

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 24 (1994)
Heft: 7-8

Rubrik: Messages œcuméniques

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 14.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

PRENDS TON LIT ET...

Le lit est notre vie tout entière. C'est là que nous sommes nés, c'est là que nous aimons, c'est là aussi que nous mourrons.

Guy de Maupassant

La parole biblique évoquée dans le titre me rappelle un souvenir de prime jeunesse: l'incompréhension totale pour l'enfant, d'un paralytique guéri miraculeusement, capable d'emporter sur ses épaules son «lit». Depuis lors j'ai appris qu'une couverture, un tapis, une natte pouvait servir de couche.

Mais revenons à nos habitudes bourgeoises: lit et sommeil sont dépendants. Moelleux ou durs, souples ou raides ils conditionnent notre repos nocturne et notre humeur diurne, notre travail et notre activité sociale. Et la chaleur? Ou le froid? La température idéale dans une chambre se situe entre 16° et 25°. Au-delà le sommeil diminue d'environ 7%. On se tourne plus souvent dans ses draps. Le bruit joue son rôle, mais aussi la soirée passée, le film dégusté, l'heure tardive, l'habitude d'un somnifère, le repas copieux, bien arrosé ou les jeux excitants: que d'enemis du lit bien compris!

C'est d'une importance existentielle pour santé et action, pour durée de vie et efficacité. Il est certain que chacun a son rythme, mais on ne peut pas tricher avec la nature.

Passons à la démonstration mathématique. Un octogénaire, à raison de sept heures par jour, aura passé plus de deux cent mille heures au lit. Que de temps perdu diront les uns.

A rogner sur le sommeil, on rogne sur la durée de sa vie. Bien sûr dans la mort, on aura l'occasion de dormir tout son soûl. Car l'éternité, ça risque d'être long!

Un petit tour dans la chambre à coucher? Que se trouve-t-il autour de notre lit? Regardez et découvrez. Réveil, horloge, lampe de chevet, livres, et parmi ceux-ci, une Bible? Bougie, instrument de musique, arme, tableau, radio, TV, plantes, tapis? Quant au lit, il permet d'évoquer les naissances, l'espérance ou la crainte qui accompagne cette nouvelle vie.

A ne pas oublier ce lieu privilégié de l'amour prodigué et prolifique, les élans de la passion partagée, les problèmes de la cohabitation acceptée ou subie, les misères ou les grandeurs de la chair unie. Le lit signifie aussi la fin d'une existence, paisible ou agitée. Oui, le lit, du berceau à la tombe: témoin silencieux de la destinée humaine. L'endroit où Jésus pourrait nous dire aussi: «Laisse là ton lit, ton passé chargé de soucis, de craintes, d'appréhension et de douleurs et... marche, plein de foi, d'espérance, en paix vers la vie éternelle.»

Pasteur J.-R. Laederach

QUEL ARBRE AI-JE CHOISI?

«On reconnaît l'arbre à ses fruits», dit un proverbe très répandu et rarement contesté.

L'apôtre Paul, dans sa lettre aux Galates (chapitre 5) nous parle de deux arbres fort différents, dont les fruits ne se ressemblent pas du tout. L'un de ces arbres s'appelle «la chair», c'est-à-dire l'humain coupé de son Créateur, l'humain déchu, profondément blessé par sa révolte. Et il énumère les fruits de cet arbre: «On sait bien à quelles actions mène la chair: débauche, impureté, obscénité, idolatrie, sorcellerie, haines, querelles, jalouse, colère, envie, divisions, sectarisme, rivalités, beuveries, gloutonnerie et autres choses du même genre.» Bref, des fruits sacrément pourris!

L'autre arbre, pour Paul, est celui de l'Esprit. Les fruits qu'il donne sont au contraire superbes, beaux, juteux. Voici ce que l'Esprit produit, rajoute Paul: «Amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, foi, humilité et maîtrise de soi.»

Si vous aviez à choisir entre les deux arbres, je pense que vous n'hésiteriez pas bien longtemps... Et tout autour de vous,

quels fruits trouvez-vous les plus répandus? Ceux du premier ou ceux du second?

Si l'on pense à la Bosnie ou au Rwanda de ces derniers temps, les fruits de la «chair» semblent l'emporter. Si l'on songe à Mère Thérèsa ou à l'abbé Pierre, les fruits de l'Esprit abondent.

Cet Esprit-Saint, les chrétiens l'ont reçu au baptême. Mais l'ont-ils accueilli plus tard? Ils l'ont reçu à la confirmation, alors qu'ils étaient consciens. Mais Lui sont-ils restés fidèles?

L'Esprit-Saint transforme les hommes. On l'a vu à la Pentecôte où il fait de disciples peureux des témoins rayonnants de la Bonne Nouvelle.

Et moi, de quel arbre suis-je? La réponse est simple. Si, tout autour de moi, je sème du bonheur, c'est que je suis branché sur l'arbre «Esprit-Saint». C'est Lui qui agit en moi. Si, au contraire, j'apporte à mes proches et au monde plus de malheur que de joie, les querelles, les coups, la violence, c'est que je suis de l'autre arbre. Bonjour les dégâts!

Abbé J.-P. de Sury