

04. La vie spirituelle se développe grâce à la connaissance

CONNAIS-TOI TOI-MÊME

— Prendre son temps

Près de huit siècles après Socrate, Basile de Césarée¹ reprend l'exhortation qui est le départ de toute quête sérieuse : « *Connais-toi toi-même ! Sache qui tu es ! Fais tout pour connaître ta propre nature. En effet, mortel est ton corps, et ton âme immortelle.* » Sans confrontation avec l'inéluctable échéance, point de philosophie, d'aventure spirituelle, ni de démarche artistique ; point de vivants, seulement des fantômes d'humanité, des figurants de l'existence.

Il ne s'agit pas de penser sans cesse au trépas, de ressasser des idées morbides, mais de se souvenir que le séjour terrestre est bref et que nul mortel ne connaît le jour ni l'heure de son départ. C'est pourquoi **le temps est précieux** : il nous est à la fois compté et donné. Il serait affligeant de le gaspiller dans la frivolité et l'insouciance. L'auteur anonyme du traité intitulé *Le nuage d'inconnaissance* (XIV^e s.), invite le pèlerin à la vigilance : « *Rien n'est plus précieux que le temps. Un rien de temps, aussi petit soit-il, et le ciel peut être gagné ou perdu.* »

Cela n'entraîne pas que l'on doive se presser, déborder d'activités, ni au contraire paresser. Ici réapparaît notre ami le colimaçon : **il ne s'agit pas de perdre son temps, mais de prendre son temps. Et de ne pas remettre à plus tard le voyage lorsque l'élan du cœur le commande.** L'intériorité n'est pas un passe-temps ni un refuge occasionnel, elle est cette maison légère qui, une fois qu'on l'a découverte, ne nous quitte plus et nous protège à tout jamais d'une existence futile et dispersée. Comme l'écrit Henri Suso² : « *Prends conscience de ton être intérieur : c'est de lui que dépendent la vie extérieure et la vie intérieure.* »

Si le pèlerin se met en route, c'est par désir de connaissance, par aspiration à un monde supérieur, éternel, c'est afin d'élargir sa conscience et, tout en cheminant, de l'affiner. **Le voyage spirituel est de transformation, non d'acquisition.** Plus l'aventurier de l'âme progresse sur le chemin, plus il s'allège. Et il faut bien reconnaître que dans son bagage c'est le moi despotique qui pesait le plus lourd... Ainsi le voyageur abandonne sans regret sur le bord de la route ce qui entrave sa marche, tout ce qui se révèle superflu. Il se met à chanter. Le voyageur passe du régime de la gravitation au climat de la grâce.

Ainsi, en avançant on se simplifie. Il ne s'agit pas d'une démarche ascétique forcenée, volontaire, mais tout ce qui est inessentiel s'en va comme tombent des feuilles mortes. Encore une fois, il faut du temps : la croissance spirituelle nécessite beaucoup plus d'années que la croissance physique et elle ne s'arrête jamais. Mesurant tout le parcours à accomplir, Marc Aurèle, l'empereur philosophe qui vécut au II^e siècle, s'adresse tendrement à son âme : « *Seras-tu donc un jour, ô mon âme, bonne, simple, nue et plus apparente que le corps qui t'entoure ? [...] Seras-tu donc un jour telle que tu puisses vivre dans la société des dieux et des hommes sans te plaindre d'eux et sans leur donner sujet de t'accuser ?* »

La connaissance de soi ressemble au travail de l'orpailleur qui, sans relâche, plonge son tamis au fond de la rivière puis examine avec soin les graviers où brille parfois une parcelle d'or. Travail de décantation et de purification, pour ne garder que l'inaltérable.

— Démarche psychothérapeutique et démarche spirituelle

Une psychothérapie propose aussi un travail de déblaiement, mais il y a de notables différences entre elle et une démarche d'intériorité. **Elle prend en compte la condition terrestre de l'homme et vise à l'améliorer ou à la rendre supportable, là où une voie spirituelle**

éveille l'homme à une dimension transcendante et l'invite au perfectionnement, à l'accueil de la Présence divine.

La question est toujours la même: est-ce que le mortel continue de tourner le miroir **vers lui**, de s'examiner, d'énumérer ce qui va, ne va pas, ce qui lui manque, ce qu'il lui faut, ou bien est-ce qu'un jour il regarde **autour de lui**, il écoute, il ressent le reste, tout le reste, les autres et l'univers immense, est-ce qu'un jour, enfin, il consent à lever les yeux vers ailleurs, vers l'insondable Mystère qui ne cesse de faire signe?...

Dans une psychothérapie, au cours d'une analyse, le patient observe dans le miroir son image changeante, tantôt triste, tantôt flatteuse, et il espère fixer un jour une image qui lui convienne. **Une démarche spirituelle authentique engage l'être humain à devenir miroir de la Divinité, à rayonner autour de lui la Lumière reçue.** Tel est bien le retournement prodigieux qu'on appelle **conversion intérieure**. Ainsi, tant qu'un individu ne s'intéresse qu'à lui - à soigner, engraisser ou lustrer son cher petit moi -, il se trouve coupé de toute possibilité d'évolution spirituelle. Il est condamné à consommer d'autres thérapies, à croire en de nouvelles recettes miraculeuses. Jusqu'au jour bienheureux où il ne supportera plus le despote qu'il héberge et entretient, ses plaintes réitérées et ses demandes incessantes, oui, jusqu'au jour béni où il se lassera de lui-même et ira prendre l'air, où il découvrira étonné les contrées immenses et les innombrables visages que son moi tyrannique lui cachait.

La différence entre une démarche thérapeutique et un engagement spirituel est celle qui distingue le plan horizontal et temporel du plan vertical et éternel. Dans le premier cas, on parlera d'inconscient, de subconscient et d'une conscience assimilée le plus souvent à l'activité diurne et raisonnable; dans le second cas, il s'agit d'éveil de la conscience à des réalités plus vastes et plus hautes, d'une ouverture au Divin, autant dire: une surconscience. Les psychologues tiennent compte uniquement de la lignée charnelle - famille, ancêtres, généalogie - là où l'expérience spirituelle relie l'être à son ascendance céleste, à une lignée invisible qui n'a rien de commun avec les liens du sang. Ils tentent d'harmoniser le masculin et le féminin, tandis que la vision complète de l'homme est **humano-divine**: condition mortelle de la créature et nature immortelle de l'esprit. Enfin, au lieu de travailler sur le passé, de proposer une régression au risque de s'y engluer, le voyage spirituel s'avère un désir de nouveau, d'ascension vers le Principe et de délivrance.

Sans doute certaines personnes ont-elles besoin de recourir à une psychothérapie, mais il faut insister: non seulement cette dernière ne représente pas le bout du chemin, mais **elle risque de faire obstacle à une quête authentiquement spirituelle en maintenant le moi au centre des préoccupations.** Un être véritablement spirituel est délivré du besoin de se raconter, de se plaindre, délivré du besoin d'être heureux, d'être compris et rassuré: son appui est ailleurs, non plus du côté terrestre. **Il est soutenu par le Ciel désormais, puisqu'il a renversé sa maison ordinaire, à la façon dont la nef des églises figure la barque spirituelle qui navigue sur les eaux d'En Haut, et se trouve donc inversée pour les gens qui regardent d'en bas.**

— La décantation

Dans la vie intérieure de chacun il y a, comme au début de la Genèse, les eaux inférieures qu'on peut assimiler au monde psychique et les eaux supérieures illuminées par l'Esprit. La connaissance de soi représente le travail de décantation, de purification intérieure qui vise à distinguer ce qui est éphémère, périssable, de ce qui demeure indestructible, éternel, puis à se libérer des couches inférieures — pulsions, passions, conditionnements, masques et fausses identités... — et à rencontrer l'élément immuable et immortel qu'on désigne par l'esprit.

La tâche de l'orpailleur réclame vigilance et patience parce qu'il y a fort à faire : il s'agit de dégager le subtil de l'épais, le précieux de l'ordinaire, le clair de l'opaque, l'être du paraître. Plus un être humain s'achemine vers la réalité vivante de l'Esprit, et plus il apparaît singulier parmi le commun des mortels, à la fois lumineux et léger. Mais celui qui reste au niveau des couches inférieures - troubles ou grossières - de l'individualité semble lourd, terriblement banal, il n'est qu'un des innombrables cailloux qui peuplent le lit de la rivière.

Le travail est long et difficile, il requiert une grande attention et une parfaite loyauté. Si l'on s'illusionne, si l'on se ment à soi-même, on retombe très vite dans le fond bourbeux de l'eau. **La finalité n'est pas de s'ériger à soi-même une statue en or, mais de devenir digne de l'Esprit, d'en être le miroir ou le sanctuaire. Servir l'Esprit, non pas asservir à nos petits besoins et vastes ambitions les textes saints et les exercices spirituels.**

MÉDITATION DES ÉCRITURES

Abondantes sont les nourritures spirituelles, et il serait dommage de s'en priver. Qu'il s'agisse des beautés naturelles ou artistiques, de certaines rencontres et conversations, mais surtout des écrits innombrables et magnifiques que nous ont légués au fil des siècles les grands vivants. Tout cela nous éclaire, nous stimule, nous réjouit, tous ces phares ou ces petites lumières sur le chemin. Mais l'homme profane, charnel, est ingrat et oublieux, il croit que l'Histoire commence avec lui, il pense qu'il n'a rien à apprendre, que seul compte son « vécu » ; il se plaît dans la facilité et le superficiel, alors qu'il n'est pas de démarche spirituelle sans exigence majeure et sans effort soutenu - ce qu'on appelle ascèse ou discipline.

Nous avons la chance, à notre époque, d'avoir à notre disposition, traduits en notre langue, les Écritures sacrées de l'humanité, les grands textes philosophiques et religieux d'Orient et d'Occident, les mythes et les œuvres poétiques qui enchantent l'âme. Tous ces écrits sont à notre disposition, mais il revient à chacun de s'y intéresser, de les étudier, d'en faire son miel. Non pour augmenter son savoir, briller devant les autres, mais pour accroître le trésor intérieur.

À l'égal de l'amour, la connaissance de soi s'avère une culture : affinement de l'être, ennoblement de l'existence. Bien sûr, la plupart restreignent l'amour à un contact physique et à un échange sentimental, et beaucoup n'envisagent la spiritualité que sous la forme d'une assemblée de personnes répétant des formules et des prières apprises. Il n'en reste pas moins que **la connaissance spirituelle est une culture qui se fonde sur le désir et la curiosité, le goût de la découverte, la passion de l'étude, qu'elle combat l'ignorance et les lieux communs par la réflexion, que par l'intelligence elle se démarque de l'inconscience et de la banalité, et procure une profonde joie bien éloignée du divertissement éphémère.**

Qu'il s'agisse de poèmes mystiques, de traités de théologie, de la correspondance et de la biographie des saints et des sages, ou d'essais d'auteurs spirituels, **les livres** tiennent une place capitale dans une quête spirituelle parce que, tout en étant de sûrs compagnons de route, de véritables amis, ils s'adressent à la liberté de chacun et requièrent son attention, sa réflexion personnelle. On peut être étonné de constater l'inculture religieuse de nombre de chrétiens : bien des catholiques ne lisent guère ou jamais la Bible et en restent au niveau du petit catéchisme de leur enfance.³

Si quelqu'un affirme qu'il aime le Christ et suit ses pas, il devrait s'intéresser à toutes ses paroles et aussi à tout ce que, au fil des siècles, son existence et son enseignement ont inspiré aux hommes, aux recherches exégétiques aussi bien qu'aux témoignages des mystiques et aux œuvres d'art qui le célèbrent. Comment se dire chrétien si on n'a jamais lu

les évangiles, si on ne les médite pas comme une parole vivante et vivifiante? Saint Jérôme⁴ l'affirme sans ambages: « Ignorer les Écritures, c'est ignorer le Christ. »

On le comprend, ces lectures ne constituent pas un savoir livresque, mais témoignent d'une connaissance amoureuse. Comme l'écrit, vers le milieu du XIIe siècle, Guillaume de Saint Thierry⁵, « *l'intelligence du penseur devient amoureuse contemplation* ». Et réciproquement, nul ne se livre à la connaissance du Divin s'il n'est d'abord épris de l'Esprit.

Fort différente de l'intellect, l'intelligence spirituelle s'acquiert et se développe par un silence attentif, par la méditation personnelle et réitérée des textes, et grâce à l'intuition et à l'inspiration. Plus le pèlerin se prépare et se rend disponible au souffle de l'Esprit, plus il devient apte à ressentir des perceptions subtiles. Moins un être est centré sur soi, et plus il est ouvert à tout le reste. C'est pourquoi les visionnaires, les prophètes, les grands artistes sont extrêmement sensibles mais pas le moins du monde narcissiques. **Dans la quête spirituelle la raison et la logique ne l'emportent plus systématiquement sur l'intuition, et la volonté humaine fait place à l'illumination qui vient d'En Haut.**

L'intelligence se développe avec l'écoute. A fortiori l'intelligence spirituelle. « *Écoute, mon fils, ouvre l'oreille de ton cœur...* », telles sont les paroles inaugurales de la Règle de saint Benoît. On est en droit de redouter le bruit permanent et les animations dites musicales dont nos contemporains sont abreuvés: ce ne sont pas seulement des nuisances sonores, préjudiciables à leur santé, à leur quiétude, ce sont avant tout des obstructions à l'intelligence, des manœuvres d'abrutissement. Mais très peu de citoyens se plaignent de leur manque d'intelligence...

La lecture des Écritures n'est autre qu'une écoute: il ne s'agit pas de retenir des phrases, mais d'entendre comment le texte résonne au fond de soi et de tâcher d'y répondre par une méditation prolongée, un silence de gratitude. L'écriture inspirée est, elle aussi, liée à l'audition. J'aime que l'on représente Grégoire le Grand⁶ devant son écritoire, attentif, plume en main, avec, posée sur son épaule droite, une colombe qui souffle les mots à son oreille. C'est la prétention humaine qui le plus souvent fait barrage à l'oiseau. D'où la différence entre l'intellect, cérébral, froid et orgueilleux quoique savant, et l'intelligence liée à un cœur chaleureux et accueillant.

Ceux qui désirent nourrir leur vie intérieure peuvent puiser en trois immenses domaines: les religions, les mythes, et les philosophies. Mais comme l'existence est brève, et pour éviter un éclectisme spirituel qui ressemblerait à une consommation et à une distraction, mieux vaut creuser sa voie, approfondir sa tradition, sa religion.

Chacun de ces trois domaines permet que l'homme se pose les questions essentielles, se transforme et parvienne à la sérénité ou à l'immortalité. Bien sûr, les religions s'appuient le plus souvent sur des textes révélés, des Écritures sacrées, tandis que les philosophies n'entraînent ni culte ni clergé et que les mythes fondateurs s'adressent à celui qui croit au Ciel autant qu'à celui qui n'y croit pas. Mais il est question ici de connaissance, non de croyance, c'est-à-dire d'éveil à une dimension supérieure à l'humain, de désir de transcendance.

Religions, mythes et philosophies représentent trois voies distinctes, mais toutes trois sont aptes à nourrir l'intériorité, à provoquer un éveil de conscience, à rappeler à l'homme sa possible grandeur; et toutes trois se confrontent à une Réalité qui dépasse l'humaine existence et lui donne sens. L'Esprit souffle où il veut, mais notre conscience est assoupie, nos sens mal dégrossis, notre écoute distraite, notre cœur fermé à double tour. Il est temps que le colimaçon sorte de sa coquille, se dégourdisse et s'exerce utilement.

Vous pouvez télécharger les fichiers pdf ou mp3 de ces soirées à cette adresse :
http://d.auzenet.free.fr/vie_spirituelle.php

1. **Basile de Césarée**, appelé également Basile le Grand, né en 329 et mort le 1er janvier 379 à Césarée, est l'un des principaux Pères de l'Église.

Il est le fondateur d'un ordre religieux dans la région du Pont, sur la mer Noire, et l'auteur d'une règle qui est devenue la principale règle monastique de l'Église d'Orient qui a inspiré la règle de saint Benoît en occident. Il pratiqua l'ascèse toute sa vie.

En 370, il devient évêque de Césarée. Son engagement pendant la famine, les institutions qu'il crée et qui portent son nom, la Basiliade, en ont fait l'un des précurseurs du christianisme social.

Il défend la foi de Nicée contre l'arianisme et écrit des traités sur le Saint-Esprit, développant la théologie de la Trinité. Il cherche autant qu'il est possible à pacifier les divisions au sein de l'Église.

Il est reconnu Docteur de l'Église en 1568 par le pape Pie V. Il est vénéré en tant que saint par les orthodoxes comme par les catholiques : le 2 janvier en Occident, et le 1er janvier, son dies natalis, en Orient. Il est également fêté lors de la « fête des trois docteurs œcuméniques » le 31 janvier, avec Jean Chrysostome et Grégoire de Nazianze.

2. **Henri Suso** (né vers 1295 et mort le 25 janvier 1366) ou saint Henri, est un religieux catholique connu pour avoir répandu la mystique rhénane de Maître Eckhart avec Tauler. Il a été proclamé bienheureux de l'Église catholique en 1831, seul des trois grands disciples de l'école dominicaine du xive siècle. Il est fêté le 25 janvier.

3. Dans sa prophétique Note conjointe, laissée inachevée en août 1914 en raison de la guerre où il périt, **Charles Péguy** écrit avec ironie : « *Le juif est un homme qui lit depuis toujours, le protestant est un homme qui lit depuis Calvin, le catholique est un homme qui lit depuis (Jules) Ferry.* »

4. **Saint Jérôme** né vers 347 à Stridon, à la frontière entre la Pannonie et la Dalmatie (actuelle Croatie) et mort le 30 septembre 420 à Bethléem, est un moine, traducteur de la Bible, fondateur d'ordres religieux, considéré comme docteur de l'Église et un des quatre Pères de l'Église d'Occident avec Ambroise de Milan, Augustin d'Hippone et Grégoire Ier.

Jérôme suit des études à Rome, se convertit à l'âge de 26 ans après un rêve mystérieux lors d'une maladie, puis, après un séjour en Gaule, part pour la Terre Sainte en 373. Il y vit en ermite à Chalcis de Syrie, au sud-ouest d'Antioche. Il est ensuite ordonné prêtre à Antioche (Asie Mineure). En 383, le pape Damase Ier le choisit comme secrétaire et lui demande de traduire la Bible en latin.

À la mort du pape, il doit quitter Rome et retourne en Terre sainte en compagnie de Paula, noble romaine. Ils fondent un monastère double à Bethléem. Durant les 34 dernières années de sa vie, Jérôme se consacre à écrire l'Ancien Testament en latin à partir de sa propre traduction de l'hébreu et à rédiger ses commentaires sur la Bible.

Il meurt en 420 et ses restes sont d'abord enterrés à Jérusalem puis auraient été transférés à la basilique Sainte-Marie-Majeure, l'une des quatre grandes basiliques de Rome. Les catholiques le considèrent comme un des Pères de l'Église et, avec les orthodoxes, le vénèrent comme saint. Depuis Boniface VIII, en 1298, il est qualifié de docteur de l'Église.

Sa traduction de la Bible constitue la pièce maîtresse de la Vulgate, traduction latine officiellement reconnue par l'Église catholique. Il est considéré comme le patron des traducteurs en raison de sa révision critique du texte de la Bible en latin qui a été utilisée jusqu'au XXe siècle comme texte officiel de la Bible en Occident.

5. **Guillaume de Saint-Thierry**, (né en 1075 à Liège en Belgique et décédé le 8 septembre 1148 à l'abbaye de Signy) dont il était alors l'abbé, est un auteur cistercien connu pour représenter le courant de la mystique spéculative.

6. **Grégoire Ier, dit le Grand**, auteur des Dialogues (né vers 540, mort le 12 mars 604), devient le 64e pape en 590. Docteur de l'Église, il est l'un des quatre Pères de l'Église d'Occident, avec saint Ambroise, saint Augustin et saint Jérôme. Son influence durant le Moyen Âge fut considérable.

C'est à lui que l'on doit l'appellation "chant grégorien". L'Église catholique le célèbre le 3 septembre.