

« Fortifiez en vous l'homme intérieur »

(Ephésiens, 3, 16)



Lettre sur l'intériorité

« Voici, je me tiens à la porte et je frappe ; si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui pour souper, moi près de lui et lui près de moi. » (Ap 3, 20). Le Christ frappe à la porte de l'âme, comme un mendiant d'amour. Tableau de William Homan Hunt (1827-1910), *La lumière du monde*, peint en 1851-1853, Keble college, Oxford.

**« Fortifiez en vous
l'homme intérieur »**
(Ephésiens, 3, 16)

Lettre sur l'intériorité

Lettre n° 4 du Supérieur général

INTRODUCTION

L'urgence d'une réforme

Cette lettre est dans la continuité des précédentes. Avec la lettre sur la pauvreté, j'ai abordé la question de la solidarité avec les plus petits. Avec celle sur la fraternité, j'ai développé un autre aspect de la vocation assumptionniste : notre engagement dans la communion. Enfin avec l'intériorité, je souhaite aborder ce que nous voulons être quand nous parlons de nous comme des hommes de foi. La foi est un sujet très vaste à étudier et quasiment inépuisable. En l'abordant par le biais de l'intériorité, je tiens à dire l'urgence de la question de la prière dans la vie du religieux assumptionniste et celle plus large de l'unification de nos existences.

En visitant les communautés à travers le monde, j'ai constaté que nous n'étions guère mystiques. Cela est une façon de dire que nous sommes en général peu enclins à la vie contemplative ou, pour parler plus simplement, peu disposés à la prière. Or, nous le savons, la prière est au cœur de l'engagement du religieux. Il ne peut pas y avoir de consécration religieuse durable s'il n'y a pas de relation régulière et nourrie avec le Seigneur.

Cette lettre n'est pas une invitation à la fuite du monde, bien au contraire. Il s'agit pour moi de réveiller les sources profondes de notre amour et de nous aider à revenir vers Celui qui est à l'origine de tout bien. Sans vie intérieure solide, il n'y a pas d'apostolat conséquent.

Pourquoi parler d'intériorité plutôt que de prière ? J'ai la conviction que notre monde entraîne une grande dispersion,

une fuite de l'homme à l'extérieur de lui. Nous n'avons jamais eu autant de « distractions » ou de « divertissements » au sens où Blaise Pascal l'entendait, c'est-à-dire de choses qui nous détournent de l'essentiel.

L'intériorité est cette capacité de l'homme qui lui permet de vivre dans la vérité sans fuir le présent. Elle est cette source de vie qui jaillit en lui car elle le rattache à l'éternité. L'intériorité est une de ces valeurs qui permet de prendre conscience de sa personnalité, d'apprendre à regarder, observer, admirer, de « sentir et goûter les choses intérieurement », de remercier, de pardonner, de dépasser l'immédiateté perceptible. Elle permet à chacun de se déconnecter des sollicitations immédiates du monde pour se retrouver seul à seul avec lui-même, se créer un espace et un temps pour le repos, le rêve, l'imagination, la réflexion, la prière.

Comme l'écrit le père abbé général des cisterciens, le Père Mauro-Giuseppe Lepori : « La véritable crise de la vie chrétienne, et de la vie religieuse et monastique, n'est pas une crise des formes, mais de la substance. Nous vivons dissipés, non parce que nous manquons de vertus, de discipline, de cohérence, mais parce que nous manquons d'expérience mystique dans notre relation avec le Christ. »¹

Parler de la vie spirituelle, c'est aussi s'exposer personnellement. Car on ne peut demander à un aveugle de parler de peinture ou à un sourd de disserter sur la musique. Je serai humble dans mon approche, car je reconnais que je ne sais pas prier. Bien souvent ma prière est de demander au Seigneur, comme les apôtres le firent, de venir à mon aide pour m'apprendre à prier comme il le faut. Parler de la prière et de l'intériorité, c'est aussi se livrer aux autres. Une vie de prière

¹ Frère Mauro-Giuseppe LEPORI, *Lettre de Carême 2014*, « *Et si Dieu nous donnait son cœur ?* ».

est nécessairement alimentée par des préférences, des auteurs, des attitudes corporelles. Je dirai simplement comment je vis aussi cette expérience intime de la rencontre de Dieu, même si elle est très balbutiante et imparfaite. Je ne serai surtout pas un modèle, mais j'espère que ma franchise et ma passion pourront réveiller le goût de l'intimité avec le Dieu de Jésus-Christ.

Je crois qu'il y a dans l'homme une aspiration à vivre profondément la relation avec soi, avec les autres, avec l'univers et avec Dieu. Cette aspiration peut s'appeler intériorité ou vie spirituelle. Elle est la conviction que l'homme ne se résume pas à un assemblage d'atomes et de molécules, mais qu'il est bien un être doué de pensée et capable de se dépasser.

La dimension mystique est souvent oubliée car notre environnement humain favorise la compétition et la rentabilité. Il n'y a pas de diplôme pour la vie intérieure et les rémunérations professionnelles sont alignées sur l'efficacité et la production. La vie intérieure est le parent pauvre de notre modernité. Le monde contemporain favorise l'extériorité et cela suscite un malaise dans la civilisation. Le consumérisme, l'individualisme, l'hédonisme ont perturbé profondément la vision traditionnelle de l'humain.

Le croyant en Jésus-Christ constate ces évolutions et souhaite annoncer, malgré tout, la Bonne nouvelle du Royaume. Ce Royaume qui est en nous et autour de nous comme le disait le Père Emmanuel d'Alzon.

Le Père Mauro-Giuseppe Lepori écrivait récemment sur la situation de son ordre dans un autre article. Le texte peut être transposé à d'autres congrégations. J'adhère à sa vision de l'urgence d'une réforme de la vie religieuse en la recentrant sur la vie intérieure.

« Il nous est indispensable de retrouver la dimension mystique au cœur ou plutôt à la source de notre vocation. Ce qui

ne veut pas dire décoller de la réalité mais être conscient de la réalité totale et, par conséquent, mettre au centre de notre vie et de notre cœur la relation à Dieu, l'expérience de Dieu. »

« Car en regardant les communautés, je me pose parfois la question : ces gens sont-ils religieux cisterciens par amour du Christ ou pour une autre raison ? Est-ce qu'ils rencontrent vraiment Jésus ? Ont-ils une relation vivante avec lui ? Vivent-ils par lui, avec lui, en lui ? »

« Et entendons-nous, cette question de la mystique n'est pas réservée aux moniales ou aux monastères dits "contemplatifs" ; c'est une question urgente pour tous, je dirai même, encore plus urgente pour les communautés qui ont un engagement pastoral ou d'enseignement ou d'autres activités. Car sans ce centre, je constate que les gens se perdent, ils s'égarerent, ils ne sont pas heureux, ils commencent à vivre comme des païens. »²

Cette remarque sur les païens rejoint un commentaire que fit le Père Hervé Stéphan lors de la visite canonique d'une province. Il avait constaté que les religieux se retrouvaient pour prier les jours de travail, mais qu'ils délaissaient la prière commune le dimanche. Hervé avait eu cette réflexion dure, mais exacte : « vous êtes devenus des athées pratiques. En oubliant le jour du Seigneur, vous vivez comme des païens. »

La thèse que je défends dans cette lettre est reprise de la position d'un philosophe contemporain, Jean-Louis Chrétien³, qui considère que le fait marquant de la sécularisation n'est pas tant la disparition de la foi en Dieu qu'une crise de l'intériorité. La sécularisation a consacré une identité mo-

² Mauro-Giuseppe LEPORI, « *Sur la situation de l'ordre cistercien* », in *Vies Consacrées*, n° 1, 2015, p. 7.

³ Jean-Louis CHRÉTIEN, *L'espace intérieur*, Editions de Minuit, p. 60 et p. 252.

derne désaffectée de la présence de Dieu. Le contemporain habite seul dans son moi, dans sa conscience. L'intériorité a, en quelque sorte, été profanée. L'homme est seul avec lui-même.

I. L'INTÉRIORITÉ DANS LA TRADITION ASSOMPTIONNISTE

Il n'y a pas que les grands ordres qui ont une tradition spirituelle forte. Notre congrégation grâce à l'enseignement d'Emmanuel d'Alzon et à celui de saint Augustin, possède une armature solide pour la construction d'une vie spirituelle. Le Père d'Alzon a insisté pour que nous soyons tout « bonnement catholiques » et il avait raison. Nous n'avons pas de dévotions particulières, mais nous nous nourrissons à la tradition même de l'Église. Ce serait une erreur de croire que nous vivons une médiocrité spirituelle alors que nous avons un riche héritage.

Notre congrégation est un institut apostolique, mais nous sommes religieux. Et la vie religieuse s'organise à partir d'un charisme de fondation qui doit circuler telle une sève dans les communautés et les religieux assomptionnistes.

La vie intérieure selon le Père d'Alzon

« La vie du religieux sera une vie d'oraison et de recueillement en présence de Dieu. » (E.S., p. 61)

Pour avoir une juste opinion, il faut lire le Père Emmanuel d'Alzon et ne pas se contenter d'idées toutes faites sur sa spiritualité. Les travaux réalisés ces dernières années ont permis de mieux comprendre la personnalité spirituelle de notre fondateur et de mieux entrer dans son originalité.

L'édition des *Écrits spirituels* a été un moment important pour l'appropriation de sa pensée, mais l'effort s'est poursuivi avec l'édition de sa correspondance. Des assomptionnistes ont écrit aussi sur le Père d'Alzon et ont contribué à mieux cerner la richesse de son apport à l'Église. Des livres, déjà anciens, comme ceux d'Athanase Sage⁴, méritent d'être lus. Il faudrait probablement que la jeune génération de religieux s'empare de cette question et rédige un nouveau manuel de spiritualité à l'école de l'Assomption.

Le *Directoire* que le Père d'Alzon a écrit comme notre guide de spiritualité se conclut par le chapitre XXIII entièrement consacré à « la vie intérieure ». Il faut reconnaître que ce chapitre est marqué par une vision particulière où le maître-mot est « renoncement ». Mais limiter la compréhension de la spiritualité de notre fondateur à cet aspect, serait l'amputer grandement. Emmanuel d'Alzon avait une spiritualité basée sur la méditation du Royaume « en nous et autour de nous ». Sa conception de l'intériorité est très classique et il se réfère aux théologiens spirituels réputés. Nous savons l'importance des grands auteurs spirituels chez notre fondateur. Il sait s'abreuver aux sources toujours fraîches de la spiritualité catholique sans exclusive ou préjugés : école carmélitaine, école française, etc.

L'important pour l'intériorité alzonienne est la volonté exprimée de se conformer à Jésus-Christ. Pour cela, il y a un parcours en trois étapes : il faut commencer par étudier Jésus-Christ, puis il faut l'aimer et enfin il faut l'imiter.⁵

⁴ Voir notamment : « *Un maître spirituel du XIX^{ème} siècle. Les étapes de la pensée du Père Emmanuel d'Alzon* ».

⁵ Emmanuel d'ALZON, *Écrits spirituels*, p. 856-859.

Le silence chez Emmanuel d'Alzon

L'intériorité est possible avec le silence et Emmanuel d'Alzon insiste beaucoup sur cet aspect de la vie du religieux.

« Une des plus grandes forces de l'âme religieuse, c'est le silence. Le Prophète a dit: « Votre force sera dans le silence et l'espoir » (Is 30,15), c'est-à-dire la prière. Ces deux grands moyens de sanctification se donnent la main: sans le silence, point de recueillement; sans recueillement, point de vie intérieure. En effet, si je parle trop, comment puis-je espérer d'écouter en moi ce qu'y dira le Seigneur mon Dieu?... Comment puis-je espérer de lui être uni?... Comment puis-je me préparer à cette union, soit par des retours sur le passé, qui me feront détester mes fautes et purifier mon âme, soit par des actes d'adoration et d'amour qui veulent une grande paix et une grande solitude de l'âme?... »⁶

Tout cela contribue à favoriser l'oraison. Comme le pensait le Père Emmanuel d'Alzon, l'oraison est le privilège des cœurs simples, entièrement et gratuitement tournés vers Dieu, Père, Fils et Saint-Esprit. Elle est le temps et l'espace où l'être humain prend conscience de ce qu'il est sous le regard de Dieu, enfant bien-aimé du Père, et ce que Dieu est pour lui, Père, source d'amour et de vie. Lieu et moment privilégiés où Dieu existe comme Dieu, et l'homme comme créature. L'un en présence de l'autre: « Donc, le terme de l'oraison est que nous parlions à Dieu et que Dieu nous parle. »⁷

⁶ Emmanuel d'ALZON, *Écrits spirituels*, p. 88-89.

⁷ Emmanuel d'ALZON, *Écrits spirituels*, p. 1155.

L'héritage du Père Emmanuel d'Alzon : la Règle de Vie

La trop brève présentation de l'intériorité chez Emmanuel d'Alzon serait défailante si nous ne la complétons pas par un rapide examen de la prière dans la Règle de Vie. Comme je l'ai proposé, l'année de la vie consacrée que nous célébrons en 2015, doit être une occasion privilégiée pour relire en profondeur ce texte de base de notre vocation assomptionniste. Il faut consulter les pages qui traitent de « notre vie de prière » (articles 44 à 54) et les méditer.

La lecture de ces articles de la Règle confirme que nous avons une spiritualité simplement catholique. Il n'y a pas de pratiques particulières à l'Assomption comme on l'aime le répéter, mais encore ne faudrait-il pas oublier qu'à l'Assomption il y a des pratiques régulières à observer. Combien de fois ai-je été malheureux de constater que l'oraison quotidienne passait en « pertes et profits » dans le bilan de la journée. Ce qui est frappant dans notre Règle, c'est l'appel à la responsabilité de chacun dans l'organisation de la vie de prière. Il y est reconnu que « chaque religieux est responsable d'organiser selon sa sensibilité personnelle spirituelle son programme de prière personnelle » (*Règle de Vie n° 54*). Quant au programme communautaire, il est dit aussi que « tous en portent la responsabilité » (*Règle de Vie n° 53*).

L'important est de noter aussi que la vie de prière est un temps de rencontre de Dieu. La Règle de Vie consacre plusieurs articles pour rappeler à l'assomptionniste l'importance des rendez-vous avec le Seigneur (*n° 23, 24, 45, 143*).

C'est donc en ma responsabilité de Supérieur général, chargé de veiller à l'héritage spirituel du Père Emmanuel d'Alzon, que j'invite chacun à examiner honnêtement la façon dont il applique à son existence les exigences de la Règle de Vie concernant la vie spirituelle et de prière.

La spiritualité augustinienne de l'intériorité

Tout récemment un assomptionniste, le Père Jean-François Petit, publiait un livre intitulé « *Devenir plus humain avec saint Augustin* ». L'auteur rappelle que pour saint Augustin, l'intériorité du chrétien s'éclaire et se comprend à la lumière de la Parole de Dieu. En fait, il n'y a pas d'intériorité authentique sans éclairage apporté au cœur de l'homme par la Bible et c'est pour cela que : « "l'intériorité" augustinienne n'est absolument pas comparable au moi d'une psychologie des profondeurs mal dégrossie. La rentrée en soi-même n'a pas pour finalité unique de contempler ses propres richesses, dans ce qui frôle souvent un narcissisme complaisant. Bien au contraire, revenir en soi-même revient à fuir les images et réalités fausses de soi et du monde pour retrouver un Absolu qui, justement, n'est pas de ce monde. Cet effort spirituel vise justement à communiquer avec une transcendance par un chemin passant par l'intérieur de la personne sans s'y perdre. C'est pour cette raison que l'intériorité véritable est induite par la parole divine du seul maître qui compte, à savoir le Maître intérieur. »⁸

Un autre auteur assomptionniste, le Père Marcel Neusch, précise les choses : « La vérité de l'existence est logée au cœur de chacun. L'intériorité désigne plus que les sentiments qui nous submergent ; elle est le lieu secret où habite la vérité, plus intime que l'intime de moi-même. D'où l'insistance d'Augustin à revenir à son cœur : *Redite ad cor*. C'est au cours de sa recherche, en particulier sous l'influence des livres platoniciens, qu'il découvre que la vérité n'a pas son lieu propre au dehors (*foris*), mais au plus intime de l'âme (*intus*). (...) Voici comment il l'exprime, dans une formule célèbre :

⁸ Jean-François PETIT, *Devenir plus humain avec saint Augustin*, Salvator, 2015, p. 20.

“En suivant le sens de la chair, c’est toi que je cherchais ! Mais toi, tu étais plus intime que l’intime de moi-même, et plus élevé que les cimes de moi-même. *Tu autem eras interior intimo meo et superior summo meo !*” (Confessions ; III, 6, 11). »⁹

Alors il y a un itinéraire de l’intériorité augustinienne que nous allons décrire brièvement.

La chambre du cœur

Avec Augustin tout se situe à partir du cœur. Le lieu clé de la vie de l’homme est le lieu de la rencontre de Dieu. Le lieu qu’Il habite pour nous guider et nous enseigner.

« Revenez à votre cœur : pourquoi courir loin de vous et périr par votre faute ? Pourquoi suivre les chemins de la solitude ? Vous vous égarez dans vos courses vagabondes, revenez. Où ? Au Seigneur. Mais c’est trop tôt : reviens d’abord à ton cœur. Tu vagabondes au dehors, en exil loin de toi-même : tu ne te connais pas toi-même et tu cherches à connaître celui par qui tu as été fait ? Reviens, reviens à ton cœur, élève-toi au dessus de ton corps ; ton corps est ton habitation ; ton cœur éprouve des sensations même par le moyen de ton corps, mais ton corps n’éprouve pas les mêmes sensations que ton cœur ; laisse là même ton corps, reviens à ton cœur. (...)

Reviens à ton cœur, et vois en lui ce que peut-être tu dois penser de Dieu ; puisque c’est là que se trouve l’image de Dieu. Le Christ habite dans l’homme intérieur ; c’est dans

⁹ Marcel NEUSCH, *Saint Augustin. Splendeur et misère de l’homme*. Cerf, 2011, p. 33-34.

l'homme intérieur que tu es renouvelé à l'image de Dieu ; dans son image connais son Auteur. »¹⁰

Revenir à son cœur, demande un effort. La vie spirituelle augustinienne, même si elle est marquée par le primat de la grâce de Dieu, se réalise en coopération avec la volonté de l'homme. Augustin parle de la chambre du cœur à deux reprises dans les *Confessions*, ailleurs, il parle de la « maison de l'âme ». Cette maison qui est l'intime du cœur est souvent traversée par des conflits terribles. Pour y trouver le repos, il faut d'abord le pacifier.

« Le Seigneur nous dit : *“Entre dans ta chambre, ferme ta porte, et prie dans le secret et ton Père qui voit dans le secret, te le rendra”* (Matt., 5, 8). Entrer dans ta chambre, c'est rentrer dans ton cœur. Heureux ceux qui se réjouissent de rentrer dans leur cœur et qui n'y trouvent rien de mal.

Que votre sainteté veuille bien remarquer ceci : ceux qui ont des femmes méchantes n'aiment pas à rentrer chez eux, et comme ils sont heureux de sortir sur le forum ! Est-ce l'heure de rentrer chez eux ? Ils en ont de la peine : car ils vont rentrer dans les ennuis, les murmures, les amertumes, les révolutions ; une maison n'est pas en ordre s'il n'y a pas la paix entre la femme et le mari et mieux vaut pour celui-ci déambuler dans les rues.

Si donc ils sont bien à plaindre ceux qui, rentrant chez eux, peuvent craindre que leurs murs ne s'écroulent sous les âpres disputes de leurs habitants, combien sont plus malheureux ceux qui ne veulent pas rentrer dans leur conscience, par crainte de s'écrouler eux aussi sous le réquisitoire de leurs péchés. Si tu veux rentrer avec plaisir dans ton cœur,

¹⁰ Saint AUGUSTIN, *Homélie sur l'évangile de saint Jean*, traité XVIII, 10.

purifie-le. “Heureux les cœurs purs, car ils verront Dieu” (Matt., 5,8). Enlève de ce cœur les souillures des convoitises, les taches de la cupidité, l’ulcère de la superstition ; enlève les sacrilèges, les pensées mauvaises, les haines, je ne dis pas envers tes amis, mais envers tes ennemis mêmes. Enlève-moi tout cela : rentre alors dans ton cœur et tu y seras heureux. »¹¹

Il y a donc un bel humour dans l’homélie d’Augustin qui connaît bien la vie des familles de son peuple d’Hippone et les soucis conjugaux. Notre cœur est souvent traversé par des conflits et il a du mal à trouver la paix. Nous le savons bien : « notre cœur est sans repos tant qu’il ne demeure » en Dieu. Pour rentrer dans la chambre de son cœur, il est nécessaire de le purifier, de le rendre agréable et saint.

Le recueillement

Après la purification, il y a le temps qui prépare à entrer dans le cœur, c’est le temps du recueillement. Voici comment parle un philosophe contemporain de cet aspect :

« Pour avoir à se recueillir, il faut s’être éparpillé, répandu, dispersé. Le recueillement est un acte d’unification, une conversion de l’attention, où nous nous ressaisissons et nous retrouvons nous-mêmes. »¹²

« L’ouvrage tout entier (les *Confessions*) est l’histoire du recueillement de son auteur, passage difficile de la dispersion égarée dans le multiple à l’existence rassemblée dans la foi au Dieu unique. Mais l’agent premier et dernier de ce recueillement n’est pas Augustin, c’est Dieu lui-même. Dieu

¹¹ Saint AUGUSTIN, *Commentaire du psaume 33 (2)*, 8.

¹² Jean-Louis CHRÉTIEN, *Pour reprendre et perdre haleine. Dix brèves méditations*. Bayard, 2009, p. 91.

seul conduit et peut conduire à Dieu. Lui seul peut me donner force, lumière et orientation pour me diriger vers Lui, et me transformer chemin faisant. Car si je pouvais moi-même et par moi seul trouver Dieu et me disposer à Le rencontrer, il ne serait pas le Seigneur, mais une idole de mon imagination et un fantôme de mon orgueil. »¹³

Nous ne pouvons pas faire une confiance exclusive aux méthodes de méditation car en dernier ressort tout dépend de l'action de Dieu. Il peut y avoir une orgueilleuse illusion de croire que les techniques de recueillement permettent d'accéder à un état de conscience supérieur.

« Si l'homme est devenu sourd à la voix qui vient de l'intérieur, alors, montre saint Augustin, l'extériorité de la parole d'autrui, de la Révélation de Dieu dans l'histoire, des voix visibles de la beauté naturelle lui sont nécessaires, même si c'est à des degrés divers, pour qu'il y redevienne attentif. Le recueillement qui nous fait nous retrouver peut nous venir d'abord de rencontres, et de rencontres imprévues, indélébiles, que nous n'avions en rien décidées. Qui dira ce que peut produire un livre donné, ou montré ? Le livre que je tiens dans mes mains, chose dans le monde, peut contenir la clef qui m'ouvre la porte de moi-même, jusqu'alors close, voire à moi-même inconnue. »¹⁴

La découverte du Maître intérieur

Une fois rentré dans son cœur, l'homme ne s'y retrouve pas seul. Le cœur est habité par l'hôte intérieur : le Christ. Dieu habite le cœur de l'homme et c'est probablement cela

¹³ Ibidem, p. 95.

¹⁴ Ibidem, p. 99.

que notre modernité a le plus de mal à accepter. Nous ne sommes pas seuls dans la chambre de notre cœur.

« Reviens donc avec moi aux yeux du cœur et sache les préparer. C'est à l'homme intérieur que Dieu parle ; car il y a en nous un homme intérieur dont les oreilles, les yeux et les autres organes visibles ne sont que la demeure ou l'instrument. **C'est aussi dans cet homme intérieur que le Christ habite provisoirement par la foi**, et qu'il fera sentir la présence de sa divinité, lorsque nous connaissons en quoi consistent la largeur et la longueur, la hauteur et la profondeur ; lorsque nous connaissons aussi la charité du Christ, bien supérieure à toute science, pour être remplis de toute la plénitude de Dieu. »¹⁵

Le cœur est la chaire à partir de laquelle nous pouvons nous laisser enseigner. J'aime ce beau passage du commentaire de l'évangile selon saint Jean. Je le médite souvent car il me conforte dans la recherche de l'hôte intérieur.

« Les deux disciples l'entendirent parler ainsi et ils suivirent Jésus. S'étant retourné et voyant qu'ils le suivaient, Jésus leur dit : Que cherchez-vous ? Ils lui répondirent : Rabbi (ce mot signifie Maître) où habites-tu ? (...) »

C'est à partir de ce moment qu'ils s'attachèrent à lui pour ne plus le quitter. (...) Il leur montra où il demeurerait ; ils virent et ils demeurèrent avec lui. Quel jour heureux ils vécurent, et quelle nuit heureuse ! Qui pourrait nous dire ce qu'ils entendirent des lèvres du Seigneur ? Bâtittons nous aussi dans notre cœur une maison où il puisse venir et nous enseigner et s'entretenir avec nous. »¹⁶

¹⁵ Saint AUGUSTIN, *Sermon 53, 15.*

¹⁶ Saint AUGUSTIN, *Homélie sur l'évangile de saint Jean*, traité VII, 9.

II. LES DIFFICULTÉS DE LA VIE INTÉRIEURE DANS LE CONTEXTE ACTUEL

L'intériorité et les nouveaux moyens de communication

Notre modernité nous confronte aux nouveaux défis de la communication. Il n'y a jamais eu sur terre autant de moyens offerts à l'homme pour le mettre en relation avec ses congénères. Nous sommes dans une période de transition fulgurante pour reprendre le titre d'un livre qui est paru récemment chez Bayard Editions¹⁷ et où dans le domaine de la communication, l'homme apparaît comme connecté en temps réel. Or, nous le savons, notre Règle de Vie nous demande de la « sagesse dans l'usage des moyens de communication sociale » (n° 37).

L'apparition des réseaux sociaux (Facebook, Twitter et autres), la révolution internet comme celle-ci a été appelée, a profondément modifié le rapport au temps. Nous sommes entrés dans une civilisation de l'immédiateté où les informations arrivent quasiment en temps réel. Même à des milliers de kilomètres d'un événement, l'homme contemporain reçoit l'information peu de temps après son apparition.

Les moines ont réfléchi sur la question. Les trappistes lors de leur dernier chapitre général ont fait intervenir des spécialistes de la communication pour les aider à réfléchir. Il y a un nouvel homme qui est en train d'être façonné par les nouvelles technologies. Cet homme nouveau est modifié dans son rapport au temps et à l'espace. Nous devons en tenir compte.

¹⁷ Pierre GIORGINI, *La transition fulgurante. Vers un bouleversement systémique du monde ?*, Bayard, 2014.

Le bruit du monde

Notre univers est bruyant et notre cœur est tourmenté. Il est difficile de trouver des lieux de silence et des moments de vrais repos permettant de méditer et de réfléchir à sa vie et à Dieu. Augustin souhaitait se retirer, c'était l'*otium*, le temps contraire du *negotium*, de l'activité trépidante, qui donne l'occasion de se poser les bonnes questions. L'*otium* c'est le sain loisir.

Pour vivre ce moment de mise à l'écart, le silence est nécessaire. Nous avons besoin de retrouver des espaces de tranquillité. Pour cela, il faut probablement couper avec le monde des communications instantanées qui s'est développé ces dernières années. Nous sommes dans une civilisation « branchée », connectée qui laisse peu de place à l'intériorité. Même les moines sont exposés aux dérives de la technologie. Qui n'a pas son compte Facebook ou Twitter ? Internet est partout : plus de 2,5 milliards de personnes sont en ligne ; il y a 6,5 milliards d'abonnements de téléphones portables dans le monde et 1,8 milliards de personnes sont présents sur les réseaux sociaux. Il ne s'agit pas de se livrer à une critique négative de la modernité liée aux nouveaux moyens de communication, mais d'appeler à une utilisation responsable. Il y a indéniablement des répercussions négatives sur la personne. Il nous faut être des communicateurs conscients. La question essentielle à mes yeux est celle-ci : la communication fait-elle naître une relation personnelle et authentique ?

Les trappistes lors de leur dernier chapitre général ont réfléchi sur « Médias, internet, communication...et le silence du Trappiste »¹⁸. Les moines se sont posés des questions intéressantes telles que « comment former à la vie monastique les

¹⁸ <http://o-c-s-o-cg-2014-assise7.webnode.es/news/medias-internet-communication-et-le-silence-du-trappiste/>

personnes qui viennent du monde numérique ? » ou « internet et le silence ». Je retiens entre autres cette réflexion sur le silence :

« Dans le réseau, il n’y a pas de silence. C’est un flux continu de tout et du reste. Il n’y a jamais d’interruption, excepté quand le signal disparaît par défautuosité d’un système. L’éducation au silence est aujourd’hui un vrai défi pour cette raison qu’il n’y a pas de lieux de silence au niveau de la société. Les villes, les quartiers, les maisons sont constamment inondés par la pollution sonore. Le silence est quelque chose d’étranger à la vie des jeunes, ils ne savent pas ce qu’il signifie, ne le pratiquent pas. Souvent ils créent leur propre espace (pour s’isoler des autres) en mettant sur leurs oreilles leur casque audio, ou en augmentant le volume sonore à “plein tube” ; ils aiment la musique écoutée à un volume assourdissant pour être plongés dans les vibrations et oublier, se perdre dans le rythme... Pour eux, le silence est quelque chose d’inédit. »

Les auteurs de la conférence reconnaissent que les effets des médias numériques sur l’esprit humain sont contrastés. Mais ils signalent qu’une personne spirituellement pauvre est plus souvent fascinée par la technologie numérique et perd son autonomie face à elle plus facilement. En revanche, une personne avec une richesse intérieure solide peut trouver une possibilité d’accroître sa liberté et sa créativité. Mais, ils concluent que « le réseau fournit de quoi alimenter toutes les perversions mais aussi toutes les vertus. Pour cette raison, la formation, l’éducation et la maîtrise de soi sont essentielles ». Ils citent l’exemple des religieux qui envoient des courriels à leur voisin de chambre pour solliciter un service. Aller frapper à la porte du frère aurait plus de sens !

La richesse intérieure est le résultat d’un chemin personnel. Il ne faut pas sacrifier aux sirènes d’internet pour sombrer dans une vie de médiocrité spirituelle.

Le silence est l'ennemi juré de *l'homo communicans* et pourtant celui-ci est nécessaire pour établir une véritable communication comme le rappelle le pape Benoît XVI :

« Silence et parole sont deux moments de la communication qui doivent s'équilibrer, se succéder et se compléter pour parvenir à un dialogue authentique et à une profonde proximité entre les personnes. Lorsque parole et silence s'excluent mutuellement, la communication se détériore, soit parce qu'elle provoque un certain étourdissement, soit au contraire parce qu'elle crée un climat de froideur ; lorsque, en revanche, ils se complètent harmonieusement, la communication acquiert valeur et cohérence. »¹⁹

Le silence est utile pour pouvoir entendre Dieu.

« Car dans le silence une mélodie céleste se fait entendre, non plus aux oreilles, mais à l'âme, en sorte que tout bruit du corps devient un ennui pour celui qui se met à l'écoute de cette mélodie, et que toute la vie humaine n'est plus qu'une rumeur importune, car elle l'empêche d'entendre le concert enchanteur, merveilleux, ineffable. »²⁰

III. LES MOYENS MIS À NOTRE DISPOSITION

« Étant donné que notre vie doit être une vie de prière, que nous laissons aux âmes la liberté de leurs mouvements vers Dieu, et que l'oraison est pour nous le moyen de nous unir de la manière la plus parfaite à Dieu, notre unique terme, ne pensez-vous pas que notre application doit être d'aller à Dieu par la

¹⁹ Benoît XVI, message pour la 46^{ème} journée mondiale des communications sociales « *Silence et Parole : chemin d'évangélisation* », 20 mai 2012.

²⁰ Saint AUGUSTIN, *Commentaire du psaume 42,7*.

connaissance du Fils dans l'amour du Saint-Esprit. » (E.S. p. 217)

Il est important de ne pas s'imaginer que des recettes sont disponibles qui nous permettraient, en les appliquant à la lettre, d'obtenir l'union à Dieu. Dieu prend seul l'initiative de nous visiter. Il nous a donné ses sacrements pour favoriser la vie d'intimité avec lui, mais aucune technique particulière ne peut prétendre arriver à contraindre Dieu. Dieu a une liberté infinie et nous rencontre quand il veut, comme il veut, où il veut.

« Assurément, le chrétien a besoin de temps déterminés de retraite dans la solitude pour se recueillir et retrouver près de Dieu son chemin. Mais à cause de son caractère de créature, et de créature qui sait n'avoir de sécurité que dans la grâce, sa manière de s'approcher de Dieu ne se fonde sur aucune technique au sens strict du mot. Cela contredirait l'esprit d'enfance requis par l'Évangile. La mystique chrétienne authentique n'a rien à voir avec la technique : elle est toujours un don de Dieu, dont le bénéficiaire se sent indigne. »²¹

La lectio divina

La lecture méditative de la Parole de Dieu favorise la vie intérieure. Nous le savons bien la Bible est l'aliment principal de l'homme ouvert à la volonté de Dieu. Scruter les Écritures quotidiennement à partir des textes de la liturgie ou bien encore en pratiquant la lecture continue d'un livre biblique, est un exercice qui permet à l'homme d'entrer dans un habi-

²¹ Congrégation pour la doctrine de la foi, *Lettre aux évêques de l'Église catholique sur quelques aspects de la méditation chrétienne*, n° 23, 15 octobre 1989.

tus divin. La fréquentation de la Parole et sa ruminaton façonne la personnalité. Les grands auteurs patristiques et médiévaux sont encore aujourd’hui une source intarissable pour qui veut s’initier à cette pratique. Pourquoi ne pas s’inscrire à une session d’initiation à la *lectio divina* ? Très souvent les sœurs de la famille de l’Assomption ont une bonne longueur d’avance sur les assomptionnistes. Il serait bon de les solliciter pour avoir un soutien efficace.

Les lectures spirituelles

Quand on lit Emmanuel d’Alzon, on constate que les auteurs spirituels qu’il fréquentait étaient nombreux : Jean de la Croix, François de Sales, Bérulle, Thérèse d’Avila, et bien sûr les Pères de l’Église. Ayant eu à trier de nombreuses bibliothèques de communauté, j’ai constaté qu’il y avait une littérature spirituelle abondante et parfois de médiocre qualité. Mais il ne faut pas jeter le bébé avec l’eau du bain. Je pense que notre modernité a eu tendance à reléguer les auteurs spirituels dans les rayons poussiéreux des bibliothèques en oubliant qu’il y avait des trésors à découvrir chez certains auteurs. Lors de mes échanges avec les religieux, je constate avec tristesse que les lectures spirituelles sont assez rares et limitées. Les auteurs spirituels sont légion, mais je suis convaincu que chacun peut trouver un auteur qui corresponde au désir de son cœur. Personnellement, la découverte de Etty Hillesum a été pour moi un moment de grâce et de joie. Mais d’autres encore alimentent ma vie intérieure. Je pense à Henri Nouwen, à Thomas Merton, Lev Gillet qui signait sous le nom d’un « Moine d’Orient » ou encore à Michel de Certeau. Je crois que Dieu ne nous laisse pas sans provision pour la route et qu’il y aura toujours des hommes et des femmes qui sauront transmettre leur expérience personnelle. Je repense

à ce que me disait notre frère André Sève alors que j'étais novice. Il racontait la genèse de son livre « *Trente minutes pour Dieu* ». André qui était un journaliste à Bayard avait délaissé la vie de prière progressivement après son ordination presbytérale. Les diverses activités professionnelles l'occupaient entièrement. Un jour, il fit une interview du chanoine Henri Caffarel à Troussures. Ce prêtre fondateur des Equipes Notre-Dame avait une forte vie spirituelle qu'il communiquait au cours de ses retraites. André était venu pour écrire un article sur lui, mais Caffarel l'invita avant tout échange à prier. Il le laissa seul dans la chapelle. André avait alors 60 ans. De cette expérience qui allait le transformer est sorti le livre qui initie à la vie d'oraison. Après ce livre, André a quasiment écrit un livre de méditation chaque année jusqu'à un âge avancé. Je retire de cette anecdote que tout religieux est appelé à découvrir l'importance de la vie de prière quel que soit son âge ou son engagement apostolique. Le novice que j'étais a retenu un bel exemple et j'aimais voir notre doyen du noviciat fidèle à l'oraison communautaire dans une attitude de recueillement. Mais plus encore sa vie de prière se répercutait dans ses homélies simples et brèves des messes quotidiennes.

Les lectures spirituelles sont importantes pour comprendre comment l'évangile a été perçu par nos aînés dans la foi. Il y a tant d'écoles de spiritualité qu'il y en a toujours une qui correspond à notre attente. Comprendre Jésus-Christ est probablement le but de la vie intérieure et comme nous appartenons au Corps du Christ qu'est l'Église, il est bon d'être en communion avec ceux qui nous précèdent. Prenez le temps de fréquenter ces auteurs, de les lire et de les relire. Nous qui avons une œuvre de presse, nous avons aussi besoin de commentateurs de la Parole pour diffuser la saveur évangélique à nos contemporains. J'apprécie les petits billets écrits par les assomptionnistes pour les revues « *Prions en*

Eglise » ou « *Living with Christ* » à travers le monde. N'ayons pas peur de parler entre nous aussi des découvertes que nous faisons dans le domaine spirituel. Qu'il est rare dans nos conversations d'échanger sur les lectures que nous faisons ! Nous avons peut-être peur de nous livrer ainsi. Mais il n'y a pas à rougir d'aimer lire un bon livre de spiritualité ou de théologie.

L'important est de se rappeler qu'avant tout, c'est la Parole de Dieu, reçue dans les Écritures saintes, qui doit être la base de notre nourriture spirituelle.

L'accompagnement spirituel

Si la *Ratio institutionis* parle abondamment de l'accompagnateur spirituel, il serait regrettable de considérer que seuls les jeunes en formation ont besoin d'un tel soutien. L'accompagnement spirituel est une nécessité pour grandir dans la vie d'intériorité. La relecture qui est ainsi faite permet au religieux de trouver une cohérence dans sa vie et de discerner au mieux la volonté de Dieu. Chaque âge de la vie mérite une relecture personnelle accompagnée. Je pense qu'il nous faut avoir une certaine humilité pour se laisser accompagner. L'Église a une richesse qu'elle met à notre disposition dans cette pratique et il nous faut savoir l'utiliser.

Bien évidemment les premières années de la vie religieuse sont très sensibles aux diverses questions de l'engagement. Il y a des périodes de plus grande fragilité qui méritent d'être soutenues de près. Les premières années après l'ordination sont aussi des moments qui peuvent être traversés par la désillusion et la déception. J'ai souvent remarqué que les frères qui avaient des difficultés majeures étaient aussi souvent ceux qui n'avaient pas d'accompagnement régulier. Parfois et de manière paradoxale, nous voyons des religieux ac-

compagner des personnes et oublier de se faire eux-mêmes accompagner.

Rappelons ce qu'écrivait le cardinal Ratzinger sur l'accompagnement car la teneur de ses propos reste d'actualité :

« On peut compter avant tout sur l'humble acceptation d'un maître expert dans la vie de prière et ses directives ; c'est là une chose dont on a toujours eu conscience dans l'expérience chrétienne, depuis les temps anciens, dès l'époque des Pères du désert. Ce maître, expert dans le "*sentire cum Ecclesia*", doit non seulement guider et appeler l'attention sur certains dangers, mais comme "père spirituel", il doit aussi introduire d'une manière vivante, dans le cœur à cœur, dans la vie de prière qui est un don de l'Esprit Saint. »²²

La retraite annuelle

La Règle de Vie nous rappelle que « chacun est responsable d'organiser selon sa sensibilité spirituelle son programme de prière personnelle » (n° 54). Nous le savons, l'esprit de l'Assomption est un esprit de liberté. Mais cette liberté est aussi balisée de repères. Il y a la participation quotidienne à l'Eucharistie, à la célébration de l'office divin, les trente minutes d'oraison et l'adoration du Saint-Sacrement. Et chaque année, la participation à la retraite.

J'invite chaque assomptionniste à bien établir son programme de prière quotidien et annuel. Une certaine forme de laxisme est parfois préjudiciable au respect de la Règle de Vie. Il faut avoir une certaine volonté et une discipline de vie. La vie religieuse tient bon à travers les aléas de notre exis-

²² Congrégation pour la doctrine de la foi, *Lettre aux évêques de l'Église catholique sur quelques aspects de la méditation chrétienne*, 15 octobre 1989.

tence dans la mesure où elle est alimentée sérieusement par une spiritualité forte.

Il y a plusieurs formes de retraite possibles. La retraite en solitaire dans un endroit calme et paisible et la retraite accompagnée grâce à un prédicateur. Je laisse chacun juger ce qui lui convient le mieux. Mais ne sacrifions pas ce temps important. Il permet de renouer plus profondément avec Dieu et de reprendre de bonnes habitudes d'oraison. C'est aussi souvent l'occasion de rencontrer un prêtre qui peut nous aider à démêler certaines situations compliquées et entendre aussi notre confession.

L'examen particulier

Emmanuel d'Alzon dans le Directoire a examiné les divers moyens utiles pour grandir dans la vie religieuse. Parmi ceux-ci il y a l'examen particulier. Je le cite car il répond également à une invitation d'Augustin qui souhaitait tout à la fois « se connaître et connaître Dieu », *noverim me, noverim te*. Pour rencontrer Dieu et en vivre il faut commencer par être soi-même. C'est le principe de l'intériorité.

« Je ne me connaîtrai bien qu'à la condition de m'étudier sans cesse. L'examen particulier est un exercice très utile pour me donner cette connaissance de moi-même qui, me révélant et mon néant, et mes péchés, et les défauts, principes de mes péchés, me découvrira aussi, avec le germe du mal, le remède à apporter. Que fais-je pour me bien connaître ?... Avec quelle sincérité et quelle sévérité fais-je mon examen ? Quelle horreur ai-je des lâchetés et des chutes quotidiennes que cet examen me découvre ?... Ne l'ai-je pas bien souvent négligé ?... »²³

²³ Emmanuel d'ALZON, *Écrits spirituels*, p. 116.

L'examen particulier est aussi appelé examen de conscience. Il s'agit d'un exercice d'introspection qui permet de regarder jour après jour si la conduite de notre vie a été placée sous le regard de Dieu et dans l'amour fraternel.

La prière silencieuse

Il y a une forme de prière qui est probablement utile à connaître, c'est la prière du simple regard encore appelée prière silencieuse. Il s'agit de se tenir présent devant Dieu et de l'appeler par un nom qui nous avons choisi parce qu'il nous marque intimement. Cette prière est très ancienne dans le christianisme et revêt des formes variées suivant les traditions et l'histoire.

« Tout au long de la vie, la prière silencieuse va s'appuyer sur ce nom, toujours le même. Cela a un effet simplificateur : dès que l'on dit le Nom intérieurement, on est dans la prière, sans avoir à se poser de questions sur la manière dont on va s'y prendre aujourd'hui. Plus mystérieusement, ce Nom devient le chemin de l'intériorité, il permet de se tenir dans le fond, de quitter toute l'agitation dans laquelle nous sommes plongés en surface. »²⁴

Saint Augustin nous a appris à parcourir ce chemin qui va de l'extérieur à l'intérieur, puis du bas vers le haut. Le recueillement est la première phase de la vie intérieure. Mais Augustin nous rappelle que l'extérieur n'est pas à bannir de notre prière. Pour lui, on ne peut se relever que là même où l'on est tombé. Le monde et ses contingences contribuent d'une manière ou d'une autre à la vie intérieure.

²⁴ Jean-Marie GUEULLETTE, *Petit traité de la prière silencieuse*, Albin Michel, 2011, p. 20.

« Tout homme n'est que cela, une âme et un corps. Serait-ce l'âme qui se tiendrait ce langage, qui se parlerait à elle-même, qui s'exhorterait et s'exciterait de la sorte? Une partie d'elle-même était dans le trouble et dans la fluctuation; mais l'autre partie, que l'on nomme l'âme raisonnable, qui s'occupe de la sagesse, qui s'attache à Dieu, soupire vers lui, voyant que dans sa partie inférieure elle est troublée par des mouvements charnels, et forcée par les désirs terrestres de se répandre à l'extérieur, et d'abandonner Dieu intérieurement, elle revient d'elle-même du dehors au dedans, de ce qui est moindre à ce qui est supérieur, de ce qui est bas à ce qui est plus relevé... »²⁵

« Vois comment cette intériorité est recommandée dans le psaume : *Les fils des hommes espéreront sous la protection de tes ailes. Vois ce que c'est que d'entrer à l'intérieur, vois ce que c'est que de se réfugier sous sa protection, vois ce que c'est même de courir au devant des coups du Père, car il frappe tout fils qu'il agrée. Mais les fils des hommes espéreront sous le couvert de tes ailes. Et qui y a-t-il à l'intérieur ? Ils seront enivrés de l'abondance de ta maison. Quand tu les auras introduits à l'intérieur, entrant dans la joie de leur Seigneur, ils seront enivrés de l'abondance de ta maison et tu les abreuveras au torrent de tes délices, parce qu'auprès de toi est la source de la vie : ce n'est pas au dehors, loin de toi, mais à l'intérieur, auprès de toi, qu'est la source la vie. Et dans ta lumière nous verrons la lumière. Étends ta miséricorde sur ceux qui te connaissent et ta justice sur ceux qui ont le cœur droit.* »²⁶

²⁵ Saint AUGUSTIN, *Commentaire du psaume 145,5*.

²⁶ Saint AUGUSTIN, *Homélie sur l'évangile de saint Jean*, traité XXV,17.

L'homme est un pèlerin un *homo viator* qui chemine vers la Patrie, plus exactement qui retourne vers elle. Les *Confessions* d'Augustin peuvent se lire comme une méditation de la parabole du fils prodigue, un retour du fils perdu à la maison du Père plein d'amour et de miséricorde. Il en est ainsi de notre vie spirituelle. Nous sommes appelés à quitter les régions lointaines, encore appelées régions de la dissemblance pour regagner le Royaume ou région de la ressemblance. La dissemblance dont parle Augustin est celle qui retient l'âme loin de Dieu. L'homme a été créé à l'image et à la ressemblance de Dieu, mais pour les Pères de l'Église, l'homme ressemble à Dieu dans la mesure où il est contemplatif. « C'est-à-dire que l'homme n'est pas seulement avant tout un penseur, mais un "prophète" qui plonge dans les profondeurs de Dieu et proclame ce qu'il voit. C'est un homme de prière, un homme spirituel »²⁷. Augustin cherche Dieu au fond le plus intime de son esprit.

IV. LA PLACE DU CORPS DANS L'INTÉRIORITÉ

Vivre l'intériorité ce n'est pas ignorer sa condition de créature. Bien au contraire, la véritable vie intérieure permet de ressaisir l'expérience du corps et de l'intégrer dans la construction de la personnalité.

Le corps ne peut être oublié et il doit pouvoir participer à la vie de prière. Qui veut oublier son corps se fait rappeler à l'ordre bien vite. Qui n'a pas connu des moments pénibles dans l'oraison parce qu'il avait adopté une posture inadap-tée ?

Le corps participe à l'oraison. Il faut trouver, non pas le moyen de l'ignorer, mais de l'inclure dans la recherche de

²⁷ Thomas MERTON, *Le nouvel homme*, Seuil, 1969, p. 48.

l'intériorité. Là encore je pense qu'il y a la grande liberté des enfants de Dieu, mais une limite doit être posée, il s'agit de ne pas choquer les frères par une attitude qui pourrait contredire le recueillement. J'ai le souvenir d'une chapelle de scolasticat où l'on voyait des frères allongés sur le sol. J'ai eu l'envie d'aller me coucher dans ma chambre pour me reposer... Personnellement, j'aime bien être dans une chapelle à l'éclairage intimiste bien assis sur une chaise. J'aime bien aussi y retrouver des frères déjà présents et qui sont dans une attitude de prière. Leur présence suscite en moi un désir plus grand de les imiter. Nous avons besoin de l'exemple des uns et des autres pour nous stimuler.

Augustin a une attitude de sagesse pour montrer que le plus important est de bien garder le désir de la prière. Il regarde l'expérience du roi David telle qu'elle est racontée dans le second livre des Rois (II R, 7,18). La prière authentique part toujours « du plus secret du cœur ». Alors les postures corporelles sont secondaires si le cœur est bien le lieu par excellence où se joue la rencontre du Seigneur.

« Nous pouvons, en effet, prier debout, ainsi qu'il est écrit : "Le publicain se tenait debout à distance" (Lc, 18,13) ; prier aussi les genoux fléchis, comme nous lisons aux Actes des Apôtres (Ac, 7, 59 ; 20,36) ; ou assis, à l'exemple de David et d'Elie. Enfin, si nous ne pouvions prier même étant couchés, il n'aurait pas été consigné dans les Psaumes : "Chaque nuit je baignerai ma couche de larmes ; j'arroserai mon lit de pleurs" (Ps 6,7). Lorsqu'en effet on se dispose à prier, chacun prend la position corporelle la plus appropriée qui se présente à lui en l'occurrence pour favoriser les affections de l'âme. »²⁸

²⁸ Saint AUGUSTIN, *Les deux livres à Simplicien sur diverses questions, livre II, question IV.*

Le corps a donc une place éminente pour la prière. Il faut le respecter et l'inclure dans une attitude qui ouvre le cœur à l'écoute de l'hôte intérieur.

Écoutons encore le cardinal Ratzinger : « Dans la prière, c'est l'homme tout entier qui doit entrer en relation avec Dieu, et donc son corps aussi doit prendre la position la mieux adaptée au recueillement. Cette position peut exprimer d'une manière symbolique la prière elle-même, variant selon les cultures et la sensibilité personnelle. Dans certaines zones, les chrétiens acquièrent aujourd'hui une conscience plus grande du fait que l'attitude du corps peut favoriser la prière. »²⁹

Les distractions dans la prière

Les distractions existent aussi et perturbent la prière. Le cœur peut être troublé par des pensées diverses. Augustin avait déjà signalé cela.

« Que chacun prenne son cœur et s'y regarde sans complaisance et sans flatterie...Que l'on considère et que l'on voie bien tout ce qui se passe dans un cœur humain, comment nos prières elles-mêmes sont contrariées par de vaines pensées qui font que le cœur se tient à grand-peine en présence de Dieu. Et il voudrait s'y tenir et y rester ; dans ce but, il essaie, pour ainsi dire, de se fuir lui-même et il ne trouve pas de clôture où se renfermer ni de barrière pour contenir ses pensées volages et ces mouvements désordonnés qui l'empêchent de se tenir devant Dieu pour recevoir sa joie ! »³⁰

²⁹ Congrégation pour la doctrine de la foi, *Lettre aux évêques de l'Église catholique sur quelques aspects de la méditation chrétienne*, 15 octobre 1989, n° 26.

³⁰ Saint AUGUSTIN, *Commentaire du psaume 85,7*.

La difficulté n'est pas de trouver Dieu, puisqu'il est en nous, mais de donner pleine attention à sa présence.

« Parfois il arrive au même homme, tantôt de s'approcher de Dieu et tantôt de s'en éloigner, de s'en approcher sous l'influence lumineuse de la vérité, de s'en éloigner parce que la chair enveloppe son esprit d'un voile épais. Dieu, mes frères, est partout: son être infini ne peut être circonscrit en un lieu quelconque, nous ne nous éloignons donc ni ne nous rapprochons de lui d'une manière physique. S'en approcher, c'est lui devenir semblable; en lui devenant dissemblable, on s'en éloigne. »³¹

Il faut revenir au cœur. Le cœur est le lieu caché de notre vie personnelle. Il constitue pour l'homme comme une patrie intérieure, un asile sacré, une retraite mystérieuse et inviolable. Le cœur, c'est notre intériorité. C'est le lieu de notre conscience qui discerne le juste et l'injuste, le bien et le mal. C'est aussi le lieu de la rencontre entre l'âme et Dieu. C'est le moi véritable.

Les techniques de méditation

L'un des fruits de la mondialisation actuelle a été de mettre en contact les traditions de prière d'orient et d'occident. Il n'est pas rare aujourd'hui de constater les influences des techniques de méditation orientales dans la vie de prière des occidentaux.

Certains frères ont bénéficié de techniques de méditation qu'ils ont découvert soit grâce à des sessions, soit lors de retraites ou bien encore à partir de la lecture d'ouvrages sur

³¹ Saint AUGUSTIN, *Commentaire sur le psaume 34*, II, 6.

la question. Il y a parmi eux des adeptes de l'ennéagramme, cet instrument qui permet d'avoir une meilleure connaissance de soi.

Je pense qu'il ne faut pas oublier que saint Augustin souhaitait tout autant grandir dans la connaissance de Dieu que dans la connaissance de sa propre personne. Il dit dans ses *Confessions* qu'il était devenu pour lui-même « une énigme, une grande question ». La découverte de son moi est un moment important de l'intériorité. Nous sommes des fils de Dieu et notre vocation n'apparaît à notre conscience qu'après un temps de cheminement. Il est nécessaire de pratiquer une certaine introspection pour arriver à se connaître. Cela demande du temps et de la patience et parfois le recours à des méthodes éprouvées.

Quelle que soit la technique choisie le trait commun est la recherche d'un meilleur équilibre personnel pour favoriser une meilleure appréhension du monde environnant.

Mais en plus de la « connaissance de soi », il y a des techniques spirituelles pour favoriser la prière. Celles-ci sont appelées techniques de méditation. L'éventail est large avec le zen, l'hésychasme, etc. Il y a un certain exotisme dans la recherche de méthodes issues de traditions orientales ou extrême orientales qui sont parfois perçues comme étant supérieures aux voies anciennes de la tradition occidentale. Parfois l'impression qui ressort de la pratique de ces méthodes est que les adeptes les envisagent comme des voies de salut à part entière. Chaque technique a probablement sa valeur, mais il faut éviter de les considérer comme exclusives. Le salut est donné en Jésus-Christ et il est un don gratuit qui n'a rien à voir avec les efforts que l'homme peut fournir pour l'obtenir. En résumé, le don que Dieu nous fait dépassera toujours nos mérites.

En 1989, le cardinal Ratzinger écrivait encore sa « *Lettre aux évêques de l'Église catholique sur quelques aspects de la*

méditation chrétienne ». Celle-ci comporte un enseignement pertinent pour nous aujourd'hui. Le préfet de la congrégation pour la doctrine de la foi rappelle que « la prière chrétienne est toujours déterminée par la structure de la foi chrétienne, dans laquelle respandit la vérité même de Dieu et de la créature. C'est pourquoi elle se présente, à proprement parler, comme un dialogue personnel, intime et profond, entre l'homme et Dieu. (...) La prière chrétienne est donc toujours en même temps authentiquement personnelle et communautaire. Elle repousse les techniques impersonnelles ou centrées sur le moi, capables de produire des automatismes dans lesquels celui qui prie reste prisonnier d'un spiritualisme intimiste, incapable d'une libre ouverture au Dieu transcendant. Dans l'Église, la légitime recherche de nouvelles méthodes de méditation devra toujours considérer que pour une prière authentiquement chrétienne, il faut essentiellement la rencontre de deux libertés : la liberté infinie de Dieu et la liberté finie de l'homme. »³²

Le cardinal Ratzinger met en garde contre les « manières erronées de prier ». Il cite entre autres « les faux charismatiques du IV^{ème} siècle (qui) identifiaient la grâce de l'Esprit Saint avec l'expérience psychologique de sa présence dans l'âme ». Car il y aurait une erreur grossière de considérer ses affects comme étant le signe de la présence ou de l'absence de Dieu en son cœur. Les maîtres spirituels nous rappellent que les expériences d'affliction ou de désolation ne sont pas à assimiler purement et simplement comme une privation de l'Esprit Saint.

³² Joseph RATZINGER, Congrégation pour la doctrine de la foi, *Lettre aux évêque de l'Église catholique sur quelques aspects de la méditation chrétienne*, 15 octobre 1989, n° 3.

De plus en plus avec l'ouverture de l'Occident aux traditions spirituelles orientales et asiatiques, il y a un risque de syncrétisme préjudiciable à la foi chrétienne. C'est pour cela qu'il faut être attentif et examiner « avec un soigneux discernement » les contenus et les méthodes pour éviter la confusion des sentiments religieux.

Le point important est de se rappeler que « l'homme est essentiellement créature et qu'il reste tel pour l'éternité, de sorte qu'une absorption du moi humain dans le moi divin ne sera jamais possible, pas même dans les états de grâce les plus élevés. » Mais, poursuit-il, il est possible de parler de divinisation de l'homme. Nous sommes incorporés au Christ et en recevant l'Esprit Saint nous participons à la vie trinitaire de Dieu.

Un autre point important est qu' « il est impossible d'arriver à l'amour parfait de Dieu si l'on fait abstraction du don qu'il a fait de lui-même dans le Fils incarné, crucifié et ressuscité. En Lui, sous l'action de l'Esprit-Saint et par pure grâce, nous prenons part à la vie intradivine. »³³

Le cardinal Ratzinger insiste que le « don ne peut nous être concédé que “dans le Christ par l'Esprit Saint”, et non à travers nos propres forces, en faisant abstraction de sa révélation. » Il nous faut éviter une forme de pélagianisme.

Les techniques ne sont pas la priorité dans la vie spirituelle car il y a un risque de les confondre avec le but à atteindre qui est le progrès dans la vie chrétienne et la manifestation toujours plus forte de la charité.

« L'amour de Dieu, unique objet de la contemplation chrétienne, est une réalité qu'on ne peut “s'approprier” par au-

³³ Ibidem, n° 20.

cune méthode ni aucune technique ; au contraire, nous devons toujours avoir le regard fixé sur Jésus-Christ (...). Nous devons donc laisser décider par Dieu la manière dont il veut nous faire participer à son amour. »³⁴

V. INTÉRIORITÉ ET CULTURE

En examinant la vie des grands maîtres spirituels l'importance d'une orientation vers la beauté pour contribuer à l'enrichissement de la vie intérieure m'est apparue importante. Que serait la spiritualité de saint Bernard sans l'art cistercien ? Que serait la piété baroque sans l'efflorescence de ses réalisations artistiques.

Il me semble nécessaire de cultiver le goût du beau et d'apprendre à connaître les œuvres d'art qui alimentent notre vie intérieure. J'invite chaque religieux à développer une culture artistique ouverte à la création originale quelle soit musicale, picturale ou autre. J'ai la conviction que la contemplation qu'implique la fréquentation des arts, constitue aussi un facteur essentiel à la vie de l'esprit, donc à l'intériorité.

Certains frères ont des talents musicaux, en photographie, en peinture, en poésie, en composition florale. Je souhaiterais que nous apprenions à aimer ces réalisations. Elles contribuent à nous façonner une âme contemplative et orientée vers le souverain Beau, Dieu lui-même.

³⁴ Ibidem, n° 31.

VI. INTÉRIORITÉ ET COMMUNAUTÉ

J'ai l'intime conviction que la vie spirituelle forte n'éloigne pas des préoccupations communautaires. A l'Assomption, il n'y a pas de deux catégories : les Marthe d'un côté et les Marie de l'autre. Nous sommes tous appelés à vivre l'intégralité de notre vocation et la prière comme l'engagement dans le monde sont parties intégrantes de notre être religieux.

Mais il faut répéter avec force que l'intériorité chrétienne authentique n'est possible que dans la mesure où la personne reconnaît son lien avec la communauté. Augustin, à la suite de saint Paul, disait que nous étions membres du Corps du Christ et que celui-ci dans sa diversité est uni par l'Esprit. Comme le rappelait le cardinal Ratzinger : « Même quand il est seul et prie dans le secret, le chrétien a conscience de prier toujours en union avec le Christ, dans l'Esprit Saint, en union avec tous les saints, pour le bien de l'Église. »³⁵

La recherche d'une vie intérieure n'est possible que si l'on reconnaît la richesse de ce qui unit aux autres membres du corps chaque individualité.

« L'individuation spirituelle personnelle n'a lieu que dans la communauté, par elle et en elle, une communauté sans mesure plus large que le milieu où je vis présentement, puisqu'elle inclut aussi celle du passé et de l'avenir de l'Église. (...) Il y a donc dans cette perspective un va-et-vient permanent, mais qui comprend des moments distincts, entre solitude et communauté. C'est une parole venue par les autres qui m'envoie à la solitude, et cette solitude qui me conduit jusqu'au centre ou au sommet de mon être, m'y confère des res-

³⁵ Ibidem, n° 7.

sources pour revenir à cette communauté, m'envoie aux autres à jamais ». ³⁶

La vie de prière nous ouvre à l'autre et au Tout-Autre. L'important est de vérifier que nous grandissons dans la charité fraternelle et dans l'amour de Dieu. Il n'y pas d'autre évaluation possible de la qualité de la vie de prière que l'intensité de cet amour qui se déploie à partir de l'homme d'oraison.

Quelques résolutions

Je ne voudrais pas conclure sans vous inciter à aller plus loin. Je vous invite à prendre quelques résolutions personnelles et communautaires.

Pourquoi ne pas profiter du chapitre local pour fixer un temps d'oraison en commun quotidien ?

Pourquoi ne pas choisir de prendre une journée de « désert » chaque mois pour vivre le silence et le recueillement ?

Pourquoi ne pas se programmer des lectures spirituelles annuelles ?

CONCLUSION

Je suis convaincu que, plus nous vivons une relation intime et régulière avec Dieu, plus nous serons témoins du Royaume et signes de sa présence dans le monde. Je crois que nous pouvons susciter des vocations généreuses pour l'Assomption si nous vivons notre relation à Dieu dans la régularité et la confiance. L'esprit de l'Assomption, tel que l'a

³⁶ Jean-Louis CHRÉTIEN, *L'espace intérieur*, éditions de Minuit, 2014, p. 246-247.

développé le Père Emmanuel d'Alzon à l'école de saint Augustin, est un esprit qui voit grand et large. Il permet de scruter l'horizon et d'avancer à la recherche du Dieu d'amour de Jésus-Christ. L'intériorité est possible et nécessaire dans notre monde. La vie intérieure des religieux est la condition *sine qua non* pour susciter des vocations abondantes et généreuses. Le manque de vie intérieure est préjudiciable et contribue à rendre stériles les efforts que nous pouvons déployer pour susciter des vocations religieuses ou sacerdotales.

Notre Règle de Vie est une source féconde pour gagner en intériorité. Suivre la Règle, c'est se plier à la régularité, celle-ci construit l'homme intérieur et le fait grandir en liberté.

Avec nos amis laïcs de l'Alliance nous avons une mission extraordinaire : ouvrir la porte à Dieu. Nos cœurs sont assoiffés et le monde attend des témoins véridiques de l'Évangile. Plus notre vie personnelle sera marquée par le désir de Dieu, plus celle-ci contribuera à éloigner le règne des ténèbres.

Je termine en demandant au Seigneur de nous donner sa paix et sa joie.

Père Benoît GRIÈRE a.a.
Supérieur général

Rome, le 1^{er} octobre 2015
En la fête de Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus

TABLE DES MATIÈRES

Introduction.....	5
<i>L'urgence d'une réforme</i>	<i>5</i>
I. L'intériorité dans la tradition assomptionniste.....	9
<i>La vie intérieure selon le Père d'Alzon.....</i>	<i>9</i>
<i>Le silence chez Emmanuel d'Alzon.....</i>	<i>11</i>
<i>L'héritage du Père Emmanuel d'Alzon : la Règle de Vie.....</i>	<i>12</i>
<i>La spiritualité augustinienne de l'intériorité.....</i>	<i>13</i>
La chambre du cœur	14
Le recueillement.....	16
La découverte du Maître intérieur	17
II. Les difficultés de la vie intérieure dans le contexte actuel	19
<i>L'intériorité et les nouveaux moyens de communication.....</i>	<i>19</i>
<i>Le bruit du monde.....</i>	<i>20</i>
III. Les moyens mis à notre disposition	22
La lectio divina	23
Les lectures spirituelles	24
L'accompagnement spirituel.....	26
La retraite annuelle.....	27
L'examen particulier.....	28
La prière silencieuse.....	29
IV. La place du corps dans l'intériorité	31
Les distractions dans la prière	33
Les techniques de méditation.....	34
V. Intériorité et culture.....	38
VI. Intériorité et communauté	39
<i>Quelques résolutions.....</i>	<i>40</i>
Conclusion	40

Augustins de l'Assomption
Via San Pio V, 55
I - 00165 Roma
Tel.: 06 66013727 - Fax: 06 6635924
E-mail: Assunzione@mclink.it