

## Chapitre VI

### SORTIR DE L'ENFERMEMENT MENTAL

#### Introduction

Nous avons montré, la dernière fois, la manière dont nous devons demeurer à l'écoute de notre cœur pour un véritable discernement spirituel. Nous voudrions maintenant mettre en évidence ce qui fait obstacle à **un senti intérieur du cœur**.

#### 1. Le drame d'une vie centrée sur soi

« Et il (le Christ) est mort pour tous, afin que les vivants ne vivent plus centrés sur eux-mêmes (pour eux-mêmes), mais centrés sur celui (pour celui) qui est mort et ressuscité pour eux » (2 Co 5, 15). Nous sommes sur terre pour passer d'une vie « pour nous-mêmes » à une vie « pour le Christ », d'une vie « centrée sur nous-mêmes » à une vie « centrée sur Dieu ». L'homme pécheur est bien essentiellement un homme centré sur lui-même, incapable de s'ouvrir réellement à Dieu et aux autres malgré l'intention qu'il peut en avoir. Il se cherche continuellement lui-même, à défaut de pouvoir se voir et s'aimer lui-même en Dieu. Il vit à la traîne de son ego, d'une image de lui-même à laquelle il se raccroche désespérément et en laquelle il aimerait pouvoir se complaire comme le pharisien de la parabole : « Mon Dieu, je te rends grâce de ce que je ne suis pas comme le reste des hommes, qui sont rapaces, injustes, adultères, (...) » (cf. Lc 18, 11). Enfermé dans cette recherche de lui-même, il ne peut s'ouvrir à la réalité profonde des choses, ni se mettre à leur écoute et, finalement, en voir la vérité dans la lumière de Dieu. Même s'il jouit de ses cinq sens externes, il demeure fondamentalement « sourd » et « aveugle » : « Vous ne comprenez donc pas encore et vous ne saisissez pas ? Avez-vous donc l'esprit bouché, des yeux pour ne point voir et des oreilles pour ne point entendre ? » (cf. Mc 8, 17-18). Il est incapable d'entrer dans le réalisme de l'intelligence capable de toucher le tréfonds de la réalité elle-même.

Au lieu de nous ouvrir à Dieu, de Le chercher en tout pour voir tout en Lui, nous nous recherchons ainsi sans cesse nous-mêmes. Au lieu de nous laisser mener par l'Esprit de Vérité au travers des signes qu'Il nous donne de voir et d'entendre, nous vivons « **selon nos convoitises charnelles** (celles de notre moi égoïste), **servant les volontés de la chair et de nos raisonnements** » (cf. Ép 2, 3). Au lieu de nous faire dociles aux choses en lâchant prise au niveau de nos désirs propres, nous sommes sans cesse déçus de ce que les personnes ne soient pas comme nous pensons qu'elles devraient être, de

ce que les choses n'aillent pas comme nous pensons qu'elles devraient aller<sup>1</sup> selon les desseins secrets de notre moi, selon nos vaines espérances. « **Nous tâtonnons comme des aveugles** cherchant un mur, comme privés d'yeux nous tâtonnons. **Nous trébuchons en plein midi** comme au crépuscule, parmi les bien portants nous sommes comme des morts. **Nous grognons tous comme des ours**, comme des colombes nous ne faisons que gémir » (cf. Is 59, 10-11). Nous sommes incapables de nous ouvrir au mystère dont les réalités sont porteuses, de déchiffrer les signes que Dieu nous fait à travers elles. Nous butons sur les choses sans pouvoir nous accorder à elles, sans pouvoir accueillir la grâce que Dieu veut nous faire à travers elles, lui qui « fait tout concourir au bien de ceux qui l'aiment » (cf. Rm 8, 28). « Vous demandez et ne recevez pas parce que vous demandez mal, afin de dépenser pour vos passions » (Jc 4, 3). Nous vivons dans **un état de frustration et de tension permanentes** faute de pouvoir consentir vraiment à ce qui est, au rien que nous sommes, dans un abandon total à Dieu et à son amour gratuit pour nous.

Telle est notre condition d'hommes pécheurs : « Comme ils n'ont pas jugé bon de garder la vraie connaissance de Dieu, **Dieu les a livrés à leur esprit sans jugement, pour faire ce qui ne convient pas (...)** » (Rm 1, 28). Comment pourrions-nous faire ce qui convient, c'est-à-dire trouver l'attitude juste, nous ajuster aux choses, alors que nous sommes dans une continuelle poursuite de ce que nous imaginons devoir arriver à faire ou à être ? Il n'y a pas de place pour une obéissance aux signes sans la foi et l'espérance. Dans nos actions, même apparemment les plus désintéressées, nous nous projetons continuellement à notre insu, à la recherche d'une image de nous-mêmes en laquelle nous puissions nous glorifier : « **Toutes leurs œuvres, ils les font pour être regardés par les hommes** » (cf. Mt 23, 5). Nous nous retrouvons enfermés dans un « devoir être », un « devoir faire »<sup>2</sup> que nous pensons vivre « pour Dieu », pour faire sa volonté, mais qui, en réalité, est contaminé par cette honteuse recherche de soi. Tant que nous ne sommes pas libres, **libres par rapport à ce besoin de plaire**, d'avoir une place, d'être reconnus, **par rapport à toutes sortes de liens affectifs**, nous ne pouvons pas réellement servir Dieu dans la justice et la vérité : « Si je voulais encore plaire à des hommes, je ne serais pas serviteur du Christ » (cf. Ga 1, 10).

## 2. Le danger de rester enfermé dans son univers mental

« **Si quelqu'un estime être quelque chose, alors qu'il n'est rien, il se fait illusion** » (cf. Ga 6, 3) Il est important ici de comprendre que cet enfermement en nous-mêmes, cette fermeture à Dieu et au réel favorise la création d'un univers intérieur – celui de notre subjectivité construit par notre imagination<sup>3</sup> et, plus radicalement, par notre moi

---

<sup>1</sup> Nous ne sommes pas faits pour vivre selon les désirs inspirés par notre moi, mais pour « vivre selon la vérité » (cf. Ép 4, 15), en « mettant notre joie dans la vérité » (cf. 1 Co 13, 6), c'est-à-dire dans ce qui est conforme à la volonté de Dieu.

<sup>2</sup> Qui trouve sa forme commune dans **le perfectionnisme**.

<sup>3</sup> Au sens où par exemple il est dit dans l'Apocalypse : « **Tu t'imagines** : me voilà riche, je me suis enrichi et je n'ai besoin de rien ; (...) » (cf. 3, 17).

fait de représentations et d'idées, d'images et de souvenirs<sup>4</sup>. Nous avons nos certitudes, nos conceptions des choses et de la vie. À défaut de voir la réalité telle qu'elle est dans sa vérité profonde, **nous avons des idées** sur elle et nous y sommes attachés. Nous avons une image des autres et, par-dessus tout, une image de nous-mêmes à laquelle nous tenons plus que tout. Nous cherchons à comprendre les réalités nouvelles qui s'offrent à notre regard non à partir d'une humble écoute, mais à partir de nos « connaissances », de nos représentations antérieures. Nous procédons donc par opposition ou assimilation ou, du moins, par comparaison ; nous possédons nos catégories qui nous permettent de ranger les choses et les personnes<sup>5</sup>. **Nous jugeons ainsi subjectivement**, à partir de notre petit monde intérieur, sans passer par une réelle écoute du cœur. Notre connaissance s'appuie non pas tant sur notre perception des choses que sur nos idées<sup>6</sup>. Elle tend à fonctionner en système fermé<sup>7</sup>, nous faisant jouir d'une illusoire autonomie : nous avons des idées sur tout, nous parlons de tout, nous raisonnons sur tout à partir de cet univers mental produit par nous « où nous nous sentons roi et maître »<sup>8</sup>. Nous avons **l'illusion de maîtriser notre vie**, de maîtriser les choses, les situations en jetant sur elles le filet de nos représentations mentales.

Certes, nous continuons à voir et à entendre les choses par nos sens externes, nous sommes influencés par tout ce que nous recevons ainsi de l'extérieur, mais toutes ces perceptions se retrouvent comme **systématiquement interprétées** selon notre univers subjectif, c'est-à-dire aussi **selon les convoitises de notre moi qui demeure ainsi le centre autour duquel tout tourne**. Sans en avoir conscience, nous jugeons tout en fonction de nous-mêmes, de nos désirs, de nos prétentions secrètes, de l'image que nous nous sommes construite de nous-mêmes. Nous n'arrivons pas à laisser les choses descendre dans notre cœur, à les « méditer dans notre cœur » (cf. Lc 2, 19) pour en voir la vérité. Nous n'arrivons plus, du fait même, à toucher le réel avec notre intelligence au travers de la perception de nos sens. **Il n'y a plus de place pour un senti intérieur des choses**. Par là même, plus de place non plus pour une intelligence du cœur capable de voir. Nous devenons « insensés » : **nous perdons le sens du réel**,

---

<sup>4</sup> Nous reprenons ici des expressions du Père Thomas Philippe, utilisées notamment dans *La vie cachée de Marie*, Éd. L'Arche - La Ferme).

<sup>5</sup> Comme le fait remarquer le Père Thomas : « En face de chaque personne, si nous évitons les préjugés, nous pouvons très souvent découvrir une personne tout à fait unique que l'on ne peut assimiler à aucune autre. Chaque personne nous apporte un reflet nouveau de Dieu. Si nous cherchons à la connaître par l'imagination, inévitablement nous recourons à des rapprochements ou des oppositions : "Elle n'est pas comme une telle !" ou "Oh ! elle est bien comme celle-là !" ». Notre connaissance affective imaginative aime assimiler ou opposer. Mais ni d'un côté ni de l'autre, nous n'atteignons vraiment la réalité » (*L'âge adulte*, chap. III, § La présence du cœur).

<sup>6</sup> Alors que Dieu, dans sa sagesse, a voulu que la vie de notre intelligence dépende avant tout de nos sens, de notre sensibilité externe et interne face au réel et, seulement d'une manière seconde, de notre imagination et de notre mémoire.

<sup>7</sup> Jamais entièrement heureusement, sinon ce serait de la « folie pure » qui n'existe pas à proprement parler.

<sup>8</sup> Selon l'expression si juste et profonde du Père Thomas Philippe dans *La vie cachée de Marie*, chap. II, § La pauvreté en esprit, p. 39, Éd. L'Arche - La Ferme).

de la réalité des choses<sup>9</sup>. Autrement dit, nous n'arrivons pas à nous ouvrir à la présence et à la réalité profonde des choses, des autres et de Dieu parce que nous restons enfermés dans nos représentations et nos idées.

### 3. L'étouffement de la sensibilité et de l'intelligence du cœur

« ... Ayant connu Dieu, ils ne lui ont pas rendu comme à un Dieu gloire ou action de grâces, mais ils sont devenus vains (vides) dans leurs raisonnements et leur cœur inintelligent s'est enténébré : dans leur prétention à la sagesse, ils sont devenus fous » (cf. Rm 1, 21-22). Dans la mesure où nous nous cherchons nous-mêmes au lieu de chercher Dieu, **notre subjectivité s'interpose entre le réel et notre cœur** et nous maintient enfermés en nous-mêmes, centrés sur nous-mêmes, c'est-à-dire finalement enténébrés. **Restant au niveau de notre imagination et de nos idées**, nous ne pouvons pas être présents aux choses, nous ne pouvons pas les rejoindre dans leur réalité profonde ; nous sommes, de même, incapables d'un contact direct de personne à personne, de sujet à sujet. Autrement dit, s'il est vrai que notre univers subjectif est construit par notre moi égocentrique, il est vrai aussi que le développement de cet univers mental de représentations et d'images favorise l'enfermement en nous-mêmes, et donc aussi **l'étouffement de notre cœur profond, de la sensibilité spirituelle qui lui est propre**<sup>10</sup>. Notre cœur « enténébré », encombré, n'est plus assez libre, assez éveillé pour pouvoir unifier de l'intérieur nos facultés sensibles et spirituelles. Nous tombons dans des réactions émotives, des jugements affectifs – d'une affectivité molle pleine de subjectivité – et, en même temps, dans des raisonnements abstraits, « intellos »<sup>11</sup>. On « plane » d'une manière ou d'une autre, on n'arrive pas à « habiter la terre » (cf. Ps 36, 3).

« **Bienheureux les pauvres en esprit** » (cf. Mt 5, 3). Nous pouvons commencer à comprendre ici, et c'est là un point essentiel sur lequel nous reviendrons, l'importance de la pauvreté en esprit. En attendant le jour béni où Dieu achèvera de briser notre moi, de détruire notre vieil homme, soyons vigilants à ne pas confondre nos représentations, nos images, nos idées avec la vérité elle-même qui ne peut être que le fruit d'une écoute humble et silencieuse des signes de Dieu dans la foi et l'amour.

---

<sup>9</sup> L'adolescence se prête plus particulièrement au développement de tout un monde imaginaire (surtout si l'on passe son temps devant un écran) qui fait s'estomper la sensibilité intérieure au réel qui se situe au niveau de ce sens interne qu'est la cogitative. On ne sait plus voir, plus sentir, plus appréhender les choses. C'est l'âge où, de fait, on peut basculer dans la folie, où il n'y a plus de frontière entre l'image et la réalité.

<sup>10</sup> On peut dire aussi que notre moi affectif et agressif se nourrit de notre monde intérieur et tend à prendre toute la place.

<sup>11</sup> Le Père Thomas Philippe, qui était très sensible à la présence, décrit bien cela : « **La sensibilité du cœur** n'est ni sentimentale ni pessimiste, c'est une sensibilité spirituelle, très marquée chez les saints. Plus Dieu nous approfondit, plus nous sommes ouverts aux autres, et plus vite nous établissons avec eux un contact et une présence. Certaines personnes peuvent venir à l'Arche simplement pour "visiter". Elles semblent avoir programmé leur visite et elles regardent, mais elles ne donnent pas l'impression d'être présentes. Si elles s'expriment, c'est de façon un peu **cérébrale**. D'autres, au contraire, donnent tout de suite une impression de présence : elles semblent avoir toujours été là. Notre époque est très sensible à ce phénomène de présence » (*L'âge adulte*, chap. III).

N'ayons pas peur de perdre nos certitudes humaines sur lesquelles nous nous appuyions jusqu'ici, n'ayons pas peur du vide intérieur, mental. D'une manière particulière, n'ayons pas peur de perdre ces jugements intérieurs secrets que nous portons sur nous-mêmes et sur les autres, source de tant de « jalousie » et de « rivalité »<sup>12</sup> (cf. Jc 3, 14) : « Finissons-en donc avec ces jugements les uns sur les autres » (cf. Rm 14, 13). Ils ne sont qu'illusion, que ce soit dans le sens de l'exaltation ou de la dépréciation de nous-mêmes et des autres. « Pour moi, il m'importe fort peu d'être jugé par vous ou par un tribunal humain. **Bien plus, je ne me juge pas moi-même.** (...) Mon juge, c'est le Seigneur » (cf. 1 Co 4, 3-4). Ne laissons pas notre moi se repaître sur ce terrain en ruminant des « chimères », des « rêves » car « qui poursuit des chimères est dépourvu de sens » (cf. Pr 12, 11). « **Les espérances vaines et trompeuses sont pour l'insensé et les songes donnent des ailes aux sots**<sup>13</sup>. C'est saisir une ombre et poursuivre le vent que de s'arrêter à des songes » (Si 34, 1-2). Nos jugements humains ne sont que des songes, du vent des « rêveries de femme enceinte » (Si 34, 5)<sup>14</sup>.

---

<sup>12</sup> À partir du moment où nous restons attachés à une certaine image de nous-mêmes, avec le besoin de nous rassurer sans cesse par rapport à cette image, il est inévitable que nous tombions dans la comparaison avec les autres et dans toutes sortes de jugements qui ne peuvent être que « terrestres » comme saint Jacques nous en avertit : « Si vous avez au cœur, au contraire, une amère jalousie et un esprit de rivalité, ne vous vantez pas, ne mentez pas contre la vérité. Pareille sagesse ne descend pas d'en haut : elle est terrestre, animale, démoniaque » (Jc 3, 14-15).

<sup>13</sup> Cette remarque du Siracide peut être comprise au sens où l'espoir fait vivre : nos illusions, qui prennent souvent la forme d'un enthousiasme devant telle ou telle chose ou d'une prétention à pouvoir réaliser telle ou telle œuvre, nous stimulent ; elles nous donnent goût à ce que nous faisons et il est bien difficile, quand nous les perdons, de continuer à vivre alors que nous nous sentons comme éteints, à moins de plonger dans l'espérance divine.

<sup>14</sup> Arrêtons de penser que nous sommes faits pour ceci, que nous avons telle ou telle chose, que nous pourrions réussir à... Ne gardons aucune secrète prétention, aucun « point d'orgueil » selon l'expression de sainte Thérèse d'Avila.