

Le trop est l'ennemi du bien !



"Jésus leur dit : Venez à l'écart dans un lieu désert, et reposez-vous un peu. Car il y avait beaucoup d'allants et de venants, et ils n'avaient même pas le temps de manger." [Marc 6.31](#)

J'aime bien ces rimes de Charles François Panard (1689 - 1765), qui soulignent que le trop est toujours nuisible d'un côté ou de l'autre : "Trop de repos nous engourdit, Trop de fracas nous étourdit, Trop de froideur est indolence, Trop d'activité turbulence."

Il y aurait matière à méditer sur ces divers excès, mais je vous propose de réfléchir seulement sur le dernier point : le trop d'activité. Trop d'activité nuit à l'efficacité de ce que l'on fait et nous oblige parfois à bâcler certaines choses. Dans le domaine des activités, certains dépassent les limites de leurs capacités, de leurs forces, de leurs aptitudes. Lorsque Jésus a vu ses disciples atteindre ces limites, il leur a demandé de se reposer un peu. Il sait que trop d'activité est source d'épuisement.

Vous sentez-vous frustré(e), irrité(e), déprimé(e)... Peut-être que vous avez franchi la ligne rouge et avez trop tiré sur la corde. Vous avez voulu tout faire, trop vite ! L'heure est venue de vous reposer un peu ! C'est l'intelligence de l'équilibre en toutes choses que Dieu veut vous voir cultiver. A celui qui veut être partout à la fois, qui ne s'arrête jamais, Dieu dit : "Il y a un temps pour tout, un temps pour toute chose sous les cieux" ([Ecclésiaste 3.1](#)).

Vous connaissez cet adage populaire plein de sagesse : "Qui trop embrasse mal étreint". A vouloir en faire trop on le fait mal ! Alors écoutez le message de Christ : "Reposez-vous un peu !" Juste ce qu'il faut pour que vous retrouviez la joie de vivre, le bonheur de servir, le ressourcement nécessaire. Ne vous êtes-vous pas demandé si le trop d'activité n'était pas une forme d'activisme qui flattait votre égo ? N'oubliez pas que le trop d'activité n'est qu'une forme d'esclavage, allant parfois jusqu'à la dépendance. Certains travaillent trop pour oublier leurs soucis, leurs problèmes. Mais ce trop d'activité ne peut qu'aggraver leur situation physique sans pouvoir résoudre leurs problèmes.

Une prière pour aujourd'hui

Seigneur, prenant conscience que ma frustration, mon irritation ... proviennent d'un excès d'activité, je veux apprendre de toi à savoir m'arrêter, à trouver dans le calme et la confiance l'équilibre harmonieux qui me fera sortir de mes turbulences.

[Paul Calzada](#)

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2018 - www.topchretien.com