

## Enseignement n° 4

# LE DISCERNEMENT SPIRITUEL : AIDER L'AUTRE À SE DISPOSER À LA LUMIÈRE

|  |    |
|--|----|
| <i>Introduction</i> .....  | 29 |
| <i>1. Ceindre les reins de notre intelligence pour nous laisser éclairer par le Christ</i> ... | 29 |
| <i>2. Aider l'autre à discerner sans chercher à discerner à sa place</i> .....                 | 31 |
| <i>3. La garde du cœur dans l'abandon de nous-mêmes à Dieu</i> .....                           | 32 |
| <i>4. Ad lucem per crucem</i> .....  | 33 |
| <i>5. Une ouverture progressive à la lumière</i> .....   | 34 |

### Introduction

Le discernement spirituel est essentiel dans l'accompagnement spirituel. Pour marcher nous avons besoin de lumière. Dernière toute chute c'est-à-dire tout péché il y a un mensonge, un enténébrement. Le démon cherche la faille par où nous influencer et nous faire dévier. **Ce combat de la lumière est inséparable du combat de la foi, de l'espérance et de l'amour** parce que le cœur est la racine des pensées. C'est là que tout se noue et se dénoue. C'est la raison pour laquelle **le discernement spirituel ne peut se réduire à un exercice intellectuel, mais il se joue d'abord dans notre cœur**. Il faut vivre notre dialogue avec la personne en s'appliquant d'abord à réveiller la foi, l'espérance et la charité en l'autre. Il s'agit de se faire d'abord humble et pauvre serviteur d'une action divine qui nous dépasse, celle du Christ qui peut seul lui donner de voir ce qu'il doit voir. Autrement dit : s'appliquer d'abord à donner Jésus aux âmes avant que de leur donner des conseils, ne pas se centrer sur le discernement, mais sur Celui qui est la lumière qui éclaire tout homme. Nous allons essayer de voir **comment nous pouvons préparer les chemins du Seigneur** à la fois au niveau de l'esprit et au niveau du cœur en aidant les personnes à se mettre à la suite du Christ.

### 1. Ceindre les reins de notre intelligence pour nous laisser éclairer par le Christ

« Celui qui me suit ne marchera pas dans les ténèbres, mais il aura la lumière de la vie » (Jn 8, 12). **Si nous gardons le Christ présent à notre esprit et à notre cœur, il nous garde dans sa lumière** et nos pensées sont lumineuses. Un simple regard sur lui<sup>1</sup> peut suffire à dissiper les ténèbres. Il n'y a pas de discernement spirituel possible tant que l'on n'est pas tourné vers Celui qui est la Lumière. **Beaucoup sont préoccupés par un « vouloir discerner**

---

<sup>1</sup> Au sens où sainte Thérèse d'Avila dit à ses sœurs : « Je ne vous demande pas pour le moment de penser à Lui, de beaucoup raisonner, ni d'appliquer votre entendement à de grandes et délicates considérations ; je ne vous demande que de le regarder. » (*Chemin de la perfection*, ch. 26).

**la volonté de Dieu » sans être vraiment tourné vers le Christ.** Beaucoup poursuivent un idéal tout en croyant suivre le Christ. Ils restent enfermés dans le vouloir faire et le mental sans s'en rendre compte. On peut discuter des heures avec eux sans que cela ne serve à rien parce que leur esprit n'est pas en contact avec Dieu et ne peut donc pas voir les choses dans sa lumière.

Il y a **une vigilance à avoir par rapport à nos pensées** pour les garder dans la lumière du Christ. Nous ne pouvons jamais nous permettre de nous laisser aller dans nos pensées en donnant libre cours à notre imagination comme si nous pouvions penser de nous-mêmes. C'est ce qu'on appelle traditionnellement la « **garde des pensées** » qui signifie une sorte d'ascèse de l'esprit : « **Ayant ceint les reins de votre intelligence**, étant sobres, espérez pleinement en la grâce qui doit vous être apportée par la Révélation de Jésus Christ. En enfants obéissants, ne vous laissez pas modeler par vos passions de jadis, du temps de votre ignorance. » (1P 1, 13-14). Notre esprit vagabonde en cherchant des petites nourritures à droite et à gauche, on se remet à penser à telle ou telle chose inutilement et l'on oublie que Jésus est la vraie nourriture non seulement de notre cœur, mais aussi de notre esprit et que nous pouvons nous nourrir de lui en gardant notre esprit tourné vers lui. D'une manière particulière, il faut faire attention aux pièges du malin dans lesquels nous pouvons tomber à cause du trésor intérieur d'images, d'idées, de représentations, de souvenirs que nous gardons dans notre la mémoire<sup>2</sup>.

Quand nous devons aider une personne à discerner, il nous faut **vivre l'écoute comme un lieu privilégié pour pratiquer cette ascèse de l'intelligence**. Écouter, c'est en effet cesser non seulement de parler, mais aussi de penser. Comme nous l'avions vu l'année dernière, dans l'écoute, nous sommes invités à rentrer dans le silence de l'esprit pour **laisser la lumière divine se faire** sans chercher à élaborer à l'avance notre discours. On perçoit des choses, mais on ne les analyse pas, on ne les retient pas dans les filets de nos raisonnements, mais on les laisse descendre dans son cœur simplement à l'exemple de Marie<sup>3</sup>. Se mettre à penser de soi-même pendant l'écoute, pour calculer notre réponse, serait cesser d'écouter. On n'écoute pas avec la tête mais avec son corps et son cœur pour pouvoir parler avec le cœur puisque « **la**

---

<sup>2</sup> Comme l'explique saint Jean de la Croix : « Le second désavantage que l'âme peut recevoir des idées de la mémoire, est l'effet du malin esprit, qui **devient par ce moyen très puissant sur elle**. Il peut grossir les images des objets extérieurs, et souiller l'âme des fantômes de l'orgueil, de l'avarice, de l'envie, de la colère, et des autres passions ; il lui est possible même d'allumer en elle une haine injuste, un amour vain et profane, d'autres affections dérégées, et de la séduire de plusieurs autres manières. Il a coutume aussi d'imprimer si vivement dans l'imagination ce qu'il lui plaît, que les choses véritables paraissent fausses, et que les fausses semblent véritables. Il porte en fin ses pièges jusque dans l'âme, par les espèces qui restent dans la mémoire. Mais après tout, l'âme s'en mettra facilement à couvert, lorsqu'elle effacera de la mémoire les images des créatures, en les ensevelissant dans un éternel oubli : ce qui lui sera sans doute très avantageux ; car, comme **le démon ne peut agir sur elle que par l'entremise des figures imaginaires**, l'âme coupe chemin à toutes ses surprises et à tous ses efforts contre elle, dès là qu'elle anéantit dans la mémoire les idées qu'il emploie pour la tromper ; parce qu'il ne trouve plus rien ni dans elle ni dans les autres puissances qui ont une liaison nécessaire avec elle, dont il se puisse servir pour attirer l'âme et pour l'engager dans ses pièges. (*Monté du Mont Carmel*, III, chap. 3).

<sup>3</sup> « Quant à Marie, **elle gardait avec soin toutes ces choses**, les accueillant (retenant) dans son cœur » (cf. Lc 2, 19) se laissant ainsi mener par Dieu dans une attitude d'écoute silencieuse : « **Je suis la servante du Seigneur, qu'il me soit fait selon ta parole** » (cf. Lc 1, 38).

**bouche des sages, c'est leur cœur** »<sup>4</sup> (Si 21, 26). On se rend tout présent à la personne, dans l'oubli de tout savoir, dans le silence intérieur, en ayant confiance que la lumière se fera progressivement.

## 2. Aider l'autre à discerner sans chercher à discerner à sa place

**Les vraies pensées sont celles qui naissent petit à petit d'une perception intérieure.** Les belles pensées sans perception réelle n'ont pas de force pour nous mouvoir. Ce qui importe pour le discernement spirituel, c'est la luminosité de l'esprit. Or cette luminosité dépend de son contact avec le Christ en qui nous est donné de connaître vraiment Dieu, d'entrer dans un vrai contact avec Celui qui est Lumière. C'est la sagesse qui doit guider nos pas. La sagesse qui est connaissance de Dieu et perception des choses dans la lumière de Dieu. On voit les choses comme Dieu les voit. Si la personne n'est pas disponible à la lumière divine, elle peut certes adhérer intellectuellement à ce qu'on lui dit, mais sans vraiment voir la vérité de ce qu'on lui dit. Accompagner une personne, c'est l'aider à voir pour autant qu'elle est en état de voir, c'est accompagner l'action de l'Esprit de Vérité sans jamais la précéder. Il ne sert de rien de lui dire de belles choses qu'elle n'est pas en état d'accueillir. Autrement dit **il ne s'agit pas de discerner à la place de la personne mais de l'aider à discerner**. Si la personne ne parvient pas à voir elle-même ce qu'elle doit faire, nos lumières auront bien peu d'effet parce qu'elle n'arrivera pas à les mettre en pratique. Il faut faire attention au fait qu'il y a des personnes qui parlent bien, mais comprennent mal<sup>5</sup>. Elles semblent être capables d'entendre des vérités très hautes, mais en réalité il y a un énorme décalage entre ce qu'elles savent suite à leurs lectures spirituelles, et ce qu'elles sont en état de voir. Le discernement spirituel devient très difficile parce qu'elles croient voir sans voir.

Il faut donc surtout **aider la personne à entrer dans cette écoute intérieure**, dans ce silence de l'esprit. Il faut avoir confiance que l'écoute engendre l'écoute, que **notre silence intérieur est contaminant**. Si nous parlons, ce ne doit pas être dans la préoccupation d'arriver à voir ce qu'elle doit faire précisément mais dans la préoccupation soit de l'aider à se remettre devant Dieu, à regarder vers lui, soit de lui rappeler **les commandements divins** qui sont **comme des petites lampes** qui balisent notre route en attendant que la pleine lumière se fasse dans notre cœur (cf. 2P 1, 19). Il faut garder conscience que la parole de Dieu nous est donnée pour que nous y adhérons non pas conviction intellectuelle, mais dans l'obéissance de la foi et pour nous la mettions en pratique au-delà de ce que nous en comprenons. Dans l'accompagnement des personnes on peut se sentir pousser intérieurement à rappeler tel ou tel commandement inscrit dans la Parole de Dieu et que la personne est appelée à observer plus particulièrement même si elle n'est pas encore en état de discerner la solution concrète à ses problèmes. **Son obéissance lui vaudra l'intelligence** (cf. Si 6, 32) selon la promesse du Christ : « Celui qui a

---

<sup>4</sup> La parole « inspirée » au sens fort, c'est la parole qui vient directement du cœur. C'est elle qui a la force de transpercer le cœur de l'autre. **Qui parle avec le cœur parle au cœur**. Celui qui reste au niveau affectif peut émouvoir, mais non pas toucher ce sanctuaire intime qu'est le cœur humain.

<sup>5</sup> Comme l'explique sainte Thérèse d'Avilla à ses sœurs : « **nombreuses sont celles qui parlent bien et comprennent mal** ; d'autres parlent peu, sans beaucoup de clarté, tout en ayant une grande intelligence du bien ; car il est de saintes simplicités, qui ne s'entendent guère aux affaires et manières du monde, mais savent fort bien s'entendre avec Dieu. » (*Chemin de la perfection*, ch. XIV).

mes commandements et qui les garde, c'est celui-là qui m'aime ; or celui qui m'aime sera aimé de mon Père ; et je l'aimerai et je me manifesterai à lui. » (Jn 14, 21).

### 3. La garde du cœur dans l'abandon de nous-mêmes à Dieu

« Si quelqu'un veut venir à ma suite, qu'il renonce à lui-même, qu'il prenne sa croix et qu'il me suive. » (Mt 16, 24). Le Christ n'est qu'obéissance au Père. Le suivre signifie entrer dans son obéissance filiale. Comme il y a une garde des pensées, il y a **une garde du cœur** au sens d'abord d'une vigilance par rapport à l'intention de notre cœur : « Que cherchez-vous ? » (cf. Jn 1, 38). Est-ce ma volonté ou celle de Dieu ? À aucun moment, nous ne pouvons nous permettre de lâcher la bride à notre volonté propre en secouant le joug de l'obéissance filiale, en nous donnant secrètement comme le droit de « faire ce que nous voulons ». **Tant que nous demeurons dans la prière et l'abandon**, nous n'avons rien à craindre des pièges du malin, nous sommes par-là unis au Christ dans son sacrifice, c'est-à-dire dans sa victoire contre le démon. Nous nous laissons mener comme naturellement par l'Esprit que Dieu donne « à ceux qui lui obéissent » (cf. Ac 5, 32), et notre jugement est juste parce que nous ne cherchons pas notre volonté mais la volonté de celui qui nous a envoyés (cf. Jn 5, 30). Dieu montre sa volonté à ceux qui la cherchent sincèrement. Autrement dit la crainte du Seigneur est le commencement de la sagesse. Elle trouve sa perfection dans une crainte filiale aimante qui nous fait craindre de blesser le cœur de Jésus.

On comprend ici le **principe fondamental énoncé par saint Ignace de Loyola** pour se disposer à discerner la volonté de Dieu<sup>6</sup>. Il peut être une aide précieuse pour rectifier notre intention par un « exercice spirituel » qui consiste à se rendre indifférent<sup>7</sup>. Mais il faut garder conscience du fait que nous n'avons pas un pouvoir direct sur notre cœur. Autrement dit on peut être dans un « vouloir faire la volonté de Dieu » à tout prix dans notre esprit sans être dans un véritable abandon filial de nous-mêmes à Dieu. **Plus que la tension de la volonté, ce sont les degrés d'abandon intérieur qui comptent**. On a besoin de faire un long chemin pour trouver sa joie dans l'obéissance elle-même. Pour que l'accomplissement de la volonté divine soit la vraie nourriture de notre âme (cf. Jn 4, 34), c'est toute une croissance de la foi, de l'espérance et de la charité qui est nécessaire et pas simplement le fait d'être convaincu du

---

<sup>6</sup> « L'homme est créé pour louer, honorer et servir Dieu, notre Seigneur, et, par ce moyen, sauver son âme. Et les autres choses qui sont sur la terre sont créées à cause de l'homme et pour l'aider dans la poursuite de la fin que Dieu lui a marquée en le créant. D'où il suit qu'il doit en faire usage autant qu'elles le conduisent vers sa fin, et qu'il doit s'en dégager autant qu'elles l'en détournent. Pour cela, il est nécessaire de nous rendre indifférents à l'égard de tous les objets créés, en tout ce qui est laissé au choix de notre libre arbitre et ne lui est pas défendu ; en sorte que, de notre côté, nous ne voulions pas plus la santé que la maladie, les richesses que la pauvreté, l'honneur que le mépris, une longue vie qu'une vie courte, et ainsi de tout le reste ; désirant et choisissant uniquement ce qui nous conduit plus sûrement à la fin pour laquelle nous sommes créés. » (*Exercices spirituels*, n° 23).

<sup>7</sup> Saint Ignace revient sur cette nécessité de se rendre indifférent dans « la première manière de faire une saine et bonne élection » : « Dans le second point, je dois me mettre devant les yeux la fin pour laquelle je suis créé, savoir : louer Dieu, notre Seigneur, et sauver mon âme. Je dois en outre **me trouver dans une entière indifférence**, et sans aucune affection désordonnée; de sorte que je ne sois pas plus porté ni affectionné à choisir l'objet proposé qu'à le laisser; ni plus à le laisser qu'à le choisir, gardant l'équilibre de la balance, et prêt à suivre le parti qui me semblera le plus propre à procurer la gloire de Dieu et le salut de mon âme. » (*Exercices spirituels*, 179).

primat de Dieu<sup>8</sup>. Ainsi au fur et à mesure que notre cœur cherche d'abord le Royaume de Dieu et que notre esprit se fixe sur Jésus, notre ouverture à la lumière divine grandit et le discernement de sa volonté jour après jour<sup>9</sup> se fait de plus en plus naturellement.

#### **4. *Ad lucem per crucem***

On comprend aussi les avertissements du Christ sur **ce qui peut appesantir notre cœur** et le rendre incapable de chercher Dieu : « Tenez-vous sur vos gardes, de peur que vos cœurs ne s'appesantissent dans la débauche, l'ivrognerie, les soucis de la vie... » (Lc 21, 34). Il n'y a pas qu'une ascèse de l'intelligence et une brisure de la volonté propre, il y a aussi une ascèse corporelle qui peut aider au discernement<sup>10</sup>. Nous voyons ainsi comment il a été donné au prophète Daniel de « pénétrer la parole » parce qu'il avait fait « une pénitence de trois semaines », ne mangeant « point de nourriture désirable » (cf. Dn 10, 1-3) : « Ne crains point, Daniel, car du premier jour où, **pour comprendre, tu as résolu de te mortifier devant ton Dieu**, tes paroles ont été entendues... » (Dn 10, 12). Il y a là **une tradition à redécouvrir**<sup>11</sup> qui comprend aussi et même d'abord l'acceptation des épreuves : « *Per crucem ad lucem* ». Elles sont comme des failles qui laissent passer la lumière divine. C'est la croix qui purifie et fait la lumière.

Il faut penser que dans cette ouverture à la lumière par le chemin de l'abandon dans l'acceptation de la croix, nous sommes solidaires. Là aussi **l'exercice de l'écoute est un puissant moyen pour aider l'autre à voir clair** dans la mesure où, pariant sur la fécondité de la Croix, nous allons jusqu'au bout du chemin d'abandon et de patience qu'il signifie. Oui, la patience avec laquelle nous consentons à vivre cet exercice est plus importante que ce que nous pouvons dire pour éclairer l'autre. Face à des situations humainement sans issue, il faut profiter de l'expérience de notre impuissance à aider l'autre pour aller jusqu'au bout du renoncement à nous-mêmes.

Il faut penser que **le dialogue est aussi en lui-même le lieu d'un exercice spirituel purifiant** et donc éclaircissant, en tant qu'il est un exercice d'humilité à travers lequel j'accepte de

---

<sup>8</sup> On voit que la petite Thérèse est parvenue à cet état d'abandon total à la fin de sa vie : « maintenant c'est l'abandon seul qui me guide, je n'ai point d'autre boussole !... **Je ne puis plus rien demander avec ardeur, excepté l'accomplissement parfait de la volonté du Bon Dieu sur mon âme** sans que les créatures puissent y mettre obstacle. » (MsC, 83r°)

<sup>9</sup> Comme le dit le Cardinal Nguyen van Thuan : « Discerner, parmi les voix qui nous sont intimes, celles de Dieu (cf. *Gaudium et spes*, n° 16) pour accomplir sa volonté dans le moment présent est un exercice continué auquel les saints se sont docilement soumis » (*Témoins de l'espérance*, Nouvelle Cité, 2000, p. 75).

<sup>10</sup> Nous voyons comment le prophète Daniel de « pénétrer la parole » parce qu'il avait fait « une pénitence de trois semaines », ne mangeant « point de nourriture désirable » : « Ne crains point, Daniel, car du premier jour où, **pour comprendre, tu as résolu de te mortifier devant ton Dieu**, tes paroles ont été entendues... » (Dn 10, 12)

<sup>11</sup> La tradition de jeûner pour discerner est restée vivante chez nos frères orthodoxes. Elle est aussi toujours pratiquée dans le milieu rabbinique, notamment par ceux qui, connus pour leur sagesse, sont appelés du monde entier pour répondre à des « cas de conscience » particulièrement difficile à résoudre.

recevoir d'un autre, de dépendre d'un autre<sup>12</sup>. L'Écriture nous invite à « **prendre l'avis de toute personne sage**, et ne pas mépriser un conseil profitable » (cf. Tb 4, 18). Dieu n'aime pas que nous nous guidions nous-mêmes d'une manière autonome, il nous veut dépendant de lui à travers les autres. C'est la raison pour laquelle **nul n'est bon juge pour soi-même**. Le démon, lui, fait tout pour nous isoler, pour **nous enfermer dans le mutisme**<sup>13</sup>. Envoûter signifie mettre sous voûte. Il ne s'agit certes pas de nous appuyer sur l'humain (cf. Jr 17, 5), mais de **parier sur la fécondité d'un acte d'humilité** qui laisse passer la lumière divine tant il est vrai que Dieu enseigne les humbles (cf. Ps 24, 9). Dans le dialogue, nous pouvons par notre propre humilité **aider l'autre** à aller jusqu'au bout de cet exercice spirituel qu'est le dialogue **en entrant les premiers dans une attitude de confession**, d'aveu<sup>14</sup>. Ce peut être en reconnaissant notre propre faiblesse dans des situations semblables. **Ouvrir la bouche pour dévoiler nos pensées secrètes peut suffire** pour dissiper les ténèbres, nous libérer de notre enfermement.

## 5. Une ouverture progressive à la lumière

Il faut penser que **Dieu, dans sa sagesse, trace le chemin qui permettra à la personne un jour de voir clair** quant à telle ou telle décision qu'elle doit prendre. Ce qui dépend de chacun de nous, c'est de suivre le Christ *hic et nunc*. Cela s'est toujours possible. La lumière, elle, dépend de Dieu et il peut ne pas vouloir nous la donner tout de suite parce que nous ne sommes pas prêts à le recevoir et aussi parce qu'il ne veut pas nous enlever le mérite d'une confiance aveugle. Nous perdons beaucoup de temps à chercher à une solution concrète là où ce n'est pas encore l'heure de Dieu. La manière dont nous vivons les épreuves, dont nous savons en profiter pour renoncer à nous-mêmes et prendre notre croix pour suivre le Christ de plus près est décisive. Le fait de ne pas voir encore le sens du chemin fait partie de l'épreuve.

Enfin il est bon aussi de se rappeler que **Dieu parle de multiples manières**. Il aime confirmer de l'extérieur ce qu'il murmure de l'intérieur à notre cœur, que ce soit à travers les saintes Écritures, la liturgie, les autres, la création, les événements... Sous cet angle-là, il y a aussi tout un chemin que nous pouvons et devons suivre en marchant derrière Jésus, en le gardant présent à notre esprit et à notre cœur comme la clef d'interprétation de tout. Ainsi là où il n'y a pas de décision urgente à prendre, il faut **laisser faire le temps** et au lieu d'anticiper sur la décision finale voir les occasions actuelles de renoncement à soi-même pour disposer la personne à accueillir les lumières qui viendront par la suite.

---

<sup>12</sup> Comme l'a dit Jean-Paul II : « À travers le dialogue, nous faisons en sorte que Dieu soit présent parmi nous ; car **tandis que nous nous ouvrons l'un à l'autre dans le dialogue, nous nous ouvrons également à Dieu**. » (Discours aux membres des autres religions, Madras, 5 février 1986, n. 4)

<sup>13</sup> Nous nous laissons dominer par celui que l'Évangile appelle le démon muet. Comme l'explique saint Ignace : « Quand l'ennemi de la nature humaine présente à l'âme juste ses ruses et ses insinuations, **il veut et désire qu'elles soient reçues et gardées secrètes** » (*Exercices spirituels*, n° 326). Ce peut être le lieu d'un terrible combat, vis-à-vis notamment de son directeur spirituel : « Je ne vais pas le déranger pour cela..., c'est sans importance..., il ne peut pas comprendre..., c'est trop délicat à expliquer ! »

<sup>14</sup> Comme la petite Thérèse savait le faire avec ses novices : « Avec certaines âmes, je sens qu'il faut se faire petite, ne point craindre de m'humilier en avouant mes combats, mes défaites ; voyant que j'ai les mêmes faiblesses qu'elles, mes petites sœurs m'avouent à leur tour les fautes qu'elles se reprochent et se réjouissent que je les comprenne par expérience. » (MsC 23 v°)