un qui s'est empoisonné et auquel on présente un contrepoison d'une efficacité absolue; mais le malade ne veut pas se laisser convaincre, et ainsi on ne peut pas empêcher le poison de faire son œuvre.

Aujourd'hui l'égoïsme a été poussé à un tel degré que le résultat ne peut être que l'effondrement de toute la société, de ses projets et de sa manière de faire. Nous sommes arrivés au moment où la récolte automatique des semences de l'humanité se présente dans toute sa crudité, ce sont des difficultés, des tribulations et des mises au point qui ne sont pas imposées aux hommes par l'Eternel, mais qui sont la suite logique de leur conduite.

Le peuple de Dieu est complètement en dehors de tout cela. Il marche par la foi. Dans son sein les difficultés ne se manifestent pas comme dans le monde, parce qu'il est constamment protégé dans toutes ses entreprises.

C'est que ces entreprises ne sont pas égoïstes et sectaires comme celles des humains. Les aspirations, le programme et le but des enfants de Dieu véritables, c'est l'établissement du Royaume de Dieu sur la terre, pour la joie, le bonheur et la délivrance de tous les humains. C'est l'accomplissement de la volonté de l'Eter-

nel. C'est pourquoi le peuple de Dieu est au bénéfice de toute la protection et de toute la bénédiction divines.

Tous ceux qui veulent s'associer de tout leur cœur à l'œuvre de l'Eternel peuvent ressentir sa grâce et son secours et goûter les joies ineffables du Royaume de Dieu. Dans ce Royaume, il n'y a pas de difficultés, ni de tribulations. C'est l'ère du bonheur, de la joie, de la paix, de la santé et de la vie.

Les champignons: merveilles de la nature

De la revue *Magazine WWF* N° 3/2024, nous reproduisons un article qui a retenu notre attention. Il y est question des champignons, et nous allons voir qu'ils forment un monde encore largement méconnu qui peut nous fasciner.

Magiques champignons

Les champignons ne sont ni des animaux ni des plantes. Ils forment un groupe à part dont la majeure partie n'a pas encore été explorée. Plus nous en apprenons sur les champignons, et plus il reste de mystères à résoudre sur ces organismes exceptionnels.

Nous connaissons plus de 100 000 espèces de champignons alors que les scientifiques estiment que leur nombre dépasse les cinq millions. Ces organismes à part interviennent dans de nombreux processus de décomposition. Dans la forêt, ils participent au cycle des nutriments en désagrégeant le bois mort et les feuilles. Leur action en fait de véritables champions de la nature.

Nous ne voyons habituellement que la fructification du champignon. C'est sous terre que l'essentiel se passe: les champignons produisent des filaments dans le sol, tissant d'immenses toiles. Les plantes et les arbres se raccordent à ce réseau invisible avec leurs racines, échangeant même des nutriments. Le scientifique britannique David Read appelle ce système «The Wood Wide Web», par analogie avec internet.

Une étude réalisée dans les forêts du Canada a montré que du carbone passait des sapins aux bouleaux par l'intermédiaire d'un réseau de champignons, et que cet échange se produisait dans les deux sens. Suivant la saison, le carbone passe des arbres qui en ont suffisamment à ceux qui n'en ont pas assez. Ce réseau naturel garantit ainsi une répartition idéale.

Le plus grand réseau de champignons a été découvert aux Etats-Unis, dans les forêts de l'Oregon: il s'agit d'un unique armillaire géant, qui s'étend sur une surface équivalente à 1200 terrains de football. Il se développe depuis des milliers d'années, bien caché sous le sol de la forêt...

Créatures amorphes

Le champignon «Ophiocordyceps unilateralis» étonne par sa capacité à transformer les fourmis en créatures dépouillées de toute volonté. Il parasite l'insecte et prend le contrôle de son système nerveux. Désormais incapable de bouger, la fourmi meurt. Le champignon pousse et sort de la tête de la fourmi, d'où il continue de se propager.

Un autre champignon, la mycorhize, permet aux jeunes orchidées de pousser en leur fournissant le nécessaire vital les premières années. Grâce à son réseau, ce champignon apporte de l'eau et des nutriments à la plante. En contrepartie, dès qu'elle est en mesure de faire de la photosynthèse, l'orchidée lui rend du carbone qu'elle extrait de l'air. Cet échange et la dépendance qui en résulte sont typiques des symbioses – courantes – entre plantes et champignons. La plupart des plantes terrestres ont besoin de champignons pour absorber de l'eau et des nutriments.

Que de merveilles et de richesses recèle la nature! Nous sommes encore loin d'avoir tout découvert et il

y a de quoi nous émerveiller, et surtout nous pousser à louer notre Créateur, l'Eternel, qui a fait des choses si merveilleuses.

Il est question ici d'un champignon qui s'étend sur une superficie égale à 1200 terrains de football. Ce champignon est considéré comme le plus grand organisme vivant sur terre. Il couvre une étendue de 8,9 kilomètres carrés. Et que dire alors de l'échange de carbone entre différentes espèces d'arbres allant de celui qui en a le plus vers celui qui en manque, ceci, par le moyen d'un réseau de champignons? On pourrait légitimement se demander, quel mécanisme permet aux arbres qui ont plus de carbone d'en transférer à ceux qui en ont moins?

Selon les connaissances que nous avons actuellement en la matière, il semble que ce soient le réseau mycorrhizien qui réagit aux gradients de concentration de nutriments et de carbone. Les arbres en bonne santé et en pleine photosynthèse produisent plus de sucres, qui peuvent être redistribués via le réseau mycorrhizien vers les arbres qui en ont moins. Qui aurait pensé que les champignons, pour lesquels nous n'avons pas beaucoup de considération, puissent remplir pareille fonction?

Et comment ne pas discerner derrière tout cela, la volonté d'un Créateur infiniment sage et bon qui a tout créé selon la Loi universelle pour que chaque être et chaque chose soit en bénédiction à l'ensemble de la création?

Et il ne s'agit là que d'organismes sans volonté, inconscients! Pensons à ce que l'Eternel, Dieu peut faire avec l'être humain, si celui-ci veut se soumettre à la volonté divine. Nous avons pu le constater avec l'apôtre Paul. D'un être fanatique, enténébré, il est devenu le merveilleux apôtre Paul qui a pu dire: «Les preuves de mon apostolat ont éclaté au milieu de vous par une patience à toute épreuve, par des signes, des prodiges et des miracles.» 2 Cor. 12: 12.

Ceci nous encourage, nous enthousiasme et nous montre que «c'est possible». Même sans avoir la prétention d'atteindre des hauteurs de spiritualité comme l'apôtre Paul, chacun peut devenir un fils de Dieu, car les voies divines sont pour le cœur et chacun peut devenir un homme de cœur. Pensons un instant quelles perspectives merveilleuses sont devant nous! Considérons les promesses contenues dans la Parole divine et rendues possibles par le sacrifice de notre cher Sauveur. Cela vaut bien la peine de renoncer à quelques avantages terrestres ou de quelque autre nature en faveur d'un tel idéal!

Des temps merveilleux vont éclore et nous sommes invités à participer à leur introduction. Ne négligeons pas cette collaboration que l'Eternel nous offre à son œuvre. Soyons des courageux qui se dévouent pour leur prochain, pour faire cesser pour toujours les larmes, le malheur et la mort, et introduire le Royaume de Dieu sur la terre.

La colère: bienfait ou calamité?

Un article du magazine *Maxi* N° 1964 du 17 au 23 juin 2024, nous entretient des soi-disant bienfaits de la colère, avec le concours de Sylvie Tennenbaum, psychothérapeute.

Une émotion à prendre en compte

En quoi la colère peut-elle être notre alliée?

Irritation ou rage, elle surgit parfois sans crier gare, mais n'est pas là par hasard. Donc, plutôt que de la faire, essayons plutôt de comprendre ce qu'elle cherche à nous dire!

Battements du cœur plus rapides, sensation d'oppression dans la poitrine, souffle coupé, «coup de chaud»... De la petite enfance à la fin de la vie, nous ressentons de temps à autre de la colère. Ni bonne ni mauvaise, cette émotion – qui peut aller de la frustration intérieure à l'agacement répété, en passant par la rage – montre

une très grande impression sur elle. Longtemps elle s'en est souvenue. Puis peu à peu avec les années, les impressions bénies se sont estompées et se sont même pour finir complètement effacées, si totalement qu'il a fallu les paroles de ce chant pour tout lui remettre en mémoire.

C'est que, bien jeune encore, Liselaure a perdu son grand-père, puis son père et sa mère. La famille s'est alors entièrement disloquée, et l'ambiance créée avec tant de soin par les parents a totalement disparu.

Liselaure s'est mariée à vingt ans avec un très riche commerçant. Elle a connu des jours de bonheur radieux, l'enivrement du succès, des honneurs, de la vogue. Puis sont venus les revers de fortune. Le mari n'a pas pu supporter l'humiliation de la médiocrité, l'abandon ou la commisération des amis du temps de l'opulence. Il a préféré disparaître pour toujours.

Liselaure alors a reporté tout son amour

sur son fils unique, tout ce qui restait de son bonheur perdu. Il était de santé délicate. Aussi que de longues veilles au chevet de l'enfant, que d'efforts continus pour lui sauver la vie, puis pour lui donner une instruction lui permettant de faire bonne figure dans le monde.

Le jeune homme était reconnaissant, attaché à sa mère. Il lui disait souvent: «Mon but, chère maman, c'est de te rendre heureuse. Jamais je ne te quitterai.» Et voilà... il s'est marié. Sa compagne jalouse, autoritaire, égoïste, orgueilleuse, a réussi, par toutes sortes de ruses, d'astuces, à détourner complètement le fils de sa mère, à mettre même de l'antagonisme dans son cœur et à le faire quitter le pays, laissant Liselaure seule avec son épouvantable chagrin.

Et depuis, jamais de nouvelles, si ce n'est, comme ce soir, une lettre glacée sans un mot si ce n'est le nom de son fils au bas d'un de ces vœux tout faits que l'on trouve dans les librairies, de ces paroles achetées, qui vous

font frémir de douleur par leur banalité et leur vide écoeurant, qui vous labourent le cœur. Tandis qu'un mot, un simple mot véritable, vivant, fourré de chaleur, d'affection, quel bien cela ferait au cœur de Liselaure. Aussi une rancune affreuse gronde dans tout son être contre celle qui lui a ravi le cœur de son enfant. Elle aurait si volontiers partagé, pourvu qu'il lui reste attaché.

Toute à sa longue méditation, Liselaure ne s'est pas aperçue de la fuite des heures. Les cloches de la nouvelle année la rappellent à la réalité. En même temps lui reviennent en mémoire quelques bribes du chant entendu: Espère et crois... renais à la foi...

Si seulement je pouvais, se dit Liselaure. Mais je ne sais même plus prier. J'ai délaissé ce Père qui est dans les cieus, et Il n'a pas pu me bénir.

L'âme souffrante et tourmentée, Liselaure se met au lit, espérant oublier dans le sommeil ses chagrins et ses peines.

La nouvelle année a commencé. De la neige partout. Un paysage hivernal. Un vent glacial souffle au dehors, invitant ceux qui peuvent à rester au logis. Toutefois ce n'est pas la pensée de Gilbert.

Dans sa modeste chambrette sise au cinquième étage de la maison voisine de celle de Liselaure, il achève sa toilette. Tout en se chaussant, il monologue: «La réunion est à 14 h. cet après-midi. J'ai la matinée devant moi. Je voudrais tant commencer l'année en apportant la bonne nouvelle du Royaume autour de moi. Mais c'est le premier de l'an. Tout le monde va se lever très tard. Cependant le Seigneur peut guider mes pas. Si seulement je pouvais trouver un cœur à enrichir du message de la vérité, quel encouragement ce serait pour moi.»

Gilbert se met à genoux et demande ardemment à l'Eternel de le conduire. Il prend sa sacoche et descend dans la rue. Il semble entendre une voix qui lui dit: «Commence

simplement qu'un (ou plusieurs) de nos besoins essentiels n'est pas satisfait. Selon notre tempérament, selon notre éducation, nous y cédon plus ou moins volontiers. Pourtant, cette émotion a besoin de sortir. Réprimée, elle finit par s'exprimer par des somatisations, potentiellement graves. Apprenons à l'accepter, à la décrypter et à l'utiliser à bon escient: bien exprimée, la colère peut être entendue et alerter les autres sur ce qui ne va pas.

Une réaction saine et naturelle

Soudaine, débordante, explosive ou intériorisée, cette émotion primaire puissante est dans tous les cas une «réaction physiologique naturelle, saine et essentielle face à une situation difficile ou à un sentiment de peur ou d'injustice», explique Sylvie Tenenbaum, psychothérapeute et auteure. C'est elle qui nous montre nos limites et nos valeurs. Grâce à la colère, nous n'acceptons pas la moquerie, l'agressivité, l'humiliation, l'injustice ni les comportements inadaptes. Cette énergie qui bouillonne nous permet d'exister, de nous affirmer. C'est une pulsion de vie qui appelle à faire cesser une situation qui ne nous convient plus ou qui nous aide à résister lorsque quelqu'un nous attaque. Elle sert aussi bien à défendre nos droits qu'à nous protéger moralement et physiquement.

Comprendre ce que nous traversons

La colère est une information, un message – transmis d'abord par notre corps –, pour une meilleure connaissance et compréhension de soi. Elle nous guide et met en lumière nos besoins non respectés. Elle nous invite à nous interroger sur ce que nous vivons et doit résonner comme une alarme. «Nous ne la ressentons jamais sans raison, poursuit la thérapeute. Il faut apprendre à l'écouter, même si ce qu'elle nous dit est difficile; par exemple, quand elle nous ouvre les yeux sur certains comportements blessants ou inappropriés de nos proches. La reléguer aux oubliettes est une mauvaise idée car, un jour ou l'autre, elle ressortira, accrue, et nous envahira.» Accepter sa colère, c'est ainsi prendre des décisions plus justes pour soi.

Une invitation au changement

La colère alerte sur ce qui doit être modifié, soit dans les actes, soit dans la manière de communiquer. Si votre conjoint vous délaisse, il est normal d'en parler pour que la situation ne perdure pas. Idem si une amie trahit la promesse qu'elle vous a faite ou si une collègue de travail vous parle mal. Quand elle est justifiée, la colère est utile socialement: elle invite au changement, aide à rétablir l'équilibre, impulse l'énergie nécessaire pour pallier les dysfonctionnements. Et il n'y a pas que les mots qui secouent! La simple vision de cette émotion saisissante peut changer la perception de la situation: l'autre se rend compte qu'il est allé trop loin et rectifie instinctivement son attitude, devenant plus affable.

Protéger notre santé mentale

Quand nous n'arrivons pas à exprimer notre colère, nous sommes confrontés à des sentiments de frustration, d'injustice ou d'impuissance. «Insidieusement, la tempête intérieure grandit en nous et s'accroît, entraînant des réactions ou comportements négatifs chez nous ou dans notre cercle social. Cela aboutit en général à un isolement, mais aussi à un sentiment d'incompréhension et de vulnérabilité, qui nuit à l'estime de soi et au bien-être global.» La colère doit donc être exprimée et suivie d'actions, sous peine de tourner en boucle sans trouver d'issue de secours. Plus on tient compte de cette émotion, plus on œuvre en faveur de sa santé mentale et d'un plus grand épanouissement!

Une source de créativité

Lorsque nous sommes en colère, nous avons envie d'apporter du changement dans une situation qui nous dérange. «Nous devenons alors plus créatifs que lorsque nous subissons, affirme Sylvie Tennenbaum. De nombreuses créations artistiques sont ainsi nées de

l'expression de la colère: ainsi, Picasso a peint «Guernica», pour dénoncer le bombardement de cette ville durant la guerre d'Espagne; Beethoven a composé bon nombre d'œuvres, qui expriment sa rage après avoir appris très jeune qu'il allait devenir sourd...» Réfléchissez bien: sans aller jusqu'à la composition picturale ou musicale à grande échelle, la colère ne vous a-t-elle pas déjà poussé à trouver des solutions inédites ou à créer quelque chose qui vous a rendu fier?

Elle fait avancer le monde

«Les colères sociales ont aussi joué un rôle politique et fait progresser les sociétés démocratiques. Sans la colère, il n'y aurait pas eu la Résistance durant la Deuxième Guerre mondiale, par exemple!» argumente la thérapeute. Le racisme, la discrimination, le sexisme, le harcèlement, l'inégalité entre les hommes et les femmes, les violences sexuelles et tant d'autres sujets ne seraient aujourd'hui pas dénoncés. En ce sens, chacun a donc une responsabilité individuelle: écouter sa colère et savoir l'exprimer pour obtenir des changements est indispensable. Faute de quoi, nos relations, quelles qu'elles soient, pourraient vite devenir invivables, voire toxiques.

On peut difficilement trouver exemple plus probant du résultat de l'abandon de la spiritualité divine au profit de la psychologie et de la philosophie. Nous sommes pourtant, pour la plupart d'entre nous, dans une société qui se dit chrétienne. Mais alors qu'a-t-on fait des principes enseignés par le Christ et la Parole divine?

Notre cher Sauveur recommandait d'aimer son prochain. Certaines de ses exhortations sont bien connues. Qui peut dire qu'il n'a jamais entendu celles-ci, par exemple? «Si quelqu'un te frappe sur la joue droite, présente-lui aussi l'autre. Si quelqu'un veut plaider contre toi, et prendre ta tunique, laisse-lui encore ton manteau. Si quelqu'un te force à faire un mille, fais-en deux avec lui.» Matth. 5: 39-41.

Si vraiment on met en pratique ces conseils, reste-t-il en nous une place quelconque pour la colère? Nous avons dans cet article les conseils d'une psychothérapeute, soit d'une professionnelle de la santé. Elle sait sûrement que la colère est néfaste pour la santé. Elle peut générer du stress cardiaque, augmenter le risque de crise cardiaque, perturber la digestion, elle exerce un impact sur la santé mentale, trouble le sommeil, etc. Lors d'une colère, le corps libère des hormones de stress comme l'adrénaline et le cortisol. Ces hormones peuvent augmenter la fréquence cardiaque, la pression artérielle et les niveaux de glucose dans le sang.

Il y a d'autres moyens de régler ses problèmes que de les exprimer par la colère. Compte tenu du fait que la colère limite justement nos moyens. Nous regrettons parfois amèrement ce que nous avons dit ou fait dans un accès de colère. Le proverbe dit vrai: Jamais la colère n'a bien conseillé (Ménandre). Cette pensée de Marc Aurèle est aussi très justifiée: Les conséquences de la colère sont beaucoup plus graves que ses causes. Et il y aurait beaucoup de sentences qu'on pourrait citer pour démontrer que la colère est plus mauvaise que bonne.

D'autre part, il faut aussi considérer que se mettre en colère est une habitude, se maîtriser en est une autre. Celui qui laisse la colère le dominer à chaque contrariété, ne pourra plus jamais se dominer, étant donné qu'il est plus facile de descendre une pente que de la monter.

Cet article semble faire l'éloge de la colère pour se faire entendre dans certaines circonstances. Fort bien, mais a-t-on pensé aux mauvaises impressions qu'on laisse à ceux qui subissent notre colère? Pense-t-on vraiment que nous allons remonter dans l'estime de notre semblable si nous l'abordons sous l'effet de la colère? Il faut toujours être conscient que quand nous devons dire une vérité à quelqu'un, il faut la dire avec autant de tact et d'amabilité que si nous devons la recevoir

nous-mêmes. Nous sommes tous orgueilleux, et il ne nous est pas facile de recevoir et d'accepter certaines vérités. Si de plus, elles sont formulées sous l'effet de la colère, cela devient impossible.

Ce n'est pas pour rien que la Parole divine nous dit que: «Celui qui est lent à la colère vaut mieux qu'un héros. Et celui qui est maître de lui-même que celui qui prend des villes.» Prov. 16: 32. Notre cher Sauveur nous conseillait d'apprendre de lui la douceur et l'humilité. Il est dit de lui que même lorsqu'on l'injurait, il ne rendait point d'injures.

Suivons ces précieux conseils il nous permettront de devenir des fils de Dieu et d'être maîtres de nous-mêmes. Nous pourrions alors faire beaucoup de bien autour de nous, car vaincre la colère est une étape de la sanctification qui va encore beaucoup plus loin que cela et doit nous conduire à aimer notre prochain comme nous-mêmes et devenir ainsi des fils de Dieu qui peuvent vivre éternellement.

Une forêt en pleine ville

Issu du site *RTBF Actus* du 30 septembre 2024, nous reproduisons l'article ci-dessous, porteur d'une bonne nouvelle:

une coulée verte au milieu de la jungle de béton

Le Brésilien Hélio da Silva a créé une oasis à Sao Paulo, mégapole frappée de plein fouet par la crise climatique.

A 73 ans, cet ancien cadre de l'industrie alimentaire se présente comme un «visionnaire». Avec ses propres deniers, il a fait sortir de terre la première coulée verte de Sao Paulo, alignant de denses rangées d'arbres sur 3,2 km de long et 100 mètres de large, à Penha, quartier de l'est de la plus grande ville d'Amérique latine.

Cette bande verte est coincée entre deux axes routiers à forte circulation de la capitale économique du Brésil aux 12 millions d'habitants, dans une zone auparavant abandonnée, où erraient des usagers de crack.

L'ex-cadre a planté plus de 40 000 arbres!

Originaire de Promissao, bourgade située à environ 450 km de Sao Paulo, l'ancien cadre s'est lancé dans cette aventure en novembre 2003, après une promenade avec son épouse dans son quartier de Penha, où le gris était la couleur dominante. «Je voulais laisser un héritage à la ville qui m'a accueilli. J'ai commencé à planter des arbres et je n'ai jamais arrêté», confie-t-il.

L'arboriculteur improvisé n'a jamais demandé d'autorisation formelle aux autorités mais la mairie a inauguré ce nouvel espace vert cinq ans plus tard, en 2008, le baptisant «Parc linéaire Tiquatira». Le parc compte aujourd'hui 32 000 arbres et Hélio da Silva en a également planté 9000 autres dans les environs.

Plus de 160 variétés sont représentées, pour la plupart des espèces autochtones.

Il fait également en sorte de planter au moins un arbre fruitier sur douze, pour attirer les oiseaux. Selon la mairie, 45 espèces d'oiseaux ont été vues dans cette forêt urbaine qui regorge de pau-Brasil (arbre au bois rouge emblématique du Brésil), de palmiers ou de cèdres. «Il y a plus de mille jequitibas, un arbre brésilien qui vit plus de 3000 ans», dit avec fierté Hélio da Silva, qui consacre plus de 6000 euros par an à cette passion.

«Amener la vie»

Selon les experts, les espaces verts en zone urbaine sont fondamentaux pour absorber la chaleur et améliorer la qualité de l'air.

Et à Sao Paulo, ville tentaculaire déjà très polluée, cette qualité de l'air s'est gravement détériorée ces dernières semaines au point de devenir une des pires au monde, en raison de la fumée des feux de forêts qui ravagent le Brésil. Ces incendies sont favorisés par une

par la maison voisine.» Résolument, il entre et heurte à la première porte. Au bout d'un instant un petit guichet s'ouvre. Il dit le pourquoi de sa visite et reçoit comme réponse: «N'avez-vous pas honte de déranger les gens un premier jour de l'an pour de telles balivernes?»

Gilbert, qui en est à ses premières armes dans l'évangélisation, se trouve un peu interdit devant cette réception. Mais il se ressaisit aussitôt et frappe à la porte suivante. Une réponse encore plus acerbe accueille ses paroles. A la troisième porte, on ne lui répond pas.

Sera-ce ainsi dans toute la maison? se dit Gilbert, attristé. Mais une voix intérieure lui dit: Courage, continue, le Seigneur est avec toi. Il monte au premier étage et s'arrête devant une porte. C'est celle de Liselaure. Il heurte discrètement. Liselaure se demande qui peut bien venir la visiter, elle qui ne fréquente et ne reçoit personne. Intriguée, elle va

ouvrir et se trouve en face d'un grand jeune homme au visage ouvert et sympathique.

– Que désirez-vous, monsieur?

– C'est la nouvelle année, et j'aimerais réjouir votre cœur par une merveilleuse bonne nouvelle.

Les paroles aimables du visiteur font du bien à Liselaure. «Entrez donc, jeune homme, lui dit-elle. Mais je doute fort que vous puissiez me communiquer votre joie.»

Gilbert comprend que c'est là le cœur que l'Eternel lui propose de consoler. Aussi s'efforce-t-il de se mettre sous l'onction divine pour apporter l'ambiance bienfaisante et bénie du Royaume de Dieu.

Liselaure l'écoute avec bienveillance. Elle est vite gagnée par les paroles pleines de grâce du jeune évangéliste et par le message de paix qu'il apporte.

Mais cela lui fait ressentir d'autant plus le vide de son cœur. Elle lui dit: «Ce que vous dites est magnifique. Mais ce n'est pas pour

moi. J'ai abandonné Dieu depuis de longues années et j'ai perdu sa grâce. Il n'a pas pu me bénir, et j'en ai subi les douloureuses conséquences.» Elle se met alors à pleurer, et sans pouvoir se retenir, elle raconte sa peine au jeune évangéliste.

Gilbert la laisse parler. Puis alors il verse dans le cœur malheureux de Liselaure des paroles d'espérance, d'assurance, d'amour et de pardon. Il lui fait ressentir la puissance infiniment consolante de l'esprit de réconciliation. Il ajoute: «Jamais l'Eternel ne punit. Il ne fait que du bien. Mais Il nous dit: Pardonne comme je te pardonne. Efface le passé. Faites le pont vous-même, avec persévérance. La victoire est au bout. Le bonheur reviendra. L'Eternel bénira.»

Liselaure est émue. Il lui semble soudain que son cœur est moins lourd, sa peine plus légère. Gilbert, qui sent que ce cœur est gagné, l'invite à la réunion de l'après-midi, et lui offre de venir la chercher. Pour lui faire

plaisir, et par reconnaissance, Liselaure lui dit: «Si vous venez me chercher, je viendrai avec vous.»

De nouveau une année s'est enfuie pour faire place à l'an qui va venir. Derechef Liselaure est là dans son fauteuil, médite, et réfléchit sur l'année qui meurt... sur la table une lettre... un périodique en mains. Un quelconque journal? Non, c'est *Le Moniteur*. Et le coin de ses lèvres n'a plus de plis amers. Des larmes sur ses joues coulent à profusion, mais des larmes bénies. Son âme s'est ouverte au bonheur, à l'espoir.

Liselaure a suivi le conseil bienfaisant du jeune évangéliste. Elle a pris place aussi à l'école ineffable du Messager de Dieu. Elle a pu dominer les douleurs de son âme, ses remous, sa rancoeur. Elle a passé l'éponge, elle a tout pardonné. Elle a bâti le pont. Avec douceur, noblesse et beaucoup de doigté, lentement, sûrement, avec délicatesse, humblement, sagement, elle a tissé des fils d'amour

