

Qu'est-ce que l'homme?

(Ps. 8,4)

Père Alphonse et son épouse Rachel ont eu l'insigne grâce d'approcher en tête-à-tête Sa Sainteté le Patriarche d'Alexandrie, Shenouda III, lors d'une série d'entretiens en vue de la publication d'un prochain livre. Nous reproduisons ici l'un de ces entretiens.

Père Alphonse: Amba Shenouda, nous aimerions aborder avec vous la question de l'homme. Il est un tel mystère que l'on n'a jamais fini de le contempler. Résumé du cosmos tout entier, il contient tout. La Bible dit de lui qu'il est créé le sixième jour et pourtant il ne cesse de naître et d'évoluer. Ne serait-il pas un projet grandiose qui n'a pas encore vu le jour, un peu comme le gland promis à devenir un chêne? Devant l'homme, on sent qu'il est à la fois si peu de chose et en même temps qu'il est habité par une capacité d'infini... Que de paradoxes ! Qui est cet homme?

Amba Shenouda: Le prophète David s'est posé cette question dans le psaume 8, où il demande à Dieu : Qu'est donc l'homme pour que tu penses à lui? Et un peu plus loin, David dit: L'homme n'est que du vent (Ps. 39,6). Saint Jacques répondra de la même façon dans le Nouveau Testament : Vous êtes une vapeur qui paraît un instant et puis disparaît (Jc 4,14). Avec saint Paul la réponse à notre question sera plus concrète: l'homme est un corps, une âme et un esprit. (1 Th. 5,23).

C'est une âme qui désire et un esprit qui s'attache à Dieu pour prier, méditer et adorer. Et les deux s'opposent, entre eux c'est l'antagonisme (Ga. 5,17). L'homme est un ensemble d'instincts et d'énergies qu'il domine quelquefois et dirige. Mais ces instincts peuvent parfois aussi dominer et diriger son énergie. L'homme est une conscience qui légifère, qui surveille, qui ordonne et qui juge.

Père Alphonse : Quand vous dites : « il domine », qui est ce « il » ?

Amba Shenouda : C'est sa raison. Elle est puissante car c'est par elle qu'il réalise les vaisseaux spatiaux pour atteindre la lune ou tourner autour de la terre... Mais l'homme est aussi un coeur qui vibre par des sensations et des sentiments. Ceux-là le rendent sensible jusqu'aux larmes ou cruel comme une bête féroce. Ce n'est pas tout. L'homme est encore une pensée qui ne s'arrête jamais. Et ses pensées sont variables et de niveaux différents: elles peuvent se hausser jusqu'à Dieu ou s'abaisser pour se préoccuper uniquement de la chair et de la matière. L'homme est donc tout cet ensemble. Mais ce qui distingue un homme d'un autre, c'est que l'un de ces éléments, ou quelques-uns d'entre eux, prédominent. Certains ont dit que l'homme est un «microcosme». Dans ce «petit monde» qu'il est, se trouvent la haute montagne, la mer profonde, la boue et la marée; on y distingue l'or et les perles, le sable et les cailloux, il s'y diffusent la lumière éclatante et les brouillards qui voilent cette lumière, où s'harmonisent, pour un temps, les choses qui, ensuite, s'entremêlent à nouveau...

Rachel: Chacun de ces mots est un symbole extraordinaire qui ouvre à son tour sur un univers de sens psychiques et spirituels... Pour nous faciliter la compréhension de ce monde grouillant qu'est l'homme, saint Paul distingue donc avec clarté «le corps, l'âme et l'esprit». Nous avons une expérience concrète de notre corps, mais l'âme et l'esprit sont très souvent confondus. Cette confusion est l'un des drames de l'occident...

Amba Shenouda : L'âme est l'essence de la vie humaine. L'esprit est l'essence de sa relation

avec Dieu. Notre esprit est éternel, contrairement aux animaux qui n'ont qu'une âme. C'est l'âme qui pourvoit le corps de la vie. Le livre du Lévitique le note: La vie d'une créature est dans le sang (Lév. 17,11-14). C'est pourquoi Dieu interdit de consommer le sang. La vie de tout être humain est dans le sang. Son sang versé lui retire la vie et l'âme.

Père Alphonse: On peut donc déjà constater au passage à quel point l'âme et le corps sont liés, il y a une réelle compénétration des deux, énorme de conséquences. C'est pourquoi il me paraît important d'approfondir notre regard sur l'âme et de discerner davantage ses composantes.

Amba Shenouda : Celles-ci sont d'une extrême complexité. Nous avons parlé de la place centrale de la raison. Certains pensent que c'est elle qui guide l'homme, mais cela n'est pas exact. L'homme peut être orienté par des facteurs psychologiques, nerveux, sentimentaux et encore par sa conscience. Il se peut que sa raison et sa conscience prennent des directions tout opposées. L'homme peut également être orienté par son caractère ou encore par ses habitudes prédominantes. Au milieu de tout cela, la raison peut se tromper, donner un mauvais conseil ou mal juger les faits. Si elle veut être une servante des désirs de l'âme, elle a besoin d'entendement. Sinon, elle tourmente l'homme par ses doutes, ses soupçons et ses craintes. La raison entraîne parfois l'homme dans un vrai tourbillon où il se noie, sans pouvoir prendre aucune décision. Cela est vite dramatique si son caractère est pessimiste et scrupuleux, ou encore si sa raison vagabonde dans de pures imaginations et des rêveries. Dans cet ensemble complexe il ne faut pas oublier les nerfs. Quand ils s'enflamment, toutes les forces de la raison et de la conscience sont suspendues. C'est ainsi que l'homme agit aveuglément et sans contrôle. Voilà pourquoi Dieu préfère soumettre la raison à des guides spirituels: Ne t'appuie pas sur ta sagesse, dit-Il (Pr. 3,5). Alors intervient l'esprit qui apaise l'âme et éveille la conscience.

Père Alphonse: L'esprit, c'est ce qui fait qu'un homme soit un homme et non un animal. Autant l'âme, le psychisme, est compliquée, instable, tyrannisée par les émotions et constamment ballottée par la complexité dont vous avez parlé, autant l'esprit est-il simple. Il ne connaît pas ce tiraillement, car il est non-duel, au-delà des opposés «ça me plaît - ça me déplaît » ou «c'est bien - c'est mal», «c'est beau - c'est laid»... En lui demeurent les « fruits de l'esprit» dont parle saint Paul: «Amour, joie, paix... » (Ga. 5,22), qui sont, en fait, les reflets de la Présence de l'Esprit Saint et de notre relation vivante avec Celui-ci.

Amba Shenouda: Oui... l'esprit est paré des vertus, comme le note aussi l'apôtre saint Pierre: La parure personnelle inaltérable d'un esprit doux et tranquille (1 P. 3,4). L'esprit paré des vertus est l'image de Dieu sur la terre, que le livre des Cantiques a vue rayonnante comme le soleil, belle comme la lune. Mais s'il en est ainsi, c'est parce que l'homme naît de l'Esprit Saint au baptême, comme le dit Jésus: Si un homme ne naît d'eau et d'Esprit, il ne peut entrer dans le royaume de Dieu (Jn 3,5). Et puis, la sainte onction fait du corps de l'homme un temple de l'Esprit Saint, selon la parole de saint Paul: Ne savez-vous pas que vous êtes le temple de Dieu et que l'Esprit de Dieu habite en vous ? (1 Co. 3,16). Il y a donc une communion entre l'Esprit de Dieu et l'esprit humain.

Rachel: Le premier travail de l'homme sera alors d'entrer dans cette communion, d'y consentir, de ne pas éteindre l'Esprit Saint ou de l'attrister, comme dit aussi saint Paul (1 Th. 5,19; Ep. 4,30), mais, au contraire, de «s'en laisser remplir» (Ep. 5,18).

Amba Shenouda : C'est alors seulement que viennent les «fruits de l'Esprit», car ils sont l'oeuvre de l'Esprit de Dieu en nous et de notre consentement à l'oeuvre de l'Esprit. C'est donc le fruit de deux choses ensemble.

Rachel: Dans cette communion réciproque notre esprit s'éveille, il se sent exister et devient même très ardent au contact de ce feu divin qu'est l'Esprit Saint?

Amba Shenouda : Loin de Dieu, l'esprit de l'homme est endormi, indifférent. Mais dans l'association intime avec l'Esprit Saint, l'esprit de l'homme devient fervent, ardent, il est enflammé par l'amour divin. On dit, en effet, que Notre Dieu est un feu dévorant (He. 12,29). Il n'est donc pas étonnant que l'Esprit de Dieu, qui remplit les disciples le jour de la Pentecôte, soit descendu sous forme de langues de feu (Ac. 2,3). La vie en esprit s'exprime par un grand amour divin. C'est un feu que même les grands fleuves ne peuvent éteindre ou submerger (Ct. 8,7). Celui qui en est saisi ne cesse de répéter: Le zèle de ta maison me dévore (Ps 69,10).

Rachel: On ressent derrière ce feu une réelle force ou une puissance, puisqu'il « dévore » et résiste même aux « grands fleuves »...

Amba Shenouda: C'est une force tout à fait effective qui donne puissance à la parole, à la raison, au cœur de l'homme. Elle lui permet de dominer son corps qui s'oppose à l'esprit (Ga. 5,17), et c'est cette même force par laquelle il a le pouvoir de chasser les esprits impurs (Mt. 10,1). L'homme habité par cette force n'a plus peur de rien, rien ne le terrifie. Que c'est drôle de voir les peureux s'éloigner de l'Esprit de Dieu, alors qu'Il est la source de toute force ! Le Christ n'a-t-il pas dit : Vous recevrez une force, celle de l'Esprit Saint qui descendra sur vous. Vous serez alors mes témoins (Ac. 18). L'Eglise primitive était possédée par cette force, son ministère donna naissance à un Royaume divin plein de puissance. Souvent les ministres sont actifs, mais dans la force de l'esprit, leur ministère est dépourvu de spiritualité, inanimé et languissant, une routine sans influence !

Père Alphonse : Comme toute force, la force spirituelle doit être nourrie pour exister et se développer. Si on avait le courage de se mettre devant certaines évidences, on serait sans doute ahuri mais plus étonné du tout du malheur dans lequel on se plonge soi-même. On n'hésite jamais à donner tous les jours au corps des heures pour manger, dormir, faire du sport et autres activités, on n'hésite pas davantage pour nourrir son âme qui vit des produits de la civilisation, de la culture, des arts, de l'amitié, des lectures, de la télévision, les menus sont variés et étendus à l'extrême, alors qu'à l'esprit, qui est seul pourtant à pouvoir nous donner une plénitude de vie, on lui octroie une demi-heure par jour de prière... et l'on trouve que c'est beaucoup ! On s'y ennue et on attend que cela se termine au plus vite... pour replonger dans les occupations de l'âme et du corps.

Amba Shenouda : L'esprit a besoin de se nourrir de lectures spirituelles, de méditation, de la liturgie, de réunions spirituelles, de cantiques et d'hymnes, de pensées et d'influences spirituelles... Ces éléments sont indispensables à l'esprit, tout comme certains éléments sont indispensables au corps: le calcium pour l'édification des os, le fer pour fabriquer du sang, les protéines pour la constitution des tissus, le sucre et les carbohydrates pour son énergie et toutes sortes de vitamines ou autres espèces... Mais encore, comme le corps a besoin de repos, l'esprit de même doit se retirer dans des retraites spirituelles. Et si le corps souffre, on le soumet aux médecins et on suit toutes leurs prescriptions : de même, là aussi, doit-on soumettre l'esprit à des médecins spirituels, les Pères ou les guides spirituels, dont on suit les remèdes et les conseils.

Père Alphonse: La différence, c'est que l'esprit est absolu comme l'Esprit de Dieu auquel il « ressemble ». Cela veut dire qu'il veut se nourrir tout le temps, rester uni à Dieu, vingt-quatre heures sur vingt-quatre, c'est sa nature. C'est pourquoi Jésus a dit: Priez sans cesse. Si nous ne donnons à l'esprit qu'une demi-heure par jour, il va hurler à l'asphyxie les autres vingt-trois heures et demi. Notre terrible nostalgie, nos insatisfactions multiples, notre profonde tristesse et finalement tous nos malheurs existentiels sortent de là. L'esprit ne pouvant à aucun moment rester sans nourriture, va se précipiter dans l'âme et parasiter celle-ci, et l'âme, à son tour, enflamme le corps. C'est alors la naissance de toutes les passions. L'homme, qui n'est pas uni à

Dieu, s'unit à d'autres dieux, à tous les substituts qui lui permettent de survivre à travers des dépendances dont il est alors l'esclave... Il ne s'agit pas d'un problème moral, mais ontologique : c'est un déracinement de l'être. L'homme se réduit à une vie animale...

Amba Shenouda: Oui... l'esprit séduit, entraîne la chair avec lui. Le corps séduit, associe l'esprit à lui, la raison, la pensée. Au contraire, cependant, la ferveur de l'esprit, dans sa piété et son amour divin, entraîne le corps avec lui qui s'associe alors à la spiritualité. Le recueillement de l'esprit entraîne celui du corps. L'esprit enflammé par l'amour de Dieu pousse le corps à s'incliner ou à se prosterner. Si nous cherchons à rester en communion perpétuelle avec l'esprit de Dieu, toute notre vie se spiritualisera. Nos paroles seront spirituelles, notre amour pour les hommes sera spirituel, notre conduite sera spirituelle, car nous nous conduirons selon cette sagesse spirituelle venant d'en-haut, émanant du Père de toute lumière. Selon la parole de saint Paul : Il n'y a donc maintenant aucune condamnation pour ceux qui sont en Christ Jésus... qui ne vivent plus selon la chair, mais selon l'esprit (Rom. 8,1).

Ceux qui sont dans le Christ Jésus ne peuvent rien faire sans Lui (Jn 15,5). Le Seigneur dit à leur propos : Moi, je suis en eux (Jn 17,26). Croissant sans cesse en esprit, ceux-là peuvent dire avec l'apôtre Paul: Ce n'est plus moi qui vis, c'est le Christ qui vit en moi (Ga. 2,20). Alors si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature (2 Co. 5,17). Il s'agit là d'une vie de complet et perpétuel abandon à l'Esprit de Dieu. Désormais l'Esprit Saint coopère avec l'homme dans chacun de ses travaux, dans chacune de ses paroles, comme le Seigneur lui-même l'a révélé : Ce n'est pas vous qui parlerez, mais c'est l'Esprit de votre Père qui parlera en vous (Mt. 10,20).

Rachel: Je peux donc lui dire «Seigneur» en toute vérité, car je l'invite à exercer sa seigneurie sur tout ce que je suis et sur tout ce que je fais. Cela veut dire que je veux entrer avec Lui dans une relation de dépendance absolue et inconditionnelle, si bien que tous les autres « seigneurs », les autres dépendances, doivent disparaître de ma vie. Une fois que cet axe est posé en Dieu, tout mon être s'oriente et s'unifie en Lui, mes énergies dispersées dans le multiple se focalisent en un seul point. Il y a alors un Chemin spirituel, avec ses étapes de croissance...

Père Alphonse:... où l'esprit est de plus en plus souvent, de plus en plus longtemps en union avec l'Esprit Saint, et un jour c'est un état permanent d'union. Alors tout ce que l'on fait est « spirituel », même ce que fait le corps. Quoi que vous fassiez, dit saint Paul, que vous mangiez ou que vous buviez, faites-le pour la gloire de Dieu (1 Co. 10,31). Le corps, l'âme et l'esprit sont alors tellement un que l'un compénètre l'autre : les Pères appellent cela une « périchorèse ». L'esprit toujours uni à l'Esprit Saint, illumine l'âme et l'âme illumine le corps, le rendant transparent...

Rachel: ... et le corps en tant que «microcosme» illumine le macrocosme, la création toute entière, qui gémit en travail d'enfantement (Rm. 8,22). Quand l'homme entreprend un chemin de restauration, il entraîne avec lui toute la nature à laquelle il est intimement lié. Cela explique pourquoi les palmiers s'inclinent au passage d'un saint et pourquoi les animaux cessent d'être sauvages et aiment la compagnie d'un homme pacifié... C'est comme si l'univers paradisiaque était toujours possible: la fameuse paix messianique annoncée par le prophète Isaïe est à la portée de notre main (is. 11,6-9).

Amba Shenouda: Mais le tout de l'homme se joue dans son coeur. Tout émane du coeur, c'est le coeur qui dévoile la véritable nature de l'homme, ses secrets et ses intentions. Le coeur est le centre de tout. C'est la raison pour laquelle la Bible insiste: Garde ton coeur plus que tout autre chose, car de lui viennent les sources de la vie. La vie spirituelle n'est pas la pratique d'un culte ou de quelque vertu ésotérique, mais une relation d'amour où le coeur est profondément attaché

à Dieu. C'est pourquoi Il te dit: Mon fils, donne-moi ton coeur (Pr. 23,26). Dieu est Celui qui sonde les coeurs (Ps 7,9). Et toute la gloire de l'homme est à l'intérieur de lui.

Père Alphonse : Comme le coeur est le centre du corps, le centre de l'âme et le centre de l'esprit, c'est donc par lui, le coeur, que ces trois s'unifient et font ainsi naître l'homme à sa véritable réalité, au mystère de son être. Hors du coeur, dit un aphorisme ancien, l'homme est sans domicile, mais dans son coeur il est à la fois chez lui et chez Dieu. Saint Nicéas (ve s.) affirme que c'est dans le coeur que se lève l'antinomie chair-esprit, car il est, selon lui, le point de convergence de toutes les puissances, spirituelles, psychiques et corporelles de l'homme, le moyen par lequel il entre en contact avec tout ce qui existe au-dehors comme au-dedans, qu'il entre en face à face avec Dieu et avec ses frères...

Amba Shenouda: Oui... mais aussi sur le plan négatif, ne l'oublions pas ! Si le coeur est le centre de la tendresse et de la bonté, il l'est également de la cruauté et de la méchanceté. S'il est le centre de la foi et de la confiance, il l'est également du doute et de l'absence de la paix. Le coeur est le centre de l'humilité, mais il est aussi le centre de l'orgueil! Satan est né de ce dernier, comme le révèle Isaïe: Tu disais en ton coeur: je monterai au ciel, j'élèverai mon trône au-dessus des étoiles de Dieu... Je serai semblable au Très-Haut (14,13-14). Ainsi l'orgueil a précédé la chute (Pr. 16,18).

Le coeur englobe tout en nous et de nous. Toutes les vertus émanent du coeur et tous les péchés aussi. De même toutes les paroles de notre langue, émanent de notre coeur. La Bible le dit: De l'abondance du coeur, la bouche parle (Mt 12,24). Et même nos pensées secrètes viennent de là: L'homme bon tire le bien du bon trésor de son coeur, et le mauvais tire le mal de son mauvais trésor (Lc 6,45).

Rachel: Ce qui se passe à l'extérieur de moi, mon expression et mon comportement sont donc un excellent diagnostic pour reconnaître qui je suis en profondeur, ce que cache mon coeur...

Amba Shenouda: Cela est clair: si ton coeur abonde en amour, tes relations en seront le reflet inévitable. Et si ton coeur abonde en inimitié ou en haine, il en sera de même dans tes agissements, dans ta manière de parler, dans ton regard. Le coeur en est la source, sauf en cas d'hypocrisie. Mais ce mensonge est vite dépiqué aussi...

Comme on le voit la pensée et le coeur sont très intimement liés. Le coeur est le reflet de nos pensées, comme la pensée est le reflet de notre coeur. L'Écriture ne s'y trompe pas en incluant cette réalité dans le plus grand des commandements: Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton coeur... et de toute ta pensée (Mt 22,37).

Pour reformer son coeur, le renouveler, il faut commencer par la pensée. Saint Paul le dit avec clarté: Soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence. (Rm. 12,2). La pensée dirige le coeur.

Père Alphonse : Il ne faut pas confondre ici la pensée avec les multiples petites pensées qui ne cessent de traverser notre mental et dont nous sommes tyrannisés à longueur de journée ! Celles-ci divisent le coeur mortellement au lieu de le diriger vers la vie divine. Comme le chemin spirituel est avant tout, dans sa méthode, une question de direction, de focalisation extrême sur un seul point, la pensée qui imprime cette attitude doit être plutôt une conscience profonde, une conviction ou une «pensée-racine». Sans cette pensée-racine, qui se trouve derrière tout ce que l'on pense, tout ce que l'on dit, ou fait, il n'y a rien, sinon le flou de l'amateur errant sur des chemins de traverse... La pensée motive et mobilise puissamment le coeur; mais comme le coeur régit sur tous les organes, une fois qu'il est possédé, son règne s'étend sur toutes les pensées et tous les membres. C'est un thème cher à saint Maxime le

Confesseur . Il y a donc un aller-retour entre la pensée et le coeur...

Amba Shenouda : Tout se tient dans l'homme et il faut se méfier des distinctions trop tranchées ! Il est vrai que la pensée de l'adultère devient convoitise, la pensée de la colère devient irritation, la pensée de la haine se transforme en rancune... La mauvaise pensée est donc adaptée par le coeur, les sentiments du coeur donnent naissance aux pensées. Il y a effectivement un va-et-vient mutuel, chacun des deux est à la fois cause et effet.

Mais derrière la pensée qui dirige le coeur, dont vous avez parlé, il y a une troisième réalité : la volonté. Une volonté irrésolue donne, comme vous le dites, dans le flou, l'hésitation et le doute. L'Écriture dit clairement: Aime le Seigneur, ton Dieu de tout coeur. L'accent est mis sur le mot «tout». Si le coeur est tout entier à Dieu, il en sera de même de la volonté. Mais du coeur instable provient une volonté faible. Quand l'amour de Dieu emplît le coeur de l'homme, celui-ci ne commet aucun écart, parce que c'est l'amour de Dieu qui dicte alors son comportement.

La volonté tout entière est en Dieu. Si la volonté n'est pas totalement engagée, elle sera victime des influences extérieures. Ainsi, il y a donc une forte réciprocité entre le coeur et la volonté, comme entre le coeur et la pensée.

Rachel : Pour trouver encore plus de clarté dans ce «mécanisme» intérieur à l'homme, ne devrait-on pas dire que le lien profond de ces trois réalités : pensée, coeur et volonté, ce qui les unit indissociablement, c'est le désir? Car l'homme est d'abord ce qu'est son désir. N'est-ce pas en lui que l'on trouve le dénominateur commun?

Amba Shenouda : Exactement ! Quand Dieu dit, par la bouche du prophète Ezéchiel: Je vous donnerai un coeur nouveau, et je vous donnerai un esprit nouveau (36,26), cette expression «coeur nouveau » signifie que le coeur est renouvelé de son désir. Il se retourne vers Dieu, ses passions, ses intentions, ses conceptions même sont transformées. C'est ce que l'on appelle couramment le «repentir», exprimé par exemple par le psalmiste dans ce verset: Je t'ai cherché de tout mon coeur (Ps 119), ou encore par le prophète Joël: Déchirez vos coeurs et revenez à l'Eternel votre Dieu (11. 2,13).

Père Alphonse : Il s'agit d'un retournement au sens propre du terme. Voilà à nouveau la «direction » qui fait qu'on a un chemin spirituel, et nous expérimentons, en effet, que ce qui dirige notre être, ce qui l'aimante et l'oriente, c'est bien le désir. Tant que le désir n'a pas de direction, si Dieu ne l'attire pas profondément, alors il tombe dans le multiple et s'atomise dans les mille et un besoins que lui inculque la société de consommation...

Amba Shenouda : C'est pourquoi David s'écrie dans son fameux psaume du repentir: O Dieu, crée en moi un coeur pur! (Ps 50). La multiplicité et la division c'est le contraire d'un coeur pur. Un coeur pur n'est pas partagé, il est totalement donné à Dieu, sans aucune division. Seul celui-là peut rencontrer et voir Dieu. Jésus le dit dans les Béatitudes : Heureux les coeurs purs, car ils verront Dieu (Mt. 5,8). C'est ici donc que nous avons la racine. Le désir du coeur déclenche celui des sens. Le Christ est très clair dans le Sermon sur la Montagne : Quiconque regarde une femme en la désirant, a déjà, dans son coeur, commis l'adultère avec elle (Mt. 5,28). L'adultère en acte a sa racine dans le coeur. C'est là qu'il commence. Si le coeur est pur, le regard ne convoite et ne désire pas une autre direction. Parce qu'il est totalement en Dieu, son désir est comblé...

Rachel: C'est l'état de prière par excellence, où les mots ne sont pas toujours nécessaires...

Père Alphonse: ... une simple conscience lumineuse ou plutôt une réciprocité de conscience divino-humaine, une inhabitation silencieuse de Dieu dans l'homme et de l'homme de Dieu.

C'est ce que l'Évangile appelle la «virginité», dont Marie est la plus belle réalisation... Cette conscience ouvre à une approche radicalement nouvelle du monde. A mon avis tout est là: ce ne sont pas les événements qui nous transforment, mais notre manière de les approcher. Et, selon la force de cette approche, l'événement le plus insignifiant trouve encore une résonance au fond de nous et nous éveille...

Amba Shenouda: Cela revient donc à dire, il faut y insister, que tout dépend de notre manière de penser. Celle-ci plonge jusque dans l'inconscient, qui devient alors une source d'idées, de désirs, de sentiments... et se répand même dans les rêves. Selon précisément la direction donnée à la pensée elle peut être obsessionnelle et tragique, entraîner la maladie ou même la mort, ou alors elle est spirituelle et conduit l'être à la sainteté.

Rachel: Les Pères disent que l'on doit exercer la vigilance comme une douane qui interroge chaque pensée: es-tu des nôtres ou non?

Amba Shenouda : Devant une pensée mauvaise on peut faire le signe de croix et dire: Arrière Satan! comme le Christ l'a fait (Mt. 4,10). Il faut bannir cette pensée dès qu'elle se présente, car si on la laisse pénétrer en son for intérieur, elle est très dangereuse pour soi. C'est une vraie trahison de l'Esprit Saint qu'elle chasse de sa demeure (1 Co. 3,16) pour s'enraciner dans le coeur où elle va attiser les passions.

Dans la vie spirituelle, il est de la plus haute importance de mener le combat contre les pensées, c'est une véritable guerre sainte, dont les armes peuvent varier. Saint Aigris, par exemple, propose avec d'autres Pères de répliquer à chaque pensée par un verset de l'Écriture sainte. Quand on est assailli par les idées de colère, on peut répéter: La colère de l'homme n'accomplit pas la justice de Dieu (Jc. 1,20). Accablé par des pensées d'adultère, la phrase de saint Paul: Ne vous y trompez pas: ni les débauchés, ni les adultères... n'hériteront le Royaume de Dieu (1 Co. 6,9-10) peut remplir notre esprit... Cela suppose, bien sûr, une familiarité avec l'Écriture.

Mais, mieux que ce combat au coup par coup, c'est d'immuniser sa nature

contre les pensées de l'Adversaire par l'amour constant de Dieu. Si notre raison et notre coeur sont occupés par la Présence divine, Satan n'y trouvera aucune place ! D'où la nécessité de la prière continuelle, comme la pratiquaient nos saints Pères. Il n'y a rien de plus dangereux que de laisser sa maison inoccupée! Le Démon est toujours à l'affût des paresseux et oisifs...

Père Alphonse : Il fait son appât des énergies dispersées et sans but... Comment les galvaniser et leur donner une puissante orientation qui les met hors de danger?

Amba Shenouda: Il faut lire la biographie des saints, cela est très stimulant dans ce combat. Notre nourriture continuelle et indispensable, c'est surtout l'Écriture sainte. En lire un chapitre tous les matins et se laisser accompagner durant la journée par ce qui nous a touchés, tel sens, telle phrase. On ne peut pas non plus se passer des Psaumes : en prendre un, le lire, le relire, se laisser habiter par la parole de Dieu... L'esprit qui n'est pas nourri est en état de béance, à ses risques et périls...

Rachel : Les Psaumes sont une véritable thérapie de l'âme. Ils révèlent à la fois nos ombres et la lumière qui brille dans nos ténèbres : J'enfoncé dans la boue sans pouvoir me tenir, je suis tombé dans un gouffre et le flot me submerge (Ps 69,3), mais: Le Seigneur est ma lumière et mon salut, de qui aurai-je crainte? Le Seigneur est le rempart de ma vie! Qui me fera trembler? (Ps 27,1-2). Le mieux serait de cantiler le Psaume sur une note, sa puissance de pénétration est alors beaucoup plus forte et la mémorisation bien plus facile...

Amba Shenouda: Si la mémoire n'est pas suffisante, il peut être très utile de se confectionner un aide-mémoire spirituel où l'on enregistre les idées-forces qui nous ont le plus

impressionnés. On l'ouvre de temps à autre pour méditer ces phrases, les ruminer... Cela purifie la raison et le cœur! C'est un puissant outil pour ce «renouvellement» de l'esprit dont nous avons parlé. Par cette rumination des textes, l'homme acquiert une nouvelle manière de percevoir et une certaine force. Isaïe le prophète en parle : Ceux qui se confient dans le Seigneur renouvellent leur force. Ils prennent le vol comme les aigles, ils courent et ne se lassent point, ils marchent et ne se fatiguent point (40,31). Tant que notre pensée n'est pas transformée, nous ne sommes jamais à l'abri des chutes et aucun progrès n'est possible. Par contre une pensée illuminée voit la transparence de toutes choses et agit en conséquence...

Prenons pour exemple le corps. Le vieil homme le perçoit comme un moyen de jouissance et de volupté, il est toujours aux aguets d'un plaisir, esclave de ses besoins, alors que l'homme nouveau voit le corps et surtout le vit comme le temple de l'Esprit Saint (1 Co. 6,19). Le corps devient alors un extraordinaire instrument sur le Chemin spirituel, car, par tout ce qu'il fait, il rend gloire à Dieu, ainsi que nous y invite saint Paul: Glorifiez donc Dieu dans votre corps (1 Co. 6,20). Il ne convoitera pas la femme qu'il voit (Mat. 5,28), mais il contemple en elle aussi la Présence de l'Esprit Saint et vénère son corps comme un temple de Dieu...

Père Alphonse : Saint Jean Climaque (vue s.) dit que celui qui, à la vue d'un corps d'une singulière beauté, glorifie le créateur et se comporte toujours ainsi en de pareilles circonstances, est déjà ressuscité incorruptible avant la commune résurrection. Et il ajoute : Ce qui peut être un gouffre pour l'un devient pour l'autre une occasion de couronnes. On illustre parfois ce texte par l'événement qui est arrivé à l'évêque Nommus. Celui-ci voit passer Pélagie, la plus fameuse comédienne d'Antioche, il la regarde longuement, puis reproche aux autres évêques qui l'entourent: Pourquoi n'avez-vous pas pris grand plaisir à voir l'extrême beauté de cette femme? Moi, j'y ai pris un très grand plaisir, d'autant que Dieu la mettra un jour devant son trône pour juger nos personnes... («L'Echelle Sainte», Bellefontaine, pp. 168 et 340).

Amba Shenouda : Quand on sait ce que l'on veut, on est à l'abri du péché. Il s'agit d'incarner sa décision. En rejetant la mauvaise pensée, la volonté se fortifie à chaque fois un peu plus, l'orientation de tout l'être s'approfondit sans cesse et au sein des circonstances les plus adverses. L'homme coopère intimement avec la grâce qui l'accompagne à chacun de ses pas pour mouvoir sa volonté de l'intérieur. Mais, à l'inverse, chez un homme hésitant ou s'intéressant aux propositions du Démon, la grâce ne force rien et respecte toujours la liberté de cet homme... La volonté de celui-ci s'affaiblit alors, se divise et tombe dans le multiple à cause de sa non-décision, pour finir dans la ruine du péché...

Rachel : Le péché, c'est «manquer la cible» au sens étymologique du terme... Il faut donc non seulement bien cibler, mais encore veiller à la force de départ de la flèche que l'on tire !

Amba Shenouda: C'est effectivement dès le départ de la pensée mauvaise qu'il faut agir très rapidement et avec force. Si on laisse errer la pensée en soi, elle va chatouiller nos sens, se jouer de nos sentiments, séduire notre âme et finalement prendre racine. Au commencement la pensée n'est qu'une petite herbe en terre facile à extirper, mais quand elle a jeté ses racines profondes en soi et que son tronc s'élève comme un arbre solidement implanté, comment s'en débarrasser? Parfois, comme dit l'Apôtre Paul, il faut résister jusqu'au sang (He. 12,4).

Rachel: Pécher n'est donc pas un affront à la morale !

Amba Shenouda: C'est un affront à la vie elle-même. Le pécheur est un homme mort, même s'il semble vivre dans son corps. Le Christ le dit dans la parabole de l'Enfant Prodigue: Mon fils que voici était mort et il est revenu à la vie (Lc 15,24). De même saint Paul: Vous étiez morts par vos péchés (Ep. 2,1).

Jésus révèle dans l'Evangile que la vie c'est Lui-même: Je suis la vie (Jn 14,6), et que vivre

pleinement, hors du péché, c'est de demeurer en Lui: Celui qui demeure en moi et moi en lui porte beaucoup de fruits (Jn 15,5). Si le Christ est la vie, quiconque est fixé en Lui est fixé dans la vie, il est spirituellement vivant. Et si le Christ vit en nous, tout ce que nous faisons sera l'oeuvre du Christ en nous. C'est ce que certifie saint Paul par ces paroles si profondes: Ce n'est plus moi qui vis, c'est le Christ qui vit en moi (Ga. 2,20). Là, nous ne pécherons plus (1 Jn 3,9).

Rachel: L'essentiel de notre travail, c'est donc de mourir à une vie morte par le péché et de laisser advenir en nous la surabondance de vie qu'est le Christ...

Père Alphonse: Cela commence par la pensée juste et lumineuse, qui est l'esprit du Christ. Comment acquérir l'esprit du Christ pour penser comme Lui, pour agir en Lui et avec Lui?

Amba Shenouda: Nous en avons reçu la grâce au baptême. C'est par cette force divine que nous pensons, agissons, vivons. Dans le baptême nous mourons avec le Christ et ressuscitons avec Lui à une nouvelle vie (Rm. 6,25). Le vieil homme est mort, l'homme nouveau est revêtu du Christ (Ga. 3,27). Tout cela n'est évidemment pas magique et demande à l'homme une intime collaboration avec la grâce que Dieu lui offre. Notre travail est effectivement celui du repentir ou de la conversion incessante qui nous fait passer toujours plus de la mort à la vie en Christ. Cela est très concret et implique la vie du corps lui-même. C'est pourquoi la réalisation du baptême culmine dans l'eucharistie, où le Christ nous transfuse sa chair et son sang: Celui qui mange ma chair et boit mon sang a la vie éternelle... Il demeure en moi et moi en lui, dit le Christ (Jn 6,41-58).

Père Alphonse: Le réalisme spirituel des Pères concernant l'incorporation de l'homme au Christ est absolument stupéfiant. Un Père laïc du XVe siècle, saint Nicolas Cabasilas dit : Le sang dont nous vivons est actuellement le sang du Christ, et la chair qu'insère en nous le sacrement est le corps du Christ, et communs sont les membres et la vie. Saint Paul nous avait déjà prévenus que nous étions « conformes » au Christ, que son corps et ses membres étaient les nôtres. Les saints prennent au sérieux la parole de Dieu et cherchent à y entrer par l'expérience la plus concrète. C'est cohérent avec l'Incarnation du Christ, notre foi ne peut être une abstraction. J'aime ce cri de saint Grégoire Palamas (XIXe s.) disant du Christ: Chair de ma chair, os de mes os! et cet autre pur émerveillement de saint Syméon le nouveau Théologien (XIe s.) : L'Esprit fait pénétrer en nous le Christ jusqu'au bout de nos doigts, il pénètre notre corps... Je meus ma main et ma main est tout Christ, car la divinité de Dieu s'est unie à moi indivisiblement. Il y aurait tant de perles à citer, aptes à bouleverser notre vie tout entière. Je pense encore à saint Macaire, l'Egyptien (IVe s.) qui disait que nous sommes en Christ comme le feu est dans le fer, rougi par sa présence, une fusion totale, sans confusion. Alors, si telle est la réalité, proprement inouïe, il faut tout sentir en Dieu, dit saint Isaac le Syrien (VIe s.), et sentir d'abord notre propre corps, puisque nous sommes à ce point co-corporels au Christ. Nous pouvons un peu entrevoir pourquoi et comment l'Incarnation ouvre, pour celui qui le désire, à une vie radicalement neuve et à une joie sans limites, ici et maintenant...

Amba Shenouda : Le corps prend la direction que l'âme lui imprime, nous l'avons dit. Pour qu'il soit à ce point rempli de l'Esprit Saint, il faut une rude ascèse. Comme le dit saint Paul lui-même, lui qui, pourtant, a été élevé jusqu'au troisième ciel (1 Cor. 12,2): Je traite durement mon corps et je le tiens assujetti (1 Co. 9,27); et ce message, il le prêche aussi aux autres : Ceux qui sont en Christ Jésus ont crucifié la chair avec ses passions et ses désirs (Ga. 5,24).

L'un des plus grand moyens pour assujettir le corps, c'est le jeûne. En effet, par le jeûne, on touche à la racine de l'homme, son désir. C'est pourquoi le jeûne ne s'applique pas seulement au boire et au manger, mais aussi à tous les sens, à la langue et même au contrôle des pensées... Nous aurons à en reparler plus longuement. Une puissante maîtrise du corps s'exerce encore par

les veilles prolongées dans la prière et les prosternations. Le fait d'associer le corps à l'esprit au sein de ces pratiques le spiritualise en profondeur. C'est ce que saint Paul appelle Glorifiez Dieu dans votre corps (1 Co. 6,20). Le corps devient alors porteur de la gloire divine et, sur ce chemin, il n'y a aucune limite à sa transparence croissante. Le mystère de la Transfiguration du Christ sur le Mont Thabor le révèle avec éclat et souvent les saints le manifestent de leur vivant. Certains parmi eux ont été des êtres de feu rayonnant, d'autres comme des soleils que l'on pouvait à peine regarder, tel Moïse descendant du Sinaï (Ex. 34,38-35) ou saint Etienne pendant son procès (Ac 6,15)... Ainsi, par sa grâce et notre coopération par l'ascèse, Jésus transfigure nos corps de misère en son Corps de gloire avec cette force qu'Il a de pouvoir même se soumettre tout l'univers (Ph 3,17).