**5e JOUR – « Réforme pro santé »**

 Réforme pro santé est une expression que les cercles adventistes utilisent beaucoup. Elle est souvent mal comprise. Nous prêchons souvent à son sujet mais nous ne la mettons pas en pratique.

 Aujourd’hui, nous allons découvrir ce qu’est la réforme pro santé ; mieux même, nous saurons ce que la réforme pro santé n’est pas et ainsi pourrons éviter de nous tromper.

 Pour répondre à la question : Qu’est-ce que la réforme pro santé, commençons par dire ce qu’elle n’est pas.

 **La réforme pro santé n’est pas** :

* Ce n’est pas avoir un magasin de produits naturels
* Ce n’est pas diaboliser la viande.
* Ce n’est pas juger les autres.

Avoir un magasin de produits naturels : Serait-il mal par hasard d’avoir un commerce de produits naturels ? Bien sûr que non ! Le problème réside au fait que beaucoup lisent des livres sur le végétarisme, les remèdes naturels et même les livres de Mme Ellen White, et pensent qu’ils ont les qualifications pour assumer le rôle de médecin. Cela peut être dangereux. Ni notre organisation, ni sœur White ne sont contre les médecins. La médecine est une profession difficile à exercer car la vie des personnes sont en jeu. L’aspect le plus difficile de cette profession, est de faire des diagnostics corrects, ce qui requiert connaissance, expérience et l’usage d’examens cliniques. Une fois que le diagnostic est fait, l’étape suivante est le traitement de la maladie qui doit aussi être précis et cela ne sera possible que si le diagnostic est correct. Nous devons préciser que les adventistes ne sont pas des naturistes. Nous utilisons des remèdes naturels comme forme de médecine préventive primaire. Les naturistes pensent que le centre de tout, est dans la nature. Leur principe philosophique est le panthéisme. Les adventistes croient que Dieu est le Créateur de tout, y compris la nature. Certains naturistes utilisent le nudisme comme forme d’expression de culte de la beauté naturelle du corps. Les adventistes n’ont pas les pratiques qu’ont les nudistes. Les naturistes utilisent souvent la méditation pour être en harmonie avec l’énergie centrale de l’univers. Les adventistes méditent sur la mort de Christ, en particulier durant ses dernières heures sur la croix. Les naturistes sont très enclins à participer au mouvement du New Age. Les adventistes ne le sont pas du tout. Comme vous pouvez le voir, il y a un risque de confondre ces expressions. Naturellement, les adventistes peuvent avoir leur magasin de produits naturels mais il doit toujours être clair qu’ils peuvent en avoir sans assumer une profession pour laquelle ils ne sont pas qualifiés.

Diaboliser la viande – Est-ce un mal de consommer de la viande ? Je suis parfaitement convaincu que c’en est un. Cependant faire le pas quand on est carnivore pour devenir végétarien, est un processus qui peut prendre un certain temps pour certaines personnes. Nous devons être patients avec ces personnes jusqu’à ce qu’elles comprennent que ce changement est pour leur bien. L’apôtre Paul écrit aux Romains ce qui suit : « Faites bon accueil à celui qui est faible dans la foi, sans discuter des opinions. Tel croit pouvoir manger de tout ; tel autre, qui est faible, ne mange que des légumes. Que celui qui mange ne méprise point celui qui ne mange pas, et que celui qui ne mange pas ne juge point celui qui mange, car Dieu lui a fait bon accueil. » (La Colombe) Alors ? Nous ne devons rien faire ? Nous avons beaucoup à faire. Nous devons voter qu’au cours des repas conviviaux pris lors des réunions des membres, que nous ne devrions pas servir d’aliments carnés. Nous devons expliquer pourquoi, sur une base scientifique, c’est un problème de manger de la viande. Donner des cours pour enseigner comment substituer la viande par des protéines d’origine végétale.

Juger les autres – Peu importe nos connaissances ou combien engagés nous sommes, nous n’avons pas le droit de juger les autres. Notre tâche est d’enseigner aux autres ce que nous savons.

**La réforme pro santé, quelle est-elle en réalité ?**

C’est un nouveau mode de vie ; c’est une façon de ne pas tomber malade ; c’est une manière de vivre conduisant à un bien-être totale. L’Église adventiste fut intéressée, dès ses tout débuts, à la santé de ses membres. Quand nous revoyons l’histoire de l’Église, nous trouvons que la première assemblée générale de la Conférence Générale eut lieu le 22 mai 1863. Il est intéressant de noter que quinze jours après, le 6 juin 1863, Mme Ellen White eut une vision à Otsego, où beaucoup de recommandations sur la santé lui furent révélées. Nous pouvons les trouver dans toute l’œuvre d’Ellen White. Il ne peut y avoir de recherche sur l’histoire de l’Église, sans rencontrer la vision d’Otsego.

Le mode de vie dont nous nous référons ici par réforme pro santé, s’exerce quand nous mettons en pratique les huit remèdes naturels qui sont les mêmes principes qui furent donnés par Dieu lors la création.

Peut-être pouvons-nous penser que ces huit remèdes naturels ont un caractère plus religieux que scientifique. Cependant, les scientifiques se sont chargés de démontrer qu’il s’agit de remèdes très importants. Examinons ces recommandations favorisant la longévité, qui furent suivies pendant des années d’études entreprises par une université américaine. Ces recommandations sont du nombre de sept :

1. Prendre un petit-déjeuner
2. Avoir un plan d’exercices réguliers
3. Ne pas manger entre les repas
4. Maintenir un poids idéal
5. Dormir 7 heures
6. Ne pas fumer
7. Ne pas boire d’alcool.

Ceux qui suivent ces sept conseils, peuvent vivre jusqu’à dix années supplémentaires lorsqu’on les compare avec ceux qui ne les suivent pas. Ces recommandations ressemblent beaucoup aux huit remèdes naturels. Elles ne comprennent pas la confiance en Dieu parce qu’elles ne furent pas conçues par des personnes religieuses.

Je voudrais résumer les huit remèdes naturels en trois points. Ils sont :

1. Exercice en plein air : ce qui répond à trois remèdes naturels : air, exercice et soleil.
2. Alimentation saine : ce qui répond à deux remèdes naturels : bonne nutrition et eau.
3. Spiritualité : ce qui répond à trois remèdes naturels : confiance en Dieu, tempérance et repos (en particulier le jour du sabbat)

Nous voulons vous encourager de commencer à mettre en pratique la réforme pro santé en observant ces huit remèdes naturels et vous et vos amis, vous remarquerez sans tarder les changements qui auront lieu dans votre vie.