LA FATIGUE (ESAÏE 40 27-30)

EEL LYON 1008.2025

La fatigue ne cesse de gagner du terrain dans nos sociétés occidentales. Lorsque nous rencontrons un ami ou un collègue, il est habituel de faire suivre notre salutation par un « Comment vas-tu ? » La réponse est souvent « Oui ça va, mais je suis crevé ! » « Oui, oui ça va, mais je suis débordé ! ». Il est d'ailleurs amusant de voir le nombre de mots ou d'expressions qui sont utilisées en français pour désigner cette impression de fatigue qui parfois nous colle à la peau : *je suis ... fatigué, crevé, vanné, lassé, épuisé, sur les rotules, rompu, vidé, éreinté, exténué, usé, cassé, claqué, pompé, surmené, HS, out...* Que nous soyons cadres, employés, fonctionnaires, entrepreneurs, retraités, que nous soyons une personne âgée ou un adolescent, que nous soyons célibataires, parents d'enfants en bas-âge ou parents d'enfants devenus indépendants, il semble que nous soyons presque tous atteints par cette fatigue latente. C'est presque devenu un mode d'existence ! Que se passe-t-il donc ?

Je vous invite à lire ce matin un passage de la Bible qui aborde cette question. Nous allons lire au chapitre 40 du prophète Esaïe du verset 27 au verset 31.

²⁷ Pourquoi dis-tu, Jacob, et pourquoi affirmes-tu, Israël : «Ma situation échappe à l'Eternel, mon droit passe inaperçu de mon Dieu» ? ²⁸ Ne le sais-tu pas ? Ne l'as-tu pas appris ? C'est le Dieu d'éternité, l'Eternel, qui a créé les extrémités de la terre. Il ne se fatigue pas, il ne s'épuise pas. Son intelligence est impénétrable.

²⁹ Il donne de la force à celui qui est fatigué et il multiplie les ressources de celui qui est à bout. ³⁰ Les adolescents se fatiguent et s'épuisent, les jeunes gens se mettent à trébucher, ³¹ mais ceux qui comptent sur l'Eternel renouvellent leur force. Ils prennent leur envol comme les aigles. Ils courent sans s'épuiser, ils marchent sans se fatiguer.

I POURQUOI LA FATIGUE ?

Le mot « fatigue » apparait quatre fois dans ce texte, le mot « épuisé » trois fois, et l'expression « être à bout » une fois aussi ... Avec ces versets nous sommes vraiment au cœur du problème. Les mots en hébreu que l'on traduit en français par « fatiguer » ou « épuiser » ne sont pas tous identiques. La plupart suggèrent l'idée d'une personne vraiment dépassée par les circonstances de la vie. Certains insistent sur les duretés objectives de l'existence, d'autres font plutôt allusion à un manque de ressources intérieures, une lassitude du cœur ! La fatigue est une notion floue qui renvoie à une perte plus ou moins intense de force, de vitalité. Il faut bien sûr distinguer entre la fatigue physique et la fatigue psychique qui résulte d'une perte de désir, de motivation. Toutefois, il y a des liens entre toutes ces fatigues, même si elles ont des origines différentes. Car le physique influence le moral et inversement.

Alors, d'où vient ce sentiment général de fatigue ?

- Il ne s'explique pas totalement par notre activité professionnelle : grâce au progrès technique, la durée du travail ne cesse de diminuer et la mécanisation des tâches nous a enlevé les travaux les plus pénibles.
- Notre mode de vie moderne contribue sans doute à notre fatigue : sédentarité, alimentation surabondante et déséquilibrée, multiplication des activités, temps passé sur internet et les réseaux sociaux. Certains en perdent le sommeil...
- Notre fatigue vient-elle seulement d'un excès d'activités ? Ne souffrons-nous pas davantage d'un manque de perspectives, d'une perte de sens ? La recherche du plaisir, du confort ne suffisent pas à donner du sens à nos vies. Quel est le sens de notre existence ? Pourquoi travailler ? Pourquoi se marier et avoir des enfants ? Ne pas le savoir génère une usure et une fatigue intérieure !
- Nos sociétés modernes épuisent les gens, car elles nous imposent la recherche permanente de la performance, de la réussite. Il faut toujours être jeune, dynamique même quand nous sommes épuisés.
- Il n'y a plus de normes sociales, de valeurs admises par tous. Seule compte la recherche du plaisir personnel. Nos sociétés ont fait de l'être humain une sorte de demi-dieu capable de s'autodéterminer tout seul, sans l'aide de personne. La fatigue généralisée que nous percevons aujourd'hui serait alors le signe d'une vie qui cherche un abri, qui cherche un sens face aux injonctions d'une société qui nous demande toujours plus.

II Que dit la Bible sur ce sujet ?

Le passage d'Ésaïe 40 que nous avons lu a pour but de reconforter les Israélites qui avaient été déportés en exil. A cause de leurs infidélités, Dieu les avait punis en permettant qu'ils soient écrasés par les Assyriens et les Babyloniens. Le verset 27 nous montre que les Israélites en exil pensaient que Dieu les avait oubliés.

Au verset 28, le prophète affirme que seul Dieu ne se fatigue pas, ne s'épuise pas, et possède une intelligence sans limite. Même les adolescents au sommet de leur vitalité s'épuisent ; même les jeunes hommes au sommet de leur force et de leur potentiel restent fragiles et limités. **Ils se fatiguent, ils se lassent, nous dit le verset 30, et parfois même ils trébuchent.** La marche dont il est question est une image de notre façon de vivre et de diriger notre vie. En d'autres mots : seul Dieu est capable de diriger notre vie si nous acceptons de placer notre confiance en lui au lieu de vouloir essayer de tout gérer nous-mêmes.

Pour lutter contre leur immense fatigue, certains pourraient être tentés d'agir le moins possible, de se limiter au strict minimum. Leur idéal serait de s'installer dans une chaise longue à l'ombre du plus bel arbre de leur jardin et attendre que la vie s'écoule tranquillement en regardant les autres s'agiter. Ce serait une terrible erreur. Nous avons non seulement le droit, mais le devoir d'agir, de penser, de travailler et de gérer du mieux possible le monde dans lequel nous vivons. C'est d'ailleurs le mandat que Dieu nous a confié au moment de la création. Lire Genèse 1 versets 27 et **28 Dieu créa les hommes pour qu'ils soient son image... Dieu les bénit en disant « Soyez féconds, multipliez-vous, remplissez la terre, rendez-vous en maîtres... »** Même si nous sommes étrangers et voyageurs sur cette terre, nous devons nous en occuper, travailler, nous occuper de nos proches. Mais voilà ; nous devons le faire avec la force et les ressources que Dieu nous donne. C'est une marche à deux ! Nous ne pouvons pas faire face seuls à tous les choix difficiles de notre vie, il nous faut l'aide du Seigneur. Et c'est exactement ce que l'Éternel offre à ceux qui se confient en Lui !

Le verset 31 nous dit **« Ceux qui comptent sur l'Éternel renouvellent leur force. Ils prennent leur envol comme les aigles. Ils courent sans s'épuiser, ils marchent sans se fatiguer. »** Ésaïe poursuit ici l'image de la marche et de la course pour décrire notre vie. Nous ne sommes pas invités à la paresse ou à l'inaction, mais au contraire invités à marcher et même à courir vers le but qui nous est fixé, mais ... avec la force que Dieu nous communique. Notre fatigue humaine est surtout là pour rappeler que nous devons nous ressourcer en Lui et que nous avons été créés pour vivre une dépendance relationnelle à chaque instant avec Lui !

J'aime beaucoup cette image de l'aigle qui est très parlante pour nous :

- Esaïe compare celui qui se confie en Dieu à un aigle qui plane apparemment sans effort, sans fatigue, sans même battre des ailes, et qui pourtant conserve son altitude. En réalité, l'aigle se repose sur une force invisible et extérieure à lui-même, qui provient des courants ascendants venant du sol. Nous sommes invités nous aussi à nous reposer sur la force invisible qui provient du ciel pour poursuivre notre route sans fatigue. Après son départ, le Seigneur nous a envoyé l'Esprit Saint qui doit nous conduire et nous guider durant toute notre vie.
- Dans son cantique, rapporté en Deutéronome 32 versets 10 à 12, Moïse compare le soin que Dieu prend de son peuple avec celui de l'aigle qui apprend à ses petits à voler. **10 Le SEIGNEUR prend soin de son peuple, il l'instruit, il veille sur lui comme sur son trésor le plus précieux. 11 Comme l'aigle qui encourage ses petits à voler, il plane au-dessus de son nid. Il s'étend largement pour les recueillir et les porter sur ses ailes. 12 Oui, le SEIGNEUR seul conduit son peuple ».** Lorsque les aiglons apprennent à voler, leur mère commence par voltiger au-dessus du nid pour leur montrer à quoi servent les ailes. Les aiglons commencent à l'imiter et font battre leurs ailes sur les bords du nid. Lorsqu'ils se décident à plonger dans le vide et à quitter le nid, souvent ils tombent au lieu de planer. Quand cela arrive, leur mère vole au-dessous d'eux et les transporte sur ses ailes jusqu'à ce qu'ils puissent voler ou jusqu'à ce qu'ils soient en sécurité. Quelle belle image pour montrer le soin que Dieu prend de nous !

III LES CROYANTS PEUVENT-ILS ÊTRE FATIGUES ?

Le sentiment de fatigue que nous éprouvons si souvent ne vient-il pas du fait qu'en dépit de notre profession de foi chrétienne, nous imitons le fonctionnement de nos contemporains qui comptent sur leurs seules ressources humaines. Nous oublions si souvent de prier, de demander à Dieu son aide et son conseil et nous nous fatiguons ! A chaque fois que nous remplissons notre emploi du temps au-delà du supportable, à chaque fois que nous refusons d'écouter les signes de fatigue que nous envoie notre corps, à chaque fois que nous négligeons de chercher le conseil de Dieu dans sa Parole croyant tout savoir, nous tombons nous aussi dans un travers comparable à celui vécu par nos contemporains. Nous nous prenons nous aussi pour des demi-dieux !!!

Beaucoup de chrétiens essaient de prendre pour modèle l'apôtre Paul qui a consacré toute sa vie et toute son énergie à servir Dieu. L'apôtre a supporté des souffrances incroyables pour répandre la Bonne Nouvelle. Parmi bien d'autres, on peut citer ce verset de la première épître aux Corinthiens : **Jusqu'à cette heure, nous souffrons la faim, la soif, la nudité ; nous sommes maltraités, errants çà et là ; 12 nous nous fatiguons à travailler de nos propres mains ; injuriés, nous bénissons ; persécutés, nous supportons ... (1 Corinthiens 4 verset 11)**

L'apôtre Paul serait-il donc sans le savoir le père spirituel du « burn-out » chrétien ? C'est faux ; car l'apôtre Paul vivait toutes ses épreuves dans une complète dépendance envers Dieu. Il se confiait en l'Éternel sans chercher à porter plus qu'il ne pouvait, sans s'inquiéter plus qu'il n'était nécessaire ! Il rechargeait sans cesse ses batteries spirituelles dans la prière. Il faisait partie de ceux qui se confiaient en l'Éternel de tout leur cœur et qui renouvelaient leur force en Lui. Il écrira : **« [Le Seigneur] m'a dit : "Ma grâce te suffit, car ma puissance s'accomplit dans la faiblesse". Je me glorifierai donc bien plus volontiers de mes faiblesses, afin que la puissance de Christ repose sur moi. C'est pourquoi je me plais dans les faiblesses, dans les outrages, dans les privations, dans les persécutions, dans les angoisses, pour Christ ; en effet quand je suis faible, c'est alors que je suis fort. » (2 Cor. 12 / 9-10)**

Attention donc à ne pas tomber dans le piège qui consisterait à croire que notre salut dépend de nos bonnes actions! La théologie du salut par la grâce ne nous invite pas au surmenage, mais plutôt à accepter joyeusement nos limites humaines, et à chercher la force en Dieu. Et cela se produit par la connaissance de son amour, de sa bienveillance, de ses promesses, de l'espérance ... qui nous a été manifestée par la venue de Jésus-Christ.

N'oublions pas non plus le modèle du Seigneur pendant les trois années de son ministère sur terre. Il n'était pas tout le temps sur la brèche. Les évangiles nous indiquent que Jésus savait se mettre à l'écart pour prendre du repos méditer, prier, loin de la foule.

CONCLUSION

J'aimerais terminer ce message par quelques questions pratiques pour tous ceux qui, justement, se sentent fatigués nerveusement, moralement, spirituellement :

- Si aujourd'hui je me sens fatigué, puis-je identifier d'où vient vraiment ma fatigue ?
- Ne suis-je pas en train de porter des responsabilités supérieures à ce que Dieu me demande ?
- Ma fatigue ne vient-elle pas du fait que j'essaie de porter des responsabilités sans l'aide de Dieu ? Est-ce que je prends suffisamment le temps de me renouveler dans la prière et la présence de Dieu notre Père ? Est-ce que je le laisse vraiment guider ma vie ?
- Ne suis-je pas en train de poursuivre un idéal imaginaire et irréaliste pour moi-même ? Ai-je vraiment totalement abandonné le fantasme de la toute-puissance ? Georges Clemenceau, un ancien président de la république, disait que « les cimetières sont remplis de gens irremplaçables qui ont tous été remplacés »

Pour vaincre notre fatigue, il faut juste lever les yeux vers Dieu, cesser de contempler la misère du monde dans lequel nous vivons, cesser de nous lamenter sur notre sort. Détachons-nous donc de nos difficultés présentes et regardons à Dieu. C'est ce que conseille le prophète Esaïe au verset 26 : « levez les yeux en haut et regardez ! » dit-il aux Israélites.

Je vous laisse avec cette magnifique parole du Seigneur, qui est rapportée en Matthieu 11.28 : **« Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et courbés sous un fardeau, et je vous donnerai du repos. ²⁹ Acceptez mes exigences et laissez-vous instruire par moi, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour votre âme. ³⁰ En effet, mes exigences sont bonnes et mon fardeau léger. »**

Amen !