



## La divine vitamine D

Dans cette période de l'année crispée par des sursauts de la nature, nous nous voyons brusquement privés d'une dose de lumière naturelle et par conséquent de vitamine D. Ses miraculeuses vertus nécessaires au bon fonctionnement de nos facultés vitales sont universellement reconnues. Les dernières études scientifiques mettent en lumière son efficacité même dans la lutte contre la Covid-19. Appelée la « Vitamine soleil », elle mérite par là même le nom de « Vitamine de Dieu ». N'est-ce pas elle qui procure à l'organisme des bienfaits célestes comme le renforcement de la résistance immunitaire, le bon fonctionnement du cœur et l'optimisme si bon pour notre moral ? En revanche sa carence provoque de graves méfaits. Elle peut nous rendre tristes, angoissés, voire agressifs, diminués. D'autant plus que la grisaille des journées de plus en plus courtes et sombres envahit non seulement notre maison mais aussi notre cœur. Le travail professionnel transféré des bureaux aux domiciles telle une simple livraison de pizza, rend le stress familial grandissant et conflictuel. Les rayons du soleil ont du mal à percer nos cieux quotidiennement pollués. Ils ont de nombreux visages. On peut y voir un ciel pollué de nos foyers qui voient mal les horizons de leur avenir... un ciel pollué qui pèse lourdement sur notre pays avec les conflits sociaux et l'insécurité grandissants, sur l'Europe dont les étoiles emblématiques rappelant la couronne de la Vierge s'effacent dangereusement... Et que dire du ciel de notre planète qui ne va pas bien ? Certes, les particules fines du Mal s'introduisent de façon invisible dans la

circulation de notre organisme pouvant y provoquer une périlleuse ostéoporose de l'ossature dans tous les sens du terme. Quel masque à filtre enfiler pour nous en protéger ? Où trouver de cette divine vitamine D pour préserver notre santé psychique et spirituelle ? Les chrétiens vont la puiser dans le phénomène psycho-astronomique à nature religieuse qu'on appelle l'Avent. Il apparaît sur le plan spirituel comme une véritable thérapie de lumière. Il nous procure un apport progressif de cette divine vitamine recherchée instinctivement par toutes les cellules de nos âmes. L'Avent depuis l'origine a été considéré par l'Église comme la progression vers la Lumière. La présence symbolique d'une telle Lumière se dévoile à travers la liturgie qui la matérialise dans tous ses aspects. Au fil des quatre dimanches successifs, elle grandit progressivement dans le cœur des hommes pour les plonger, la Nuit de Noël, dans un océan de Lumière bienfaisante.

La décoration artistique de l'Avent particulièrement rayonnante cette année défie les zones d'ombre de notre vie comme pour contrebalancer la pesanteur des épreuves affrontées. Ce dimanche de la Joie, les fidèles guidés par les flammes de quatre bougies de l'Avent en rallument déjà la troisième. Une nouvelle dose de la vitamine de Dieu à prendre. Alors levons nos dosettes et absorbons la à notre santé. Mais avec modération tout-même. Trop de lumière peut aveugler et nous faire trébucher en faisant effacer les contours du chemin à suivre... La bonne mesure des choses s'impose même pour celles qui sont les meilleures. C'est ainsi que nous pourrions discerner leur juste valeur...

Une très lumineuse thérapie à tous !

Père Robert