

1. UNE INVITATION DE JÉSUS

Ce ne sont pas les circonstances extérieures de la vie qui font le contemplatif, mais l'intention intérieure de l'âme. Ne soyez pas exagérément préoccupé par la « méthode ». Dans la contemplation, le mot-clé n'est pas la technique mais l'attitude. Chaque âme instaure sa propre et unique relation avec l'Inhabitation divine. Pour ceux qui débutent dans la prière contemplative, la chose importante à se rappeler, c'est donc tout simplement... de prier!

1.1 — OUVRIR NOTRE « PORTE INTÉRIEURE »

Dans la prière contemplative, tandis que nous intégrons l'Amour (Dieu), nous intégrons TOUS les attributs de Dieu (la sagesse divine, la douceur, la miséricorde, le pardon, la compassion, etc.) et notre compréhension s'accroît constamment tandis que ces qualités divines deviennent progressivement celles de l'âme.

La prière contemplative constitue une part essentielle du progrès de l'âme depuis l'obscurité (la connaissance humaine imparfaite) jusqu'à la lumière (la sagesse divine). La vision dépend de la lumière: « *Moi, la lumière, je suis venu dans le monde, afin que quiconque croit en moi ne demeure pas dans les ténèbres.* » (Jn 12, 46)

1.2 — NOTRE « SECONDE NAISSANCE »

Devenir un enfant spirituel constitue la prochaine étape de l'expérience de « seconde naissance ». Par le don et l'accueil de l'amour et du soin, un « lien » se forme et, ce faisant, l'enfant devient progressivement « comme » ses parents, ses « égaux » sur un plan adulte. Un processus semblable a lieu dans le domaine spirituel entre Dieu et l'âme.

Les enfants doivent d'abord recevoir de l'amour avant d'être capables d'aimer en retour. Les psychologues affirment que les enfants qui subissent un déni d'amour dans les premières années ne se développent pas comme ils le devraient et, dans certains cas extrêmes, meurent souvent par manque d'amour. Un principe comparable agit dans le développement spirituel de l'âme. Si elle ne reçoit ni

ne retourne l'amour divin, l'âme dépérit. Quand l'âme, pareille au petit enfant, se sent perturbée, il est d'un grand secours d'entrer en présence de Dieu et de se « reposer » dans cette étreinte divine.

1.3 — UN « DEVENIR PROGRESSIF » QUI DEMANDE DU TEMPS

Dans notre existence terrestre, bien sûr, en tant qu'adultes responsables, il nous faut nous projeter dans l'avenir pour subvenir à nos besoins et à ceux de notre famille. Toutefois, dans le domaine spirituel, le Seigneur révèle les projets qu'Il a pour nous jour après jour. De même que nous ne pouvons stocker assez de nourriture dans notre corps pour durer une année, ou même un mois, Dieu a prévu un processus semblable pour le développement spirituel: « *Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour* », phrase qui inclut la nutrition de l'âme aussi bien que celle du corps. Ainsi les Hébreux qui erraient dans le désert se virent enjoindre par Dieu de ne récolter à chaque fois pas plus d'un seul jour de provision de manne.

Garder ce principe à l'esprit aide l'âme à demeurer fidèle à la régularité de la prière contemplative. De même que nous ne nous sentons pas grandir lorsque nous passons de la petite enfance à l'enfance, nous ne sommes pas toujours immédiatement conscients des métamorphoses spirituelles de l'âme. Rester fidèle à la prière sans discerner de gain immédiat nécessite la réponse d'une foi plus grande et fortifie l'espoir et l'amour. Être fidèle à son temps de prière est tout ce qui est requis de nous, le reste dépend de Dieu.

1.4 — ENTRER EN TERRE INCONNUE AVEC DIEU

Dans l'attente silencieuse et patiente, nous essayons de discerner la volonté de Dieu, non de Le convaincre de la nôtre, puisque le pays de l'esprit ne se présente pas toujours comme on l'imaginerait. Avec le développement et la transformation de l'âme, ses besoins changent et Dieu seul connaît l'état de l'âme et ce qu'il lui faut à chaque étape. L'univers spirituel est le territoire de Dieu. Ce territoire est vaste et inconnu et il nous faut faire entièrement confiance au Guide et à Ses dispositions. Amour enfantin,

confiance et s'en remettre totalement à Dieu sont la condition pour « entrer » (participer) dans le Royaume.

Nous ne devrions pas nous tenir à distance de Dieu au travers de quelque fausse humilité concernant les simples faiblesses et échecs humains. Avoir le sentiment que l'on est « indigne » de rechercher une relation plus intime avec Dieu revient à dire que l'on est trop malade pour voir un médecin.

Avoir le sentiment que l'on est « indigne » de rechercher une relation plus intime avec Dieu revient à dire que l'on est trop malade pour voir un médecin.

2. LE COMMANDEMENT DE JÉSUS

2.1 — AMOUR DIVIN ET AMOUR DU PROCHAIN, SOURCE UNIQUE CACHÉE DE LA PRIÈRE

L'amour de Dieu passe avant l'amour du prochain mais s'exprime et s'affermite dans la pratique de l'amour du prochain; l'amour de Dieu restimule l'âme et l'habilite à la charité. La conscience intérieure de la Présence de l'Inhabitation nous aide à « voir » que Dieu œuvre en permanence dans le monde sous la surface ordinaire des apparences. C'est un immense bénéfice spirituel pour l'âme que de garder à l'esprit la présence du divin au-dedans de l'humain. Cela réduit le risque d'essayer d'appliquer sa propre volonté, d'être excessivement dirigiste, manipulateur ou égoïste.

« Si notre amour pour le prochain ne prenait ses racines dans l'amour même de Dieu, il ne pourrait s'élever à la perfection. » (Thérèse d'Avila, 5D 3,9).

2.2 — LA PRIÈRE CONTEMPLATIVE CHANGE NOTRE REGARD SUR L'HUMANITÉ

Les âmes réceptives sont remplies de plus en plus d'amour divin pendant le temps silencieux passé dans la présence de Jésus. Cette « eau vive » s'écoule ensuite vers l'extérieur au travers des canaux de l'âme sous la forme de l'amour du prochain.

Ce n'est pas pour elles-mêmes que les âmes contemplatives sont remplies d'un sentiment de paix divine, d'amour et de joie, mais pour tous ceux dont la vie entre en contact avec la leur et, en fin de compte, pour toute l'humanité.

2.3 — INTIMITÉ SPIRITUELLE: ÊTRE SEUL AVEC LE SEUL

Celui qui débute dans la prière contemplative, surtout, a besoin d'un moment régulier de silence et de solitude, d'être « seul avec le Seul ». Progressivement, un silence intérieur se développe et le monde lui-même semble changé, mais, en réalité, c'est notre attitude qui a changé.

3. VERS L'UNITÉ INTÉRIEURE

3.1 — PRÉFÉRER LE SILENCE POUR AIMER AU-DELÀ DES MOTS

Les problèmes et les contrariétés de la vie quotidienne ne semblent pas atteindre notre tranquillité intérieure, non parce que l'âme cesse d'être soucieuse, car en réalité elle est davantage soucieuse, mais parce que maintenant elle a le soin et le souci de Dieu, tandis que nous voyons à travers Ses yeux, aimons avec Son amour et avons une confiance totale dans Sa sagesse. On a pu comparer cet essor aux profondeurs de l'océan, qui sont calmes et tranquilles, quand bien même de violentes tempêtes peuvent se déchaîner à la surface.

La contemplation est une partie intégrante de l'action, les deux ne sont pas contradictoires. Toute vie, pour être complète, a besoin des deux. La contemplation est l'âme et le maintien de l'action; elle est la sanctification de nos activités les plus insignifiantes. On pourrait la décrire comme étant le cœur de Marie dans le corps de Marthe — le cœur de Marie demeurant aux pieds de Jésus dans un regard contemplatif aimant, tandis que Marthe s'affaire aux tâches quotidiennes. La nature humaine a tendance à tout séparer et compartimenter, mais les aspects divin et humain de notre humanité ne peuvent être séparés. C'est précisément au travers de notre humanité que nous sommes censés réaliser notre « ressemblance divine ».

On pourrait décrire la contemplation comme étant le cœur de Marie dans le corps de Marthe

3.2 — MATURATION ET GUÉRISON INTÉRIEURES PAR LA PRIÈRE CONTEMPLATIVE

Dans la prière contemplative, nous gardons le miroir de notre âme tourné en direction du « Soleil de l'Amour », pas uniquement pour prendre plaisir à se dorer sous ses rayons, mais pour refléter la Lumière Apaisante pour un monde blessé, comme un rayon laser divin qui cautérise, purifie et guérit la blessure intérieure. L'amour de Dieu ne vient pas seulement « à » nous mais « par » nous.

Au travers de nos fautes humaines, nous contribuons tous à la « maladie » du monde. Dans la présence aimante de Dieu, chaque jour, nous apportons un monde brisé, une humanité déchirée. Nous l'y apportons avec confiance, avec la confiance illimitée du petit enfant qui est sûr que son Père peut tout arranger. « Si Tu le veux, tu peux me rendre un », tel est le cri du monde dans sa « nuit obscure ».

3.3 — VIVRE SA VIE EN SYNCHRONISATION AVEC LA VOLONTÉ DIVINE

Dans l'attitude de déférence et de respect adoptée par Dieu envers chaque libre volonté et unicité individuelles, nous puisons une importante leçon pour nous. Nous ayant conféré sa nature même, ainsi que le libre arbitre, Dieu ne nous impose pas



La vie est faite pour être vécue, non pour être observée à bonne distance par des spectateurs qui évitent de s'engager

D'après Peggy Wilkinson, *Trouver le mystique qui est en vous. Le Carmel pour tous aujourd'hui*. Éd. du Carmel, 2010.

Extraits du chapitre 1, Commencer à pratiquer la prière contemplative, pp. 27-50.

Les sous-titres ont été ajoutés.

ensuite sa volonté. Son projet requiert le processus de synchronisation des volontés humaine et divine; ainsi, Il attend notre réponse dans l'amour, l'effort consistant à engager notre volonté à chaque étape du cheminement spirituel, avant de passer à l'étape suivante de son plan pour unir notre âme à Lui-Même.

La vie est faite pour être vécue, non pour être observée à bonne distance par des spectateurs qui évitent de s'engager. Le sens de la vie ne devient évident qu'au travers d'un amour toujours croissant; et l'amour véritable signifie donner sans compter, donner tout. Au travers de cet amour qui est don de soi, l'âme se fera de plus en plus le reflet du divin. Il n'importe que nous ayons beaucoup ou peu à donner, pourvu que nous donnions TOUT ce que nous sommes en mesure de donner. La nature humaine hésite: « *Eh bien! nous, nous avons tout quitté et nous t'avons suivi.* » (Mc 10,28)