

Enseignement n° 3
VIVRE L'ACTE CONJUGAL
COMME UN CHEMIN D'HUMILITÉ ET D'ABANDON

INTRODUCTION GÉNÉRALE

La question de l'acte conjugal est décisive au sens où elle est un lieu privilégié de croissance humaine et spirituelle, un terrain d'exercice très précieux. En effet, l'acte conjugal n'est pas seulement là pour exprimer l'amour conjugal, mais pour le favoriser : « C'est pourquoi **les actes qui réalisent l'union intime et chaste des époux** sont des actes honnêtes et dignes. Vécus d'une manière vraiment humaine, **ils signifient et favorisent le don réciproque** par lequel les époux s'enrichissent tous les deux dans la joie et la reconnaissance. »¹ Il y a quelque chose qui peut se fortifier et s'approfondir. Cet acte peut et doit donc être vécu saintement en Dieu pour réaliser une « union intime » et pour faire croître la charité conjugale. Mais plus encore, puisque le mariage a été élevé à la dignité de sacrement, il est **un véritable moyen d'union à Dieu**. Il doit être vécu comme tel. Là comme ailleurs, c'est en remettant Dieu comme au centre que l'on peut réajuster le reste. Même si beaucoup sont très loin de pouvoir percevoir ce lien intime qui unit la sexualité et l'union à Dieu, il est bon de se rappeler ici les paroles pleines de sagesse de Benoît XVI : « la question fondamentale de l'homme d'aujourd'hui demeure la question de Dieu. **Aucun autre problème humain et social ne pourra être vraiment résolu si Dieu ne revient pas au centre de notre vie.** »². Remettre Dieu au centre, c'est remettre aussi notre sanctification au centre comme la seule chose qui compte vraiment puisque sans elle personne ne verra le Seigneur.

La question n'est donc pas seulement de savoir comment sanctifier l'acte conjugal, mais **comment se sanctifier à travers lui**. C'est pourquoi l'acte conjugal ne peut être un exercice facile comme s'il suffisait de se laisser aller à ses passions avec un peu de technique en plus. **Cet acte sacré est fait pour être sanctifiant** c'est-à-dire pour nous faire croître dans l'union à Dieu. Il est fait pour être vécu comme **un exercice spirituel** sur le terrain du corps. **Ce n'est pas Dieu au service de la sexualité, mais la sexualité au service de Dieu**. Le plus important, ce n'est pas de parvenir avec la grâce de Dieu à une sexualité épanouie mais de faire de la sexualité un chemin de conversion, de purification en profondeur pour vivre de

¹ *Gaudium et spes*, 49, §2. De même l'Église enseigne que « **la sexualité est ordonnée à l'amour conjugal de l'homme et de la femme**. Dans le mariage l'intimité corporelle des époux devient un signe et un gage de communion spirituelle. » (CEC 2360).

² Discours à l'Assemblée plénière de la Conférence épiscopale italienne, le 30 mai 2008 (O.R.L.F. N. 24 (2008)).

plus en plus une vie d'enfant de Dieu dans le Christ. **C'est en le vivant pour Dieu, en vue de Dieu que les époux pourront le vivre en Dieu**, suivre un chemin purification, de guérison et de maturation de l'*éros*. « Cherchez d'abord le Royaume de Dieu et sa justice et le reste sera donné par surcroît. » (Mt 6, 33).

En posant un regard de sagesse sur la sexualité comme la matière d'un chemin d'union à Dieu, nous chercherons en même temps à **nous réconcilier avec la morale sexuelle de l'Église**. Il s'agit de montrer non seulement ce qu'il ne faut pas faire, mais ce qu'il faut faire au travers d'une véritable pédagogie de la sainteté. C'est là un grand défi : développer la morale chrétienne comme étant d'abord **un message positif** au lieu de se focaliser sur les interdits³.

Pour mieux comprendre la sexualité comme un terrain de sanctification, nous verrons l'acte conjugal en gardant présent à l'esprit notre vocation de baptisé à vivre une vie tout entière eucharistique. L'analogie entre l'union conjugale et l'union entre le Christ et l'Église apparaît clairement dans le mystère de l'Eucharistie. **L'union conjugale se concrétise dans l'acte conjugal et l'union entre le Christ et l'Église dans la communion eucharistique**. Le Verbe incarné se donne en nourriture pour ne faire qu'un seul corps avec nous⁴ comme les époux ne font qu'une seule chair. Ce n'est pas pour rien que le mariage est traditionnellement célébré à l'intérieur de l'Eucharistie. Il trouve là sa raison d'être comme aussi le soutien dont il a besoin. L'eucharistie, en effet, est « la source et le sommet » de toute la vie chrétienne⁵, « le centre et la fin de toute la vie sacramentelle »⁶. « Il n'y a rien d'authentiquement humain – pensées et sentiments, paroles et actes – qui ne trouve dans le sacrement de l'Eucharistie la forme appropriée pour être vécu en plénitude. »⁷ Mais d'une manière particulière l'Église encourage les époux à puiser « inspiration et force dans ce Sacrement ». En effet, « l'amour entre l'homme et la femme, l'accueil de la vie, la tâche éducative, se révèlent être **des lieux privilégiés** où l'Eucharistie peut manifester sa capacité de transformer et de porter l'existence à sa plénitude de sens. » Nous verrons comment l'acte conjugal et l'Eucharistie s'éclairent l'un l'autre et comment les époux sont appelés à vivre d'une manière eucharistique leur vie sexuelle pour qu'elle soit vécue en vue de l'union à Dieu et en Dieu.

Pour ce qui est de **l'organisation des quatre enseignements**, nous commencerons, dans le **premier enseignement**, par voir la sexualité dans la lumière du mystère de la rédemption et nous verrons dans la suite comment l'acte conjugal offre aux époux la possibilité de suivre un

³ C'est un fait qu'actuellement beaucoup de personnes et notamment de jeunes de bonne volonté ont le sentiment que dans l'Église, on sait ce qu'il ne faut pas faire, mais on ne sait pas ce qu'il faut faire. Notre conviction est que pour relever ce défi, il nous faut réédifier la morale comme une sagesse de vie.

⁴ Cette union au Dieu fait chair trouve sa perfection sur terre dans « l'union mystique » : « Le progrès spirituel tend à l'union toujours plus intime avec le Christ. **Cette union s'appelle "mystique", parce qu'elle participe au mystère du Christ par les sacrements** – " les saints mystères " – et, en Lui, au mystère de la Sainte Trinité. Dieu nous appelle tous à cette intime union avec lui, même si des grâces spéciales ou des signes extraordinaires de cette vie mystique sont seulement accordés à certains en vue de manifester le don gratuit fait à tous. » (CEC 2014).

⁵ Comme l'a rappelé Benoît XVI à la suite du Concile Vatican II dans *Sacramentum caritatis*, 17.

⁶ *Ibid.*

⁷ *Ibid.*, 71.

chemin d'humilité et d'abandon. Nous toucherons là la question de l'esprit de domination qui peut se glisser dans le « vouloir faire pour l'autre », un vouloir faire auquel l'homme est plus naturellement prédisposé. Pour **le deuxième enseignement**, nous verrons d'une manière complémentaire la question du désir et de l'union. Nous verrons là l'esprit de possession qui peut lui aussi se glisser dans l'amour quand il prend la forme d'une capacité à accueillir et d'une force unitive, ce qui est plus propre à la femme. Nous mettrons en évidence la manière dont l'acte conjugal offre un chemin d'espérance. Dans **le troisième enseignement** nous mettrons approfondirons la question du chemin de purification, de guérison et de maturation de l'*éros*. Nous mettrons en évidence la vertu de chasteté. **Le quatrième enseignement** sera consacré à l'Eucharistie elle-même. Nous essaierons de montrer comment nous pouvons profiter davantage de l'Eucharistie pour faire de notre vie tout entière une vie eucharistique.

I. LA SEXUALITÉ ET LE MYSTÈRE DE LA RÉDEMPTION

1. La question de la sexualité dans notre monde moderne

En abordant la question de la sexualité dans le couple nous abordons une question délicate et douloureuse. Elle est le lieu de beaucoup de frustration et de culpabilité cachée. Elle est devenue pour beaucoup **le point de fixation d'une revendication d'autonomie**, de liberté par rapport à toute forme de loi, d'interdits en réaction aussi aux différentes formes de dévalorisation de la corporéité présentes dans l'histoire du christianisme⁸. Non seulement la morale sexuelle de l'Église apparaît de plus en plus incompréhensible, mais elle est devenue synonyme d'aliénation, la forme la plus absurde d'un moralisme religieux empêchant l'homme de vivre « la plus belle chose de la vie »⁹, la source du bonheur. En réalité parce qu'elle est dans sa vérité la plus profonde **le signe d'une réalité qui la dépasse infiniment** et qu'elle rend visible de la manière la plus forte, celle de l'union mystique, la sexualité est sacrée aux yeux de l'Église. D'où l'importance particulière de la morale sexuelle dans le Magistère. C'est le chemin de l'homme vers Dieu qui est en jeu¹⁰. Dans un monde qui se ferme au mystère du Dieu Époux, **la sexualité ne fait plus sens vers rien**, elle s'affole, perd le sens et finit par se dénaturer en étant recherchée pour elle-même. Il n'est pas étonnant

⁸ Comme Benoît XVI l'a reconnu dans *Deus caritas est*, 5 : « Il n'est pas rare aujourd'hui de reprocher au christianisme du passé d'avoir été l'adversaire de la corporéité; de fait, il y a toujours eu des tendances en ce sens. »

⁹ Pour reprendre l'expression utilisée par Benoît XVI : « Selon Friedrich Nietzsche, **le christianisme aurait donné du venin à boire à l'éros** qui, si en vérité il n'en est pas mort, en serait venu à dégénérer en vice. Le philosophe allemand exprimait de la sorte une perception très répandue : l'Église, avec ses commandements et ses interdits, ne nous rend-elle pas amère la plus belle chose de la vie ? **N'élève-t-elle pas des panneaux d'interdiction** justement là où la joie prévue pour nous par le Créateur nous offre un bonheur qui nous fait goûter par avance quelque chose du Divin ? » (*Deus caritas est*, 3).

¹⁰ Alors que pour beaucoup Dieu n'a rien à voir avec la sexualité et l'Église rien à faire dans la chambre à coucher.

qu'elle se retrouve **à la fois exaltée et banalisée**¹¹, qu'elle n'arrive plus à trouver sa juste place dans la vie des hommes. Ainsi se vérifie dans notre monde athée ce que décrit saint Paul à propos des païens de son temps « livrés à des passions avilissantes »¹². Au-delà de la question de la perversion de la sexualité, beaucoup de couples ne vivent pas leur sexualité d'une manière heureuse et la laisse progressivement s'étioler. On repense aux avertissements prophétiques du Concile Vatican II à propos de la charité conjugale dépassant de loin « **l'inclination simplement érotique qui, cultivée pour elle-même, s'évanouit vite et d'une façon pitoyable.** »¹³

Avant de développer une sagesse pratique dans la lumière du Christ, il est bon de rappeler une évidence : **la manière dont se vit en profondeur**¹⁴ **l'acte conjugal reflète d'une manière subtile ou plus visible notre manière d'aimer.** L'*éros* ne constitue pas un monde à part comme un terrain de jeu. C'est d'abord deux personnes humaines âme et corps entrant en relation. Avant d'être une question de savoir faire, la sexualité s'inscrit donc à l'intérieur de ce long apprentissage qu'est celui de l'amour véritable. C'est pourquoi elle n'est **pas séparable du reste de la vie**, de la manière dont je suis en relation avec l'autre. Elle est simplement un lieu privilégié d'expression de l'amour et de vérification de sa qualité. Elle peut favoriser ainsi des prises de conscience, des « conversions ». Écouter le corps pour mieux comprendre ce qui se passe dans l'intime du cœur exige du temps. Beaucoup se découragent faute d'entrer dans **cette logique d'une construction lente et progressive.** On s'enferme dans la culpabilité et l'autodénigrement¹⁵, là où pourrait s'ouvrir le chemin d'un dialogue salutaire dans la confiance et l'humilité¹⁶. La manière dont la sexualité est présentée habituellement au cinéma ou dans les livres est trompeuse. C'est presque toujours le feu

¹¹ Comme le montre bien Benoît XVI : « **La façon d'exalter le corps, à laquelle nous assistons aujourd'hui, est trompeuse.** L'*éros* rabaisé simplement au "sexe" devient une marchandise, une simple "chose" que l'on peut acheter et vendre; plus encore, l'homme devient une marchandise. En réalité, cela n'est pas vraiment le grand oui de l'homme à son corps. Au contraire, l'homme considère maintenant le corps et la sexualité comme la part seulement matérielle de lui-même, qu'il utilise et exploite de manière calculée. Une part, d'ailleurs, qu'il ne considère pas comme un espace de sa liberté, mais comme quelque chose que lui, à sa manière, tente de rendre à la fois plaisant et inoffensif. En réalité, nous nous trouvons devant **une dégradation du corps humain, qui n'est plus intégré dans le tout de la liberté de notre existence**, qui n'est plus l'expression vivante de la totalité de notre être, mais qui se trouve comme cantonné au domaine purement biologique. » (*Deus caritas est*, 5).

¹² « Puisque, ayant connu Dieu, ils ne lui ont pas rendu comme à un Dieu gloire ou actions de grâces, mais ils ont perdu le sens dans leurs raisonnements et leur cœur inintelligent s'est enténébré (...) Aussi Dieu les a-t-il livrés selon les convoitises de leur cœur à une impureté où ils avilissent eux-mêmes leurs propres corps ; eux qui ont échangé la vérité de Dieu contre le mensonge, adoré et servi la créature de préférence au Créateur, qui est béni éternellement ! » (cf. Rm 1, 21-25).

¹³ *Gaudium et spes*, 49, §1.

¹⁴ En disant cela nous gardons présent à l'esprit le fait qu'il peut y avoir des blocages psychiques et qu'il va de soi qu'une femme frigide peut avoir peur sexuellement de l'homme, mais être très aimante. Nous nous situons aussi au-delà de l'aspect technique des choses, de la capacité à faire jouir physiquement l'autre, ce que des personnes perverses peuvent arriver à faire. Mais celui qui a une sensibilité du cœur éveillé ressentira au travers des réactions de son corps la fausseté de cet acte, le manque de respect et de délicatesse.

¹⁵ Du style : « Je ne suis pas capable de la rendre heureuse, et puisque je ne suis qu'un minable, je n'ai plus à me comporter que comme un minable. »

¹⁶ Dès le début de l'adolescence les garçons s'angoissent de leurs performances alors que les filles s'interrogent sur la souffrance), ces deux thématiques se retrouvant plus tard dans les couples

L'acte conjugal et la procréation

d'artifice, l'orgasme extraordinaire. Même si les gens savent que ce n'est pas la réalité, ça les travaille et ça les pousse à penser qu'ils ne sont pas normaux et à **rechercher désespérément des techniques**. Tel est le fruit amer de la divinisation de l'*éros* propre à notre époque. On présente la sexualité d'une manière fautive parce qu'on l'idolâtre. En refusant d'en voir et d'en accepter humblement les limites, on se barre la route d'un véritable chemin de guérison et de maturation. Dans cette vision de la sexualité coupée de sa véritable source, c'est aussi la relation au corps qui est en jeu au sens où nous l'avons vu précédemment. Celui-ci est considéré comme une « matière » neutre, malléable, dont je pourrais user librement sans me heurter à des fragilités, des résistances, des lois naturelles. La sexualité se trouve ainsi dissociée de ma personne et de ma vie. **La mentalité techniciste actuelle achève de maintenir l'homme dans l'illusion**, dans une fautive maîtrise de la relation sexuelle. On oublie l'unité de la personne, le primat du cœur et de cette passion première qu'est l'amour à l'origine de toutes les autres passions¹⁷ et donc aussi de tout notre comportement. **On commence dans la toute-puissance et l'on finit dans l'impuissance.**

Essayons de voir maintenant comment sortir de cette impasse. Posons-nous la question de savoir comment dans ce contexte trouver dans l'acte conjugal un terrain privilégié de conversion et d'union à Dieu. Plus précisément essayons de voir comment le Christ nous libère de cette mentalité techniciste en ouvrant un chemin d'humilité sur le terrain de l'acte conjugal.

2. Nous laisser sauver de notre orgueil par le Christ sur le terrain de la sexualité

Nous avons vu la dernière fois comment l'homme veut aimer pour être aimé et la femme veut être aimée pour aimer. Il n'est pas étonnant que l'homme soit **plus tenté par la performance**, la prouesse technique censée répondre au besoin d'être aimé de l'autre. Son vouloir aimer, en effet, prend spontanément la forme d'un faire pour l'autre. C'est la raison pour laquelle il est plus facilement prêt à passer à l'acte, même s'il n'y a pas eu de vrai temps d'accueil et d'échange. Il s'agit de conquérir l'autre. En réalité, son amour n'est pas pur comme il le voudrait, il s'y mêle une secrète recherche de lui-même, le besoin de se prouver sa capacité d'aimer en « faisant » bien l'amour. Pris par le faire, il peut donner son corps sans ouvrir son cœur. Il peut plus facilement se laisser contaminer par un **esprit de domination**. La femme, elle, a plus le sens de l'accueil, de la communion. Elle est en ce sens plus proche de la forme première de l'amour comme ouverture à l'autre et force unitive. Néanmoins elle risque laisser cette soif d'union dégénérer en une soif de posséder et d'être possédée. Pour se donner en recevant l'homme dans son corps elle a besoin de se sentir aimée et pour cela de marques d'attention concrètes auxquelles l'homme n'attache pas toujours suffisamment d'importance. Elle peut se laisser obséder par le besoin de plaire ou plutôt de se rassurer sur sa capacité à plaire, à être aimée. C'est une autre forme de recherche de soi et de regard sur soi. S'ajoute à

¹⁷ Comme l'explique le catéchisme, « La passion la plus fondamentale est l'amour provoqué par l'attrait du bien. L'amour cause le désir du bien absent et l'espoir de l'obtenir. Ce mouvement s'achève dans le plaisir et la joie du bien possédé. L'appréhension du mal cause la haine, l'aversion et la crainte du mal à venir. Ce mouvement s'achève dans la tristesse du mal présent ou la colère qui s'y oppose. » (CEC 1765) si bien que " **les passions sont mauvaises si l'amour est mauvais, bonnes s'il est bon** " (S. Augustin, civ. 14, 7) » (CEC 1766). Et donc le comportement aussi.

L'acte conjugal et la procréation

cela le fait qu'influencée par l'activisme ambiant ou en réaction à la violence de l'homme, la femme a tendance actuellement à sortir de la réceptivité, à rechercher elle-même plus la maîtrise des choses que la communion. Si elle ne sait plus se laisser aimer et cherche à tenir les rênes, l'homme ne sait plus se situer. **L'acte conjugal peut se réduire alors à la rencontre de deux « moi » égocentriques et dominateurs** qui se heurtent et se blessent.

En assumant un corps semblable au nôtre dans un mouvement d'abaissement, le Fils a ouvert une nouvelle relation au corps. En lui l'homme peut se réconcilier avec sa condition de créature corporelle, accepter de dépendre de Dieu¹⁸. Il peut trouver dans tout ce que le limite et le conditionne le chemin d'un humble et confiant abandon à son Père du ciel¹⁹. Autrement dit par son obéissance jusqu'à la mort, il nous donne **la force de mourir à notre moi dominateur** comme aussi d'ailleurs à notre moi possessif par son dépouillement total. Ainsi nous « sommes sanctifiés par l'oblation du corps de Jésus Christ » (Hb 10, 10). Il **attend l'homme et la femme sur le terrain de la sexualité pour les purifier** dans leur « vouloir aimer » et « vouloir être aimé ». Il y a tellement de manières dont l'homme et la femme touchent du doigt leur fragilité et leur petitesse dans l'acte conjugal. La rencontre des corps laisse ressortir la faiblesse humaine. Ce peut être le manque de désir, d'élan, la répercussion du stress, de la fatigue, des préoccupations, le poids des blessures psychiques dans le comportement concret... **La sexualité offre ainsi un chemin d'humilité**. Et sur ce chemin les époux ne sont pas seuls, le Christ les accompagne pour les aider à trouver dans cette expérience de leur faiblesse le chemin de sanctification de leur amour, un chemin d'élévation : « Qui s'abaisse sera élevé ». Là est **le chemin de rédemption le plus radical**. Il est bon de se rappeler ici que la racine de tous les péchés et donc de tous les désordres, c'est l'orgueil. S'il ne se reçoit pas d'abord de Dieu dans une adoration filiale, l'homme ne peut trouver le chemin de l'amour véritable. Celui-ci est un don. L'homme est tenté dès l'origine de s'élever lui-même par lui-même en aimant par lui-même. Il est tenté de se prouver à lui-même qu'il est capable d'aimer et de combler l'autre, capable aussi de le séduire et de l'attacher à soi. Cela se reflète fortement dans l'acte conjugal. Ainsi **les choses se jouent à un niveau plus profond que la seule question d'une recherche égoïste du plaisir**. C'est l'orgueil plus que la cupidité. Bienheureuse fragilité des corps, qui appelle l'homme et la femme à suivre le Christ sur le chemin de l'humilité. Essayons de voir maintenant comment les époux peuvent trouver un chemin non seulement d'humilité mais d'abandon filial dans l'acte conjugal, comment **celui-ci offre même un terrain tout à fait privilégié d'exercice d'abandon à Dieu**.

¹⁸ Pour reprendre les expressions de Benoît XVI, « lorsqu'on le (le corps) détache de son sens filial, de son lien avec le Créateur, le corps se rebelle contre l'homme, il perd sa capacité de faire transparaître la communion et devient le terrain de l'appropriation de l'autre. »¹⁸ C'est pourquoi en dehors d'un esprit filial, les corps ne peuvent s'ajuster et s'harmoniser en vérité.

¹⁹ Nous avons vu dans l'enseignement sur la théologie du corps que Dieu a voulu l'homme comme un esprit incarné pour l'élever à cette vocation sublime de fils adoptif dans le Fils unique. Nous avons vu comment sa fragilité liée à sa condition corporelle constituait pour lui **un chemin d'élévation dans l'humilité, la confiance et l'abandon**. Là est le secret de l'amour véritable : se laisser rejoindre dans sa petitesse, sa pauvreté par l'amour pur et gratuit de Dieu pour devenir capable d'aimer nous-même d'un amour pur et gratuit.

3. Vivre l'acte conjugal comme un chemin d'abandon filial

« Que le mari s'acquitte de son devoir envers sa femme, et pareillement la femme envers son mari. La femme ne dispose pas de son corps, mais le mari. Pareillement, le mari ne dispose pas de son corps, mais la femme. » (2 Co 7, 3-4). Ces paroles peuvent paraître liées à une époque révolue où l'on parlait de « devoir conjugal » là où l'homme moderne ne veut voir que l'expression de la passion amoureuse. En réalité elles nous rappellent le secret de l'amour véritable. L'homme ne peut sortir de lui-même, vivre l'extase véritable qu'en s'abandonnant humblement à l'amour premier de Dieu pour lui. Se laisser toucher par l'amour pur et gratuit de Dieu pour devenir capable d'un vrai don de soi. Cet idéal d'une passion amoureuse pour Dieu me rendant capable d'un don désintéressé de moi-même à l'autre peut sembler bien loin de la réalité concrète et de toute façon inaccessible. Mais en réalité **le « se laisser aimer » par Dieu peut prendre une forme simple et discrète : l'obéissance filiale**. Dieu donne l'Esprit Saint, son Esprit d'Amour, à ceux qui lui obéissent. Nous pouvons vivre nos actes d'obéissance à Dieu comme la première manière de nous laisser aimer, de nous disposer au don de la charité divine. « Je suis la servante du Seigneur, qu'il me soit fait selon ta parole. » Le mariage est une mission, un service. Il est fait pour être vécu tout entier comme une réponse à l'appel de Dieu, à son dessein éternel sur l'homme et la femme²⁰. Ce qui pourrait sembler en contradiction avec la logique de l'*éros* devient ici le chemin d'une vraie et profonde harmonie sexuelle.

En m'abandonnant à Dieu dans l'obéissance à sa sainte volonté, je me dessaisis de moi-même et je me rends disponible pour me donner à l'autre, ne plus m'appartenir **sans pour autant m'aliéner au sens où c'est à Dieu et à lui seul que je m'abandonne**²¹. Chacun sent et expérimente qu'il y a une détente, un dessaisissement de soi qui est nécessaire pour une véritable harmonie. La volonté de maîtrise des choses ne peut qu'exercer une certaine violence sur l'autre même si elle est enveloppée d'un savoir-faire raffiné. En touchant au sexe, on touche au cœur. Rien de plus délicat, même s'il peut devenir un cœur de pierre, apparemment insensible. L'humble abandon à Dieu nous communique la force d'avancer sur le chemin du renoncement à notre volonté propre, à notre pouvoir propre, à nos faux appuis en nous-mêmes. L'homme et la femme peuvent ainsi s'épouser « avec **ce grand respect qui est le sceau des amours authentiques** »²²

L'acte conjugal n'est plus alors « le terrain de l'appropriation de l'autre », mais le lieu d'un « se lâcher soi-même » qui devient lâcher prise, détente, disponibilité, accueil, respect, bref tout ce qui rend possible l'harmonie et l'enlacement des corps. Sinon je peux toujours vouloir

²⁰ Comme Jésus nous le rappelle dans l'Évangile : « N'avez-vous pas lu que le Créateur, dès l'origine, les fit homme et femme, et qu'il a dit: Ainsi donc l'homme quittera son père et sa mère pour s'attacher à sa femme, et les deux ne feront qu'une seule chair ? » (Mt 19, 4-5).

²¹ Comme nous le verrons par la suite, le fait de vivre dans l'abandon à Dieu le don de soi permet de tracer en même les limites de ma réponse à ses attentes. Je ne cherche pas d'abord à lui plaire, mais à plaire à Dieu. Je garde ma liberté de conscience et de jugement.

²² Benoît XVI, homélie du 18 mars 2009 pour les vêpres dans la Basilique Marie Reine des apôtres à Yaoundé.

lâcher prise par moi-même, mais mon corps ne suit pas²³. On se retrouve tendu intérieurement à être détendu. D'une autre manière disons que l'abandon filial à Dieu dilate notre cœur, le fortifie. Il redevient le centre unificateur de notre être, le lieu « **où l'esprit devient corps²⁴ et le corps devient esprit** ; où volonté, sentiment et intellect s'unissent dans la connaissance de Dieu et dans l'amour pour lui »²⁵. Nous sommes faits pour Dieu dans tout notre être. On n'est vraiment soi-même, vraiment naturel que dans la relation aux Personnes divines²⁶. Disons enfin que dans l'abandon filial à Dieu se trouve l'équilibre entre le donner et le recevoir. L'abandon à Dieu est un se laisser aimer dans une obéissance active²⁷. Je m'abandonne concrètement à Dieu en « faisant la vérité » que Dieu met dans mon cœur, en devenant esclave de l'obéissance à la justice. Je me laisse faire en faisant et je fais en me laissant faire. Je ne poursuis plus de projet ni d'idéal. Je peux recevoir de l'autre en le recevant de Dieu et lui donner en obéissant activement à Dieu.

II. SUIVRE UN CHEMIN D'HUMILITÉ ET D'ABANDON

1. Suivre un chemin d'abandon dans l'obéissance à la loi morale

Ce chemin de l'obéissance filiale que le Christ nous ouvre par sa passion peut et doit se vivre dans notre vie concrète. La disponibilité à renoncer à sa volonté propre peut et doit se vivre d'abord d'une manière concrète dans **la soumission aux commandements de Dieu** à commencer par la loi naturelle au sens où nous l'avons vu dans la théologie du corps. C'est là qu'il est bon de nous rappeler qu'il y a des comportements qui favorisent l'accueil de l'autre et le don de soi et d'autres qui ne le favorisent pas. Il y a des actions concrètes qui

²³ Il n'y a pas de véritable abandon, lâcher prise que face à Dieu. En dehors d'un acte de confiance en l'amour premier de Dieu, je reste tendu au fond de mon cœur pour parvenir à un état d'abandon par mes propres forces.

²⁴ Au sens où le corps c'est-à-dire aussi notre comportement extérieur devient la pure expression de la vie de l'esprit.

²⁵ Comme l'explique Benoît XVI : « Après la Liturgie de la Parole, au début de la Prière eucharistique durant laquelle le Seigneur vient au milieu de nous, l'Église nous adresse l'invitation: "*Sursum corda* – Élevons notre cœur !" Selon la conception biblique et la façon de voir des Pères, le cœur est le centre de l'homme où s'unissent l'intellect, la volonté et le sentiment, le corps et l'âme. **Ce centre, où l'esprit devient corps et le corps devient esprit** ; où volonté, sentiment et intellect s'unissent dans la connaissance de Dieu et dans l'amour pour lui. Ce "cœur" doit être élevé. Mais encore une fois: tout seuls, nous sommes trop faibles pour élever notre cœur jusqu'à la hauteur de Dieu. Nous n'en sommes pas capables. Justement **l'orgueil de pouvoir le faire tout seuls nous tire vers le bas** et nous éloigne de Dieu. Dieu lui-même doit nous tirer vers le haut, et c'est ce que le Christ a commencé sur la Croix. **Il est descendu jusqu'à l'extrême bassesse de l'existence humaine, pour nous tirer en haut** vers lui, vers le Dieu vivant. Il est devenu humble, nous dit la deuxième Lecture d'aujourd'hui. Ainsi seulement notre orgueil pouvait être surmonté: l'humilité de Dieu est la forme extrême de son amour, et cet amour humble attire vers le haut. » (Homélie de la messe du dimanche des Rameaux, le 17.04.2011).

²⁶ Rappelons-nous l'enseignement du Concile : « si l'homme existe, c'est que Dieu l'a créé par amour et, par amour, ne cesse de lui donner l'être; et l'homme ne vit pleinement selon la vérité que s'il reconnaît librement cet amour et s'abandonne à son Créateur. » (*Gaudium et spes*, 19).

²⁷ Il ne faut pas confondre l'abandon avec une forme de laisser aller ou de passivité paresseuse.

conviennent et d'autres qui ne « conviennent pas » (cf. Rm 1, 28), qui constituent un langage objectivement contradictoire avec l'amour. **On ne peut dissocier notre vie intérieure de notre comportement corporel.** C'est cela que notre monde a du mal à saisir parce que, pour reprendre les expressions de Benoît XVI, le corps humain « n'est plus intégré dans le tout de la liberté de notre existence, n'est plus l'expression vivante de la totalité de notre être, mais se trouve comme cantonné au domaine purement biologique ». En réalité tant que nous ne sommes pas parvenus à un abandon total laissant la charité divine nous mouvoir et nous inspirer²⁸, nous ne pouvons pas nous laisser aller dans notre comportement. Il y a **une vigilance à garder** non seulement par rapport aux mouvements intérieurs de notre cœur, mais **par rapport à notre comportement** pour trouver le geste juste au moment juste ou plus exactement pour éviter le geste non ajusté. Autrement dit si nous nous sentons tendus et enfermés en nous-mêmes, **faisons attention à notre conduite** sans nous fier à notre bonne intention : « Ainsi prenez bien garde à votre conduite ; qu'elle soit celle non d'insensés mais de sages... » (Ép 5, 15). Ne nous laissons pas entraîner par les convoitises de la chair : « Ne vous laissez pas modeler par vos passions de jadis... Mais, à l'exemple du Saint qui vous a appelés, **devenez saints, vous aussi, dans toute votre conduite** » (1 P 1, 14-15).

À ce sujet, actuellement **beaucoup sont aveuglés²⁹ par rapport à la valeur morale objective de certaines actions.** Ils font « ce qui ne convient pas » en pratiquant des actes « contre-nature » comme la masturbation à deux, la fellation ou à la sodomie. À la différence des animaux, Dieu a créé l'homme et la femme pour qu'ils s'unissent physiquement dans un face à face signifiant la rencontre de deux personnes dans leur égale dignité. **Dans l'acte conjugal l'homme et la femme sont appelés à se connaître l'un l'autre dans leur différence telle qu'elle s'exprime à travers leur corps.** Ils ne peuvent s'accueillir et se donner pleinement l'un à l'autre que dans le respect de cette différence signifiée d'abord par les organes génitaux. L'ouverture inscrite dans le corps de la femme est le signe de la particulière capacité naturelle qu'elle a de se laisser aimer. En s'unissant à elle par cette ouverture, l'homme l'épouse dans sa féminité, il se laisse accueillir par elle sans l'abaisser. De la même manière la femme reçoit l'homme dans sa masculinité³⁰. La sagesse consiste ici à **vivre l'obéissance à la loi naturelle comme un acte concret d'abandon à Dieu** au-delà d'une recherche de perfection morale. C'est de cette manière-là d'abord que nous pouvons « offrir nos corps en hostie vivante, sainte et agréable à Dieu » (cf. Rm 12, 1). Par notre

²⁸ « Laissez-vous mener par l'Esprit et vous ne risquerez pas de satisfaire la convoitise charnelle. » (Ga 5, 16). Là les gestes viennent d'eux-mêmes, les choses se font naturellement et simplement.

²⁹ Saint Paul montre que cette « **insensibilité** » par rapport à la signification propre des gestes que l'on pose est lié à (cf. Ép 4, 19) est due à l'ignorance de Dieu (cf. Ép 4, 18).

³⁰ On peut se rappeler ici les paroles de sagesse prononcées par Benoît XVI en Allemagne : « L'importance de l'écologie est désormais indiscutée. Nous devons écouter le langage de la nature et y répondre avec cohérence. Je voudrais cependant aborder avec force un point qui aujourd'hui comme hier est –me semble-t-il- largement négligé : **il existe aussi une écologie de l'homme.** L'homme aussi possède une nature qu'il doit respecter et qu'il ne peut manipuler à volonté. L'homme n'est pas seulement une liberté qui se crée de soi. L'homme ne se crée pas lui-même. Il est esprit et volonté, mais il est aussi nature, et **sa volonté est juste quand il respecte la nature, l'écoute et quand il s'accepte lui-même pour ce qu'il est,** et qu'il accepte qu'il ne s'est pas créé de soi. C'est justement ainsi et seulement ainsi que se réalise la véritable liberté humaine. » (Discours au Reichstag à Berlin, le 22 septembre 2011).

participation à l'Eucharistie laissons Jésus nous entraîner dans son offrande au Père. Même si on a l'impression de le vivre sans amour d'une manière contrainte, il faut penser que cet acte d'obéissance sec et nu est un sacrifice véritable qui nous ouvre au don de la charité divine c'est-à-dire aussi à la lumière³¹. « Par l'obéissance à la vérité, vous avez purifié vos âmes, pour vous aimer sans hypocrisie... » (1 P 1, 22). Tout dépend l'esprit dans lequel on vit l'obéissance à la loi morale de l'Église.

2. Suivre un chemin d'abandon dans l'accueil de l'autre et des circonstances

« **Soyez accueillants les uns pour les autres**, comme le Christ le fut pour vous. » (Rm 15, 7). On peut vivre aussi un chemin concret d'abandon filial **dans l'accueil et l'écoute de l'autre**. Il y a toute une attention à ses attentes, à ses besoins qui peut et doit être non pas comme un préalable nécessaire pour parvenir à ses fins moyennant une bonne technique de communication, mais comme l'occasion de se remettre entre les mains du Père en étant prêt à renoncer à notre propre désir. Peut-être n'est pas le moment pour l'autre ? Peut-être Dieu nous invite-t-il à vivre la communion des cœurs d'une autre manière ? Rien par force... Si nous renonçons à notre volonté de puissance en lâchant nos calculs et nos tactiques, quelque chose peut s'ouvrir dans notre cœur et la charité divine peut passer comme un puissant fleuve d'eau vive. La vraie force de transformation est dans notre abandon et non pas dans nos manipulations plus ou moins subtiles. **Dans la patience de l'écoute, notre « moi » dominateur se brise**. L'autre peut alors être touché en profondeur et s'ouvrir intérieurement, être libéré de ses propres blocages. Le cœur parle au cœur. On entre dans un vrai dialogue en profondeur au-delà des faux-semblants liés à la peur des réactions de l'autre³². Chacun peut se livrer en parole avant de se livrer corporellement, se mettre à nu spirituellement avant de se mettre à nu physiquement. Les esprits et les cœurs s'ajustent si bien que les corps peuvent s'ajuster à leur tour librement et spontanément dans la lumière d'un amour vrai. Et cet ajustement des corps vient couronner l'ajustement des cœurs.

Comprenons-le bien : le fait de **vivre cet ajustement des corps dans l'abandon filial nous préserve d'une livraison de soi au conjoint aliénante et avilissante**. Nous ne le laissons pas faire n'importe quoi avec notre corps, nous ne nous laissons pas entraîner au péché par lui parce que nous nous unissons à lui dans l'obéissance aux commandements de Dieu. L'abandon à Dieu donne tout à la fois la force de lâcher prise et de résister avec délicatesse et compassion là où notre conscience nous avertit que ce n'est pas conforme à la loi divine. Et il faut parfois beaucoup de force pour ne pas se laisser entraîner au péché parce que dans ce domaine-là, très facilement le péché de l'un entraîne le péché de l'autre. On se fait piéger par

³¹ Autrement dit il ne faut pas attendre de comprendre pour obéir, mais il faut **commencer par obéir pour devenir capable de comprendre** : « qui accomplit la volonté de Dieu en est éclairé » (cf. Ps 110 (111), 10). Comme le dit le Siracide à propos de la sagesse : « Écoute, mon fils, accueille ma pensée, ne rejette pas mon conseil. **Engage tes pieds dans ses entraves et ton cou dans son collier**. Présente ton épaule à son fardeau, ne sois pas impatient de ses liens. (...) Car à la fin tu trouveras en elle le repos et pour toi elle se changera en joie. Ses entraves te deviendront une puissante protection, ses colliers une parure précieuse. (...) Si tu le veux, mon fils, tu t'instruiras et **ta docilité te vaudra l'intelligence**. » (Si 6, 23-25.27-29.32).

³² Même si la société actuelle prône un langage « libéré », c'est un fait que beaucoup de couples n'osent pas risquer le dialogue sur ce terrain-là si délicat.

le désir de plaire à l'autre au lieu de se remettre d'abord devant l'adorable volonté divine. Rappelons-nous qu'aimer l'autre, ce n'est pas chercher à lui faire plaisir, mais rechercher son vrai bien en se remettant d'abord devant le dessein de Dieu pour lui. **Pour aimer l'autre en vérité, je dois l'aimer dans la vérité du dessein divin.** Pas de vraie communion sans obéissance à la vérité.

« 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). Disons d'une manière plus large que pour suivre Jésus dans son abandon au Père et nous laisser conduire par son Esprit d'Amour, il nous faut non seulement accueillir l'autre, mais **accueillir toute chose de la main du Père en entrant dans la logique de la croix.** C'est par elle que nous pouvons aller jusqu'au bout du renoncement à nous-mêmes. La croix, il ne faut pas aller la chercher très loin, elle peut être simplement dans un corps bedonnant ou vieillissant comme aussi aux limites physiques ou psychiques de notre nature humaine marquée par les conséquences du péché originel. Elle peut prendre aussi la forme d'un handicap lié à la maladie sans oublier toutes les contradictions de la vie, les obstacles extérieurs ou intérieurs. Chacun sait le poids du stress, des préoccupations qui nous rendent indisponibles à l'autre. Elle peut être aussi dans la différence de l'autre dans la mesure où celle-ci demeure incompréhensible. Il y a tant de choses qui peuvent nous faire souffrir chez l'autre à son insu. Jésus a assumé tout le poids de la misère humaine sur la Croix. Tous ces obstacles à l'accomplissement de nos désirs légitimes **deviennent en lui l'occasion d'un abandon plus profond de nous-même au Père** et à son amour miséricordieux dans le renoncement à notre « vouloir aimer » ou « vouloir être aimé ». Comme nous l'avons vu dans la théologie du corps, la pleine possession de notre corps, sa spiritualisation, passe par l'humble acceptation de ses limites. On peut ainsi toujours rebondir dans l'humilité³³.

3. Suivre un chemin d'abandon dans une confiance aveugle en la miséricorde divine

Il est bon ici de rappeler que l'amour avec lequel le Christ nous a aimés sur la Croix est un amour qui a assumé tout le mal du péché jusque dans ses conséquences les plus intimes c'est-à-dire dans la tristesse et l'angoisse qu'il provoque en nous. Le péché, en effet, nous sépare de Dieu, de nous-mêmes et des autres et c'est pourquoi il possède une telle puissance de destruction : « Oui, détresse et angoisse pour tout homme qui fait le mal » (Rm 2, 9). Aussi dans l'expérience de la tristesse et du dégoût que nous pouvons éprouver juste après la jouissance éphémère du péché, le Christ nous attend. Il peut et veut nous rejoindre là. Il nous appelle à **profiter de cette tristesse pour revenir vers lui** dans un acte d'humilité et d'offrande de notre misère à son amour miséricordieux. Nous ne sommes pas condamnés à rester enfermés dans la culpabilité, nous pouvons rebondir tout de suite³⁴. N'oublions pas

³³ Ce chemin d'humilité va de pair avec un chemin de vérité. Les réactions du corps sont là pour nous y aider. Comme nous l'avons vu, le corps est révélateur de notre vie intérieure. Il l'est plus encore dans l'acte sexuel qui touche à ce qu'il y a de plus intime en nous.

³⁴ Comme la petite Thérèse nous en a donné l'exemple : « Quand j'ai commis une faute qui me rend triste, **je sais bien que cette tristesse est la conséquence de mon infidélité.** Mais, croyez-vous que j'en reste là ?! Oh ! non, pas si sotte ! Je m'empresse de dire au bon Dieu : Mon Dieu, **je sais que ce sentiment de tristesse, je l'ai mérité, mais laissez-moi vous l'offrir tout de même,** comme une

L'acte conjugal et la procréation

qu'il y a « plus de joie dans le ciel pour un pécheur qui se repent que pour quatre-vingt-dix-neuf justes qui n'ont pas besoin de repentir » (Lc 15, 7). Inversement le manque de confiance en sa miséricorde blesse bien plus le cœur de Dieu que nos péchés de faiblesse.

épreuve que vous m'avez envoyée par amour. Je regrette mon péché, mais je suis contente d'avoir cette souffrance à vous offrir. » (CJ 3.7.2).