



Des pas pour le temps de la Création 2024, paroisse
de Plaisir

2

Manger en accord avec la nature



Prière

Seigneur, tu as créé les saisons et les fruits de la terre pour le bien de tous, femmes, hommes et enfants d'ici et du monde entier. Aide-moi à respecter le rythme de la terre et le travail des hommes qui la cultivent.



Le pas

Plutôt que vouloir manger des fruits et légumes hors saison, comme des tomates par exemple, **j'affiche le calendrier des fruits et des légumes de saison dans ma cuisine** pour les consommer à la saison où ils sont mûrs.

Je résiste un peu au plaisir de manger des fruits et légumes qui viennent de l'autre bout de la terre et je les garde pour des occasions particulières.



Information

Faire pousser des tomates en hiver dégage 10 fois plus de gaz polluants que des tomates en été car les tomates d'hiver sont cultivées dans des serres chauffées.

Les légumes hors saison sont plus fragiles, ils ont besoin de plus de produits chimiques pour les protéger, c'est mauvais pour la santé, pour le sol et l'eau que nous buvons.

Les légumes importés des pays chauds utilisent souvent des produits chimiques de mauvaise qualité qui sont encore plus nocifs.

Ce n'est pas non plus sans danger pour la santé des ouvriers agricoles dont les conditions de travail sont souvent précaires et qui sont souvent exploités.

Les fruits et légumes de saison sont meilleurs pour notre santé :

- Les fruits et légumes d'hiver sont riches en sels minéraux et en vitamine C pour compenser le manque de soleil.
- Les fruits et légumes d'été sont riches en eau pour mieux hydrater notre corps.



Temps spirituel

Je prends le temps de lire le texte lentement, en voyant les images du jardin qu'il décrit.

Je regarde le jardin d'Éden et je me rappelle que Dieu l'a confié à l'homme.

Je me demande quelle part je peux prendre à cette responsabilité.

Livre de la Genèse 2, 4-10, 15

Lorsque le Seigneur Dieu fit la terre et le ciel, aucun buisson n'était encore sur la terre, aucune herbe n'avait poussé, parce que le Seigneur Dieu n'avait pas encore fait pleuvoir sur la terre, et il n'y avait pas d'homme pour travailler le sol.

Mais une source montait de la terre et irriguait toute la surface du sol.

Alors le Seigneur Dieu modela l'homme avec la poussière tirée du sol ; il insuffla dans ses narines le souffle de vie, et l'homme devint un être vivant.

Le Seigneur Dieu planta un jardin en Éden, à l'orient, et y plaça l'homme qu'il avait modelé.

Le Seigneur Dieu fit pousser du sol toutes sortes d'arbres à l'aspect désirable et aux fruits savoureux ; il y avait aussi l'arbre de vie au milieu du jardin, et l'arbre de la connaissance du bien et du mal.

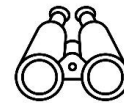
Un fleuve sortait d'Éden pour irriguer le jardin....

Le Seigneur Dieu prit l'homme et le conduisit dans le jardin d'Éden pour qu'il le travaille et le garde.

Extrait de Laudato si' à méditer

« Nous ne sommes pas Dieu. La terre nous précède et nous a été donnée...Les textes bibliques nous invitent à cultiver et garder le « jardin du monde » ...

Garder signifie protéger, sauvegarder, préserver, soigner, surveiller. Cela implique une relation de réciprocité responsable entre l'être humain et la nature. Chaque communauté peut prélever de la bonté de la terre ce qui lui est nécessaire pour survivre mais elle a aussi le devoir de la sauvegarder et de garantir la continuité de sa fertilité pour les générations futures. » (LS 67)



Pour aller plus loin

Vidéo : Ne mangez pas de tomate en hiver ! Le Tatou
<https://youtu.be/0rc4CFLOBCA>

Site ConsoGlobe : Manger de saison : chaque mois, les fruits et légumes et produits de saison <https://www.consoglobe.com/fiches-pratiques-manger-de-saison-mois-cg>

Le calendrier des fruits et légumes de saison :
<https://librairie.ademe.fr/ged/7331/calendrier-fruits-legumes-de-saison.pdf>