

## Enseignement n° 5

# LE DISCERNEMENT SPIRITUEL

### Introduction

D'une manière plus générale dans notre vie chrétienne, il est essentiel de connaître les grands principes du discernement spirituel. Nous sommes faits pour marcher dans la lumière. Derrière tout péché il y a un enténébrement. Notre vie est un combat sans répit entre la lumière et les ténèbres. Nous allons d'abord mettre en évidence à quelle profondeur les choses se décident : **le discernement spirituel ne peut se réduire à un exercice intellectuel, mais il se joue d'abord dans notre cœur** qui est « la racine des pensées » (cf. Si 37, 17). Nous verrons dans ce premier enseignement la manière dont nous pouvons nous disposer à la lumière. Dans le second enseignement, nous verrons la manière dont peut et doit s'opérer le discernement lui-même.

## I. DES CONDITIONS REQUISES POUR DISCERNER

« Celui qui me suit ne marchera pas dans les ténèbres, mais il aura la lumière de la vie » (Jn 8, 12). Il y a là un principe fondamental : pour discerner, il faut d'abord **s'appliquer à suivre le Christ**. Cherchons à comprendre ce que cela signifie concrètement en nous appuyant sur l'Écriture et la grande tradition de l'Église.

### 1. Demeurer d'abord à l'écoute de notre conscience

Si nous voulons suivre le Christ la première chose est de garder ses commandements comme le montre l'Évangile du jeune homme riche<sup>1</sup>. Il y a bien des situations où **la décision peut et doit se prendre à partir de la seule lumière naturelle de la raison** c'est-à-dire par l'application de la loi morale et l'exercice du bon sens face aux circonstances sans qu'il y ait besoin de lumières particulières de l'Esprit Saint. Les événements parlent d'eux-mêmes. Il n'y a pas de discernement proprement spirituel à poser à ce moment-là : les choses relèvent de ce que l'on appelle un « jugement de conscience prudentiel ». « Tiens compte des circonstances et garde toi du mal. » (Si 4, 20). **Dieu aime nous voir obéir simplement à notre raison**, surtout si nous n'y ressentons aucun attrait. **Il y aurait un grand danger à chercher des**

---

<sup>1</sup> Cf. Mt 19, 17. Le discernement spirituel doit se faire par rapport à des choses que ne sont pas en opposition avec les commandements de Dieu et de l'Église comme l'explique saint Ignace de Loyola (cf. *Exercices spirituels* n° 170).

**signes ou des lumières particulières, là où Dieu ne veut pas en donner parce que la raison et le jugement humain suffisent** comme le souligne saint Jean de la Croix<sup>2</sup>. C'est ici que les personnes ayant beaucoup de charismes doivent faire attention<sup>3</sup>. Si elles se fient trop à leur sensibilité spirituelle et à leurs lumières surnaturelles, elles risquent de négliger ce que Dieu leur dit par la raison naturelle<sup>4</sup>.

Inversement il est vrai aussi que parfois, on court **le risque de s'arrêter au niveau moral** en pensant que parce qu'une chose est permise moralement, nous pouvons nous autoriser à la faire. On ne cherche pas à discerner si c'est vraiment la volonté de Dieu alors que les circonstances n'obligent pas à faire la chose en question. On oublie l'avertissement de saint Paul : « **“Tout m'est permis” ; mais tout n'est pas profitable.** » (1 Co 6, 12). On risque ainsi de suivre ses passions tout en se donnant bonne conscience. Pour beaucoup, la question du discernement spirituel ne se pose même pas : ils ne voient la volonté divine qu'en termes de commandements. Ils vivent dans l'illusion que du moment que l'on respecte la loi morale, on peut faire ce que l'on veut. Il faut penser que la loi morale est comme un poteau indicateur qui parfois suffit à nous montrer la bonne décision à prendre et qui, d'autres fois, ne constitue qu'une première étape dans le discernement. On commence par renoncer au péché dans un esprit de soumission à Dieu et ensuite on attend qu'il nous révèle plus précisément sa volonté. **Notre obéissance nous vaudra l'intelligence** (cf. Si 6, 32) selon la promesse du Christ : « Celui qui a 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).

---

<sup>2</sup> Saint Jean de la Croix montre clairement que **ce qui peut « se comprendre par la raison et le jugement humain »**, « **Dieu n'a pas coutume de le révéler**, parce qu'il veut toujours que l'on se serve d'eux autant que l'on pourra, et toutes doivent être réglées par eux, sauf en ce qui est de la foi, qui surpasse tout jugement et raison – encore que ces mystères n'y soient nullement contraires...ce que nous lisons dans l'Exode le prouve encore. Quelque familiarité que Moïse eût avec Dieu, néanmoins Jéthro, son beau-père, lui conseilla de choisir des gens de bien pour l'aider à gouverner les Israélites, et à leur rendre la justice quand ils la demandaient... (cf. Ex., 18, 21, 22). Dieu n'avait pas suggéré ce conseil à Jéthro; il l'approuva cependant, pour nous apprendre que nous devons nous servir du secours des hommes, et qu'en ce cas il ne nous révèle pas extraordinairement ce que nous pouvons faire par ces moyens et par cette voie. » (*La Montée du Mont Carmel*, II, 22). Ainsi il n'est pas absurde qu'une femme très priante écoute un époux incroyant ou peu croyant lorsque celui-ci exerce légitimement son autorité au service du bien commun familial en suivant la voix de sa conscience.

<sup>3</sup> Comme le Christ nous en avertit : « Ce n'est pas en me disant : Seigneur, Seigneur, qu'on entrera dans le Royaume des Cieux, mais **c'est en faisant la volonté de mon Père** qui est dans les cieux. Beaucoup me diront en ce jour-là : Seigneur, Seigneur, n'est-ce pas en ton nom que nous avons prophétisé ? En ton nom que nous avons chassé les démons ? En ton nom que nous avons fait bien des miracles ? Alors je leur dirai en face : Jamais je ne vous ai connus ; écarterez-vous de moi, vous qui commettez l'iniquité. » (Mt 7, 21-23). » Nous pouvons **passer notre vie à chercher des inspirations divines** pour faire « au nom de Jésus » de grandes œuvres apostoliques. À cause de notre attachement aux œuvres, nous risquons, au nom d'un « faire pour Dieu », de ne pas écouter notre conscience. Quand il ne peut plus nous tenter sur le mal, le démon nous tente sur le bien pour nous amener à faire le mal.

<sup>4</sup> Comme le dit saint Jean de la Croix citant Mt 7, 22-23 : « Assurément il punira, au jour du jugement, les péchés de plusieurs qu'il aura comblés de lumières, de vertus et d'autres dons, parce que ces gens-là, se fiant aux conversations particulières qu'ils avaient avec Dieu, ne s'acquittaient pas de leurs obligations en plusieurs choses. » (*Ibid.*) De même Dieu peut nous inspirer dans la prière de faire une chose sans nous révéler le moyen de l'exécuter dans la mesure où, comme l'explique encore saint Jean de la Croix, « d'ordinaire, tout ce qui peut se faire par l'industrie et par le conseil humain, il ne le fait ni le dit, encore qu'il traite très familièrement avec l'âme. » (*Ibid.*)

## 2. La première condition requise pour un bon discernement

« 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. Le renoncement à soi-même va au-delà du renoncement aux actions moralement mauvaises, il est aussi un renoncement à notre volonté propre, à nos projets propres. D'où la première condition requise énoncée par saint Ignace de Loyola : « **La première condition requise pour faire une bonne élection est, de notre part, que l'œil de notre intention soit simple.** Je ne dois considérer qu'une seule chose, la fin pour laquelle je suis créé. Or cette fin est la gloire de Dieu, notre Seigneur, et le salut de mon âme ; donc, quelle que soit la chose que je me décide à choisir, ce doit être pour qu'elle m'aide à obtenir cette fin : me gardant de subordonner et d'attirer la fin au moyen, mais dirigeant le moyen vers la fin. »<sup>5</sup> On peut se rappeler ici la parole du Christ : « La lampe du corps, c'est l'œil. **Si donc ton œil est simple, ton corps tout entier sera lumineux.** Mais si ton œil est malade, ton corps tout entier sera ténébreux. Si donc la lumière qui est en toi est ténèbres, quelles ténèbres ! » (Mt 6, 22-23). Là où l'œil de l'intention est vraiment simple, autrement dit **si notre intention est vraiment pure, nos pensées se déploient dans la lumière de Dieu et donc nos actions** – notre corps – aussi. Dieu ne peut manquer de montrer sa volonté à ceux qui la recherchent sincèrement<sup>6</sup>. Le Christ nous le fait lui-même comprendre quand il dit : « Je ne puis rien faire de moi-même. Je juge selon ce que j'entends : et mon jugement est juste, parce que je ne cherche pas ma volonté, mais la volonté de celui qui m'a envoyé. » (Jn 5, 30). C'est ainsi que **la crainte du Seigneur est le commencement de la sagesse** (cf. Si 1, 14). Elle trouve sa perfection dans la crainte filiale.

## 3. La vigilance du cœur pour demeurer dans un véritable abandon intérieur

Pour rectifier notre intention avant de discerner, saint Ignace de Loyola montre la nécessité de pratiquer un « **exercice spirituel** » qui consiste à **se rendre indifférent**<sup>7</sup>. C'est là un exercice

---

<sup>5</sup> *Exercices spirituels*, 169.

<sup>6</sup> Telle est l'interprétation qu'en donne saint Augustin : « Le sens de ces paroles est que nous reconnâtrons que **toutes nos œuvres sont pures et agréables aux yeux de Dieu si elles sont faites avec un cœur simple**, c'est-à-dire avec une intention surnaturelle et par motif de charité, car la charité est la plénitude de la loi (cf. Rm 13, 10). **Cet œil, c'est l'intention qui préside à toutes nos actions.** Si elle est pure et droite, si elle n'a en vue que le but qu'elle doit se proposer, **toutes nos œuvres qui reçoivent d'elle leur direction seront nécessairement bonnes.** Ce sont toutes ces œuvres que Notre Seigneur appelle le corps... » (*Sermon sur la montagne*, Livre II, chap. 13).

<sup>7</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). 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

praticable en toute circonstance. Mais gardons conscience du fait que nous n'avons pas un pouvoir direct sur notre cœur. Notre « indifférence » n'est pas toujours aussi profonde que nous ne le voudrions. Autrement dit on peut être dans un « vouloir faire la volonté de Dieu à tout prix » dans notre tête sans parvenir à un véritable abandon filial de nous-mêmes à Dieu.

**Il peut y avoir une tension de la volonté sans un véritable abandon intérieur**<sup>8</sup>. Celui-ci suppose toute une croissance de la foi, de l'espérance et de la charité et pas simplement le fait d'être convaincu du primat de Dieu<sup>9</sup>. Au fur et à mesure que notre cœur « cherche d'abord le Royaume de Dieu et sa justice » (cf. Mt 6, 33), notre ouverture à la lumière divine grandit et le discernement de sa volonté<sup>10</sup> se fait de plus en plus naturellement.

Il y a ainsi **une garde du cœur** au sens d'une vigilance par rapport à l'intention de notre cœur : « Que cherchez-vous ? » (cf. Jn 1, 38). Est-ce notre volonté ou celle de Dieu ? Nous ne pouvons jamais nous permettre de secouer le joug de l'obéissance filiale en nous donnant secrètement le droit de « faire ce que nous voulons », ne serait-ce qu'à certains moments de la journée<sup>11</sup>. Tant que nous demeurons dans 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 Prince des ténèbres. Moyennant cette vigilance du cœur dans la prière, il est possible de se laisser mener habituellement par l'Esprit que Dieu donne « à ceux qui lui obéissent » (cf. Ac 5, 32) même si l'on n'est pas encore établi dans un état d'abandon total. « Veillez et priez, pour ne pas entrer en tentation » (Mt 26, 41).

#### 4. De la nécessité d'un long chemin de détachement et d'intériorité

« Quiconque parmi vous ne renonce pas à tous ses biens ne peut être mon disciple. » (Lc 14, 33). Le discernement spirituel grandit au fur et à mesure que l'on suit un chemin de détachement d'abord par rapport « son père, sa mère, sa femme, ses enfants, ses frères, ses sœurs » (Lc 14, 26) et aux biens de ce monde. On sait comment **les liens affectifs** nous empêchent de prendre la distance nécessaire pour voir les choses d'une manière sereine et objective. « Comment pourrait-on discerner les choses quand on est trop lié affectivement aux personnes ? Se laissant toucher par la problématique douloureuse de l'autre on risque de

---

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).

<sup>8</sup> D'où l'importance de l'exercice de lâcher-prise qui psychologiquement nous entraîne à vivre peu à peu hors de notre propre toute-puissance. (Véronique de Lachapelle).

<sup>9</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>10</sup> Comme le dit le Cardinal Nguyen van Thuan : « Discerner, parmi les voix qui nous sont intimes, celles de Dieu (cf. *GS*, 16) pour accomplir sa volonté dans le moment présent est un exercice continuuel auquel les saints se sont docilement soumis » (*Témoins de l'espérance*, Nouvelle Cité, 2000, p. 75).

<sup>11</sup> Il y a ainsi des personnes qui pendant leur temps de vacances sont tentées de se reposer de Dieu au lieu de se reposer en Dieu.

rentrer de suite dans une relation affective au lieu de garder une juste distance. On peut ainsi pratiquer la charité sans être vraiment attentif à la vérité de l'autre : par exemple on donne de l'argent sans discernement. »<sup>12</sup> Les passions aveuglent : « Le tourbillon de la convoitise gâte un esprit sans malice » (Sg 4, 12)<sup>13</sup>. Le détachement doit se vivre aussi par rapport aux « champs » (cf. Mc 10, 29) c'est-à-dire aux œuvres, que celles-ci relèvent du champ de l'apostolat ou de celui de la profession. L'attachement aux œuvres exige une purification plus profonde encore que celle de l'affectivité. Là est le combat le plus profond : parvenir à **préférer Dieu aux œuvres de Dieu**<sup>14</sup>.

Cet authentique témoin de la foi qu'est le cardinal Nguyen van Thuan n'a pas hésité à dire pendant les exercices spirituels qu'il prêchait devant Jean-Paul II : « **Choisir Dieu et non les œuvres de Dieu. Voilà le fondement de la vie chrétienne, à chaque époque.** Et c'est en même temps la réponse la plus vraie que l'on puisse donner au monde d'aujourd'hui. **C'est le chemin par lequel se réalisent les desseins du Père sur nous,** sur l'Église, sur l'humanité de notre temps. »<sup>15</sup> C'est là un long chemin de purification. Au fur et à mesure que nous avançons sur ce détachement des œuvres, notre cœur trouve sa joie **dans l'obéissance** elle-même. Peu importe d'avoir à faire telle ou telle chose, du moment que c'est la volonté de mon vrai Père du ciel. L'accomplissement de la volonté divine devient la vraie nourriture de notre âme (cf. Jn 4, 34). Par-là s'achève le chemin de purification de l'intention nous établissant dans un état d'« **indifférence** ».

On comprend ici que le discernement spirituel croît avec **le chemin de purification** de « toute souillure de la chair et de l'esprit » (cf. 2 Co 7, 1). Il est aussi lié à **un chemin d'intériorité** qui fait que l'on demeure d'une manière habituelle dans la vigilance du cœur. Le discernement spirituel est donc fondamentalement une question de maturité spirituelle. Néanmoins, même si l'on est loin encore d'avoir achevé ce chemin de purification, on peut trouver, en même temps que l'on travaille à purifier son cœur, des moyens concrets pour se disposer ponctuellement à bien discerner. C'est ce que nous allons essayer de voir maintenant.

---

<sup>12</sup> Cécile Grandjean

<sup>13</sup> Ce que saint Jean de la Croix commente en expliquant que « la seule concupiscence et joie des choses créées suffisent pour causer en elle ce premier degré de ce dommage, qui est **l'obtusion de l'esprit et obscurité de jugement** pour connaître la vérité et juger bien de chaque chose comme elle est... ». C'est bien ce qui arrive quand on se laisse aller à un besoin de jouissance immédiate, qu'on « lâche la bride à l'appétit pour des impertinences » pour reprendre des expressions de saint Jean de la Croix (cf. *Montée du Mont Carmel*, III, 19).

<sup>14</sup> Saint Jean de la Croix parle longuement des principaux dommages où « l'homme peut tomber par la vaine joie de ses bonnes œuvres ». Il explique que ceux qui « regardent leur goût dans les œuvres, ne font d'ordinaire que celles dont ils espèrent du goût et de la louange ». Il souligne à la fin qu'« en tant que l'homme n'éteint la vaine joie en les œuvres morales, il est plus **incapable de recevoir conseil et instruction raisonnable** touchant ce qu'il doit faire » (*Montée du Mont Carmel*, III, 28). Rien n'aveugle plus que la vanité et l'orgueil. Se laisser mener par le goût aux œuvres est d'autant plus pernicieux et que l'on peut prendre ce goût pour un appel de l'Esprit Saint.

<sup>15</sup> *Témoins de l'espérance*, Nouvelle Cité, 2000, p. 64.

## II. DES MOYENS POUR SE DISPOSER AU QUOTIDIEN

Nous allons essayer de dégager quelques moyens concrets et une sagesse de vie, qui nous disposent à la lumière même si nous ne sommes pas encore établis dans un état d'abandon.

### 1. Adorer Dieu, prier en vérité dans la familiarité avec Jésus

Se remettre devant la sainte et adorable volonté de Dieu comme l'unique absolu de notre vie, peut se faire d'une manière simple et quotidienne en revenant à cette attitude fondamentale qu'est **l'adoration**. L'adoration nous purifie et nous simplifie. Elle nous fait trouver notre joie dans l'obéissance à Dieu. Voilà pourquoi « *prière et vie chrétiennes sont inséparables* car il s'agit du même amour et du même renoncement qui procède de l'amour. La même conformité filiale et aimante au Dessein d'amour du Père. La même union transformante dans l'Esprit Saint qui nous conforme toujours plus au Christ Jésus. » (CEC 2745)<sup>16</sup>.

Cela dit il nous faut faire attention à la manière dont nous prions pour discerner la volonté de Dieu. On risque, en effet, de refouler tout ce qui s'agite au plus profond de notre cœur. À ce moment-là **on prie à côté de ce que l'on vit vraiment**. Comme l'explique le catéchisme : « La difficulté habituelle de notre prière est la *distraktion*. Elle peut porter sur les mots et leur sens, dans la prière vocale ; elle peut porter, plus profondément, sur Celui que nous prions, dans la prière vocale (liturgique ou personnelle), dans la méditation et dans l'oraison. Partir à la chasse des distractions serait tomber dans leurs pièges, alors qu'il suffit de revenir à notre cœur : **une distraction nous révèle ce à quoi nous sommes attachés**<sup>17</sup> **et cette prise de conscience humble devant le Seigneur doit réveiller notre amour de préférence pour lui**, en lui offrant résolument notre cœur pour qu'il le purifie. Là se situe le combat, le choix du Maître à servir (cf. Mt 6, 21. 24) ... » (CEC 2729). La prière est un temps privilégié de mis à nu, de ce qui joue au fond de notre cœur au-delà de nos bonnes intentions. L'erreur serait de vouloir discerner pendant le temps de la prière. **Laissons la lumière venir comme un fruit**

---

<sup>16</sup> Le secret est de **savoir vivre la prière et l'action de telle manière qu'elles se favorisent l'une l'autre et demeurent unies**. « **Celui-là prie sans cesse qui unit la prière aux œuvres et les œuvres à la prière**. Ainsi seulement nous pouvons considérer comme réalisable le principe de prier sans cesse (Origène, or. 12). » (CEC 2745).

<sup>17</sup> Dans son appel à le suivre, Jésus nous indique les lieux essentiels d'attachement. D'une part, il y a tout ce qui concerne **la relation avec nos proches** « père, mère, femme, enfants, frères, sœurs » (cf. Lc 14, 26) et c'est un fait que dans ce domaine-là, nous avons du mal à discerner les choses parce que nous sommes souvent trop liés affectivement aux personnes. Notre affectivité nous aveugle et nous avons besoin d'apprendre à aimer les autres en Dieu et pour Dieu, libres de tout attachement possessif. D'autre part, il y a **notre « champ » c'est-à-dire nos œuvres**, comme nous venons de le voir, sans oublier notre « maison » (cf. Mc 10, 29) c'est-à-dire nos richesses dans lesquelles nous sommes tentés aussi de mettre notre cœur. Il y a des personnes qui sont plus dans l'affectivité et d'autres qui sont plus dans l'action, la réalisation de soi par les œuvres. Dans un cas comme dans un autre, **ce qui fait obstacle au discernement spirituel, c'est le besoin de plaire**, soit en se coulant dans le désir de l'autre, soit « en faisant tout pour se faire remarquer des hommes » (cf. Mt 23, 5).

**mûr au moment voulu par Dieu**<sup>18</sup> sachant qu'il donne ses lumières peu à peu. On risque sinon de spiritualiser les choses d'une manière hâtive et superficielle.

Pour demeurer en vérité devant Dieu, il est très profitable de **cultiver la familiarité avec le Christ**, notre fidèle compagnon de route. « On peut tout partager avec lui dans un dialogue tout simple, l'associer à tous les actes de la vie, vivre une complicité permanente, lui parler comme on parlerait à un ami intime. Ce peut être par exemple dans les difficultés pour passer l'aspirateur, pour ouvrir un courrier inquiétant, pour une démarche délicate ou une visite à un malade. Quand on a pris cette habitude, on lui parle de tout au cours d'une journée. Cela devient tout simple, tout naturel. »<sup>19</sup> Il aime que nous lui confions ce que nous éprouvons<sup>20</sup>. Par cet acte d'humilité et de confiance, nous le laissons nous rejoindre, nous donner sa paix et finalement sa lumière. Il s'agit de prendre Jésus avec nous dans le concret de la vie, de **lui dire les choses pour nous ouvrir à ce qu'il veut nous dire**<sup>21</sup>. Ce qu'il attend de nous est tout simple : **il aime croiser notre regard**<sup>22</sup> et entendre notre voix. Telle doit être notre première manière de suivre le Christ : regarder vers lui, penser à lui. **Si nous le gardons présent à notre esprit et à notre cœur, lui nous gardera dans sa lumière** et nos pensées seront lumineuses. Un simple regard peut suffire à dissiper nos ténèbres. « Pense à moi et je penserai pour toi. »<sup>23</sup> **Beaucoup sont préoccupés par un « vouloir discerner la volonté de Dieu » sans être vraiment tourné vers le Christ.** Beaucoup poursuivent un idéal d'amour ou de

---

<sup>18</sup> Écoutons la petite Thérèse : « Jésus n'a point besoin de livres ni de docteurs pour instruire les âmes ; Lui, le Docteur des docteurs, il enseigne sans bruit de paroles... Jamais je ne l'ai entendu parler, mais je sens qu'Il est en moi, à chaque instant, Il me guide et m'inspire ce que je dois dire ou faire. Je découvre juste au moment où j'en ai besoin des lumières que je n'avais pas encore vues, **ce n'est pas le plus souvent pendant mes oraisons qu'elles sont le plus abondantes, c'est plutôt au milieu des occupations de ma journée...** » (Ms A, 83 v°)

<sup>19</sup> Cécile Grandjean.

<sup>20</sup> Rappelons-nous la simplicité avec laquelle la petite Thérèse savait revenir vers Jésus en racontant « en détail ses infidélités « chaque fois qu'elle se laissait prendre par les « bagatelles de la terre » » (Ms B, 5r°).

<sup>21</sup> Pour certains, ça peut être naturel, pour d'autres, ça demande un apprentissage. Comme sainte Thérèse d'Avila l'explique à ses sœurs : « Représentez-vous le Seigneur lui-même à côté de vous, et considérez avec quel amour, avec quelle humilité il daigne vous instruire. Croyez-moi, autant que vous le pourrez, demeurez dans la compagnie d'un si excellent ami. **Si vous prenez l'habitude de vous tenir en sa présence**, et s'il voit que vous le faites pour lui plaire, **vous ne pourrez plus**, comme on dit, **vous en débarrasser**. Il ne vous abandonnera jamais, il vous aidera à supporter toutes vos peines ; vous l'aurez enfin partout avec vous. Pensez-vous que ce soit peu de choses d'avoir à ses côtés un tel ami ? (...) Notre Seigneur ne veut pas nous laisser seules, et si nous l'en supplions avec humilité, il nous tiendra compagnie. Si nous n'y arrivons pas en un an, mettons-en deux ou plusieurs, et ne regrettons pas un temps si bien employé. Voilà qui dépend de nous ; oui, il est en notre pouvoir de travailler et de nous accoutumer à vivre près de ce véritable Maître. » (*Chemin de la perfection*, XXVI).

<sup>22</sup> Écoutons encore sainte Thérèse d'Avila : « Je ne vous demande pas maintenant des méditations sur ce divin Sauveur, ni beaucoup de raisonnements, ni de grandes et subtiles considérations ; **portez seulement sur lui vos regards.** (...) **Considérez qu'il n'attend, comme il le dit à l'épouse des Cantiques, qu'un regard de nous : il y tient si fort qu'il n'omettra rien pour que vos yeux et les siens se rencontrent**, et vous le trouverez comme vous désirez le voir. » (*Chemin de la perfection*, 26).

<sup>23</sup> Comme l'a dit le Seigneur à sainte Catherine de Sienne.

perfection morale, tout en croyant suivre le Christ. Ils restent enfermés en eux-mêmes, dans leur mental sans s'en rendre compte et ne peuvent s'ouvrir à la lumière<sup>24</sup>.

## 2. Se tenir à sa besogne en respectant l'ordre des choses

Dans cet esprit d'adoration et d'abandon, il est bon de s'exercer à faire les choses les unes après les autres en les recevant par la foi de la main de Dieu. « **Il y a un moment pour tout et un temps pour toute chose** sous le ciel. Un temps pour enfanter, et un temps pour mourir ; un temps pour planter, et un temps pour arracher le plant. (...) Je regarde la tâche que Dieu donne aux enfants des hommes : tout ce qu'il fait convient en son temps. Il a mis dans leur cœur l'ensemble du temps, **mais sans que l'homme puisse saisir ce que Dieu fait, du commencement à la fin.** » (Qo 3, 1-2.10-11). Les chemins de Dieu ne seront jamais ceux de nos calculs et de nos stratégies. **Il y a un lien mystérieux** qui fait qu'**une chose**, de fait, **en prépare une autre sans que nous puissions saisir comment.** Entrons dans cette logique **en étant** « présent à ce qu'on est en train de faire et le faire jusqu'au bout. Tout ce que l'on fait mérite d'être bien fait. Quelquefois on commence quelque chose et comme une autre chose nous vient en tête, bien qu'on sente qu'il nous faut continuer ce qui est commencé, on se laisse disperser. Donc être présent dans le moment présent et s'y tenir. Dieu est dans l'instant présent. C'est donc en vivant cet instant que j'acquiesce à la volonté divine. »<sup>25</sup>

Il y a aussi un piège qui guette ceux qui ont du zèle pour Dieu : celui d'être **tendu à discerner la volonté de Dieu** par rapport à tel ou tel projet et de **négliger de « faire le bien autant que nous avons l'occasion »** jour après jour en pratiquant la charité *hic et nunc* : « **Ne nous laissons pas de faire le bien** ; en son temps viendra la récolte, si nous ne nous relâchons pas. Ainsi donc, tant que nous en avons l'occasion, pratiquons le bien à l'égard de tous et surtout de nos frères dans la foi... » (Ga 6, 9-10)<sup>26</sup>. C'est cet exercice réel, concret de la charité qui nous dispose à accueillir la lumière de l'Esprit d'Amour.

**Faire le bien en accomplissant de manière juste et correcte les choses humaines** dans le respect du prochain, l'attention à ses besoins, c'est se laisser conduire par Dieu en acceptant de ne pas voir où il nous mène. **On avance ainsi, pas après pas dans une confiance aveugle.** Notre fidélité dans les petites choses permettra au Seigneur de nous en confier de plus grandes (cf. Mt 25, 21). « **Fais confiance au Seigneur, agis bien, habite la terre et reste fidèle** » (Ps 36). « Sois attaché à ta besogne, occupe-t'en bien et vieillis dans ton travail.

---

<sup>24</sup> « Si nous cherchons à suivre le Christ en étant irréprochables, si cela nous étouffe un peu, s'il y a peu de place pour croire en l'amour miséricordieux du Seigneur pour nous (plein d'amour pour le pécheur qui se repent), nous pouvons nous demander si nous avons été élevés dans un perfectionnisme inaccessible ou une distance affective avec nos parents. Que nous ont transmis nos parents, nos éducateurs, qu'en avons-nous fait ? » (Véronique de Lachapelle)

<sup>25</sup> Cécile Grandjean.

<sup>26</sup> Il est bon ici de se rappeler les paroles de Benoît XVI : « En vérité, l'humanisation du monde ne peut être promue en renonçant, pour le moment, à se comporter de manière humaine. Nous ne contribuons à un monde meilleur qu'en **faisant le bien, maintenant et personnellement, passionnément, partout où cela est possible**, indépendamment de stratégies et de programmes de partis. Le programme du chrétien – le programme du bon Samaritain, le programme de Jésus – est “un cœur qui voit”. Ce cœur voit où l'amour est nécessaire et il agit en conséquence. » (*Deus caritas est*, 31).



... **confie-toi dans le Seigneur et tiens-toi à ta besogne**. Car c'est chose facile aux yeux du Seigneur, rapidement, en un instant, d'enrichir un pauvre. » (Si 11, 20-21). Les inspirations divines viendront en leur temps comme le fruit mûr de notre fidélité.

Concrètement, cela signifie que si nous voulons faire les choses dans la lumière, **il faut veiller à les faire dans l'ordre juste** en nous posant la question : Où est mon devoir d'état ? Qu'est-ce qu'il est juste de faire en premier ? Qu'est-ce que les circonstances m'obligent à faire d'abord ? Nous risquons, en effet, de nous laisser mener par le goût aux œuvres et de passer à côté de l'ordre divin des choses. Si par exemple nous commençons à écrire à quelqu'un et que nous ne nous sentons pas inspirer, plutôt que de forcer la pensée, demandons-nous : est-ce bien le moment de le faire ? Quand on est bien à sa place, on a toujours la grâce suffisante, la grâce d'état. Quand on sent qu'on ne l'a pas, ce peut être qu'il nous faut changer d'activité, même s'il est vrai aussi que dans d'autres activités, qui ne demande pas nécessairement d'inspiration divine, comme le rangement de notre chambre, Dieu peut nous demander de persévérer dans une certaine sécheresse.

### **3. S'appliquer aux vertus humaines, être attentif à l'aspect humain des choses**

S'appliquer à sa besogne va de pair avec le fait **de cultiver les vertus humaines** : « On t'a fait savoir, homme, ce qui est bien, ce que Yahvé réclame de toi : rien d'autre que d'**accomplir la justice, d'aimer la bonté** et de marcher humblement avec ton Dieu. » (Mi 6, 8). Le fait de **s'appliquer simplement à être humain**, ouvert, accueillant, bon, compatissant, proche des personnes, serviable **nous aide à coller à la réalité présente et inversement**. On peut cultiver les vertus humaines pour se sculpter soi-même, mais on peut aussi le faire par amour du bien comme une manière de se disposer à communier à l'amour divin en faisant le bien **purement et simplement au-delà de tout calcul de grandeur ou d'efficacité**. Les vertus morales, en effet, « disposent toutes les puissances de l'être humain à communier à l'amour divin » (CEC 1804). Cultiver les vertus humaines dans nos activités nous préserve de nous laisser fasciner par l'aspect technique de notre travail et de passer à côté de « la réalité la plus profonde »<sup>27</sup>, celle de la communion avec Dieu et en Dieu. Ainsi le fait de s'appliquer d'abord à être bon, humain dans notre vie quotidienne, devient l'humus des inspirations divines, le terrain favorable au mûrissement de projets vraiment inspirés par Dieu. **Il y a ainsi une manière d'être attentif à l'aspect humain des choses qui nous rend sensibles, disponibles, ouverts aux inspirations de l'Esprit Saint**<sup>28</sup>. « La dilatation du cœur est non seulement

---

<sup>27</sup> Pour reprendre l'expression utilisée par Benoît XVI à propos de la tentation de placer toute son espérance « dans... des projets techniquement parfaits, mais éloignés de la réalité la plus profonde, celle qui donne sa dignité la plus élevée à la personne humaine : la dimension transcendante, être une créature à l'image et à la ressemblance de Dieu... » (Vêpres pour les universitaires de Rome, le 15.12.2011)

<sup>28</sup> Nous nous inspirons ici d'un discours improvisé de Benoît XVI : « Si nous vivons avec le Christ, nous réussirons également les choses humaines. En effet, la foi ne comporte pas seulement un aspect surnaturel, elle reconstruit l'homme en le ramenant à son humanité, comme le montre le parallèle entre la Genèse et Jean 20 ; elle se fonde précisément sur les vertus naturelles : l'honnêteté, la joie, la disponibilité à écouter le prochain, la capacité de pardonner, la générosité, la bonté, la cordialité entre les personnes. Ces vertus humaines témoignent du fait que la foi est véritablement présente, nous sommes véritablement avec le Christ. Et je crois que nous devrions être très attentifs sur ce point, aussi en ce qui nous concerne : **faire mûrir en nous l'humanité authentique**, parce que la foi comporte la

l'espérance en Dieu, mais aussi l'ouverture au souci des réalités corporelles et temporelles pour glorifier Dieu. »<sup>29</sup> Cela peut et doit se vivre notamment dans l'écoute. « Être attentif à la réalité humaine des gens, des choses, ouvert à la réalité de l'autre. Par exemple, dans le cas d'un deuil, il est important de commencer par écouter la souffrance avant de parler spirituel. Ne pas aller trop vite. Être à l'écoute des besoins humains, du besoin de l'autre. Savoir tout écouter : surtout ne pas penser que ce n'est pas important, ne pas tout spiritualiser. On ne peut pas gagner le cœur des gens si on n'a pas cette attention à leur humanité – on peut même les blesser. On peut dire que si on a le cœur fermé on ne voit pas l'autre tel qu'il est. Il faut aussi, quelquefois, accepter de ne pas pouvoir rejoindre l'autre quand lui-même a le cœur fermé. Souvent le cœur blessé se ferme pour se protéger. On peut dire aussi que la rencontre de deux êtres est autant présence à soi-même que présence à l'autre. »<sup>30</sup>

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

« « 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). La croix est un moyen puissant pour renoncer à nous-mêmes, à notre volonté propre. À nous de nous en saisir. « **Per crucem ad lucem** ». Si nous ne nous refermons pas sur nous-mêmes, les épreuves deviennent des failles qui laissent passer la lumière. **La lumière se fait parce que les choses se purifient**, se décantent en nous et dans la réalité, moyennant notre patience dans l'épreuve. Les situations ont besoin de mûrir. Nous aussi. Ne cherchons pas à comprendre de nous-mêmes le sens des épreuves ou plutôt le bien que Dieu en tirera pour nous, mais acceptons-les dans la foi au Christ mort et ressuscité. Il nous suffit de savoir dans la foi que Jésus les vit en nous et avec nous. **Il y a des choses à porter dans la foi simplement et non pas à réfléchir**. Au lieu de rester tendu à chercher humainement une solution aux problèmes, acceptons notre impuissance à voir ce que l'on pourrait faire et laissons Dieu agir et transformer les situations moyennant notre humble acceptation des contradictions humainement absurdes<sup>31</sup>. **La lumière viendra en son temps comme un fruit mûr**. Ce qui dépend de nous, c'est de suivre le Christ *hic et nunc*.<sup>32</sup>

---

pleine réalisation de l'être humain, de l'humanité. **Nous devrions faire attention à accomplir correctement et de manière juste les choses humaines** même dans notre activité, dans le respect du prochain, en se préoccupant du prochain, qui est la meilleure manière de nous préoccuper de nous-mêmes : en effet "être là" pour notre prochain est la meilleure manière d'"être là" pour nous-mêmes. **Et c'est de là que naissent les initiatives qui ne peuvent pas être programmées** : les communautés de prière, les communautés qui lisent ensemble la Bible ou même l'aide concrète aux personnes en difficulté, qui en ont besoin, qui se trouvent aux marges de la vie, aux malades, aux handicapés et tant d'autres choses encore... **Voilà que nos yeux s'ouvrent** pour voir nos capacités personnelles, pour prendre les initiatives correspondantes et pour savoir communiquer aux autres le courage d'en faire autant. **Et ce sont précisément ces choses humaines qui nous rendent plus forts, en nous mettant en quelque sorte en contact avec l'Esprit de Dieu.** » (Rencontre avec le clergé du diocèse de Brassanone, le 6 août 2008).

<sup>29</sup> Benoît XVI, Rencontre avec les autorités civiles, le 19.11.2011 au Bénin.

<sup>30</sup> Cécile Grandjean.

<sup>31</sup> Comme Benoît XVI nous en a donné l'exemple dans sa réponse à des questions pastorales lors de sa rencontre avec les prêtres du diocèse d'Aoste le 25 juillet 2005 : « Je voudrais, le plus brièvement possible, répondre aux paroles de votre évêque, mais je voudrais également dire que le pape n'est pas un oracle, il est infaillible dans des situations très rares, comme nous le savons. **Je partage donc avec vous ces questions.** Je souffre moi aussi. Mais **tous ensemble nous voulons,**

La mortification volontaire est une force pour porter notre croix quotidienne. Elle aide aussi au discernement en nous libérant de **ce qui appesantit notre cœur** : « 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). Nous voyons 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 grande tradition à redécouvrir**<sup>33</sup>.

## 5. Parier sur la fécondité de l'écoute et du dialogue

On comprend mieux ici l'importance de l'écoute comme exercice d'abandon, d'humilité et de patience. Quand nous devons aider une personne à discerner, il nous faut **vivre l'écoute d'abord comme un lieu privilégié pour « ôter d'abord la poutre »** (cf. Mt 7, 15) qui est dans l'œil de notre intention. Écouter, c'est entrer concrètement dans la dé-maîtrise, en cessant non seulement de parler mais aussi de penser de nous-même. C'est le moment de renoncer à nos vues propres, en entrant dans le silence de l'esprit pour **laisser la lumière divine se faire**<sup>34</sup>. Se mettre à penser de soi-même pendant l'écoute, pour calculer notre réponse, serait cesser d'écouter. On se rend présent à la personne, dans l'oubli de tout savoir, dans le renoncement à tout pouvoir, dans l'attente que la lumière se fasse pour que ce soit Dieu lui-même qui guide la personne. Face à des situations humainement sans issue, profitons de l'expérience de notre impuissance pour crucifier notre moi dominateur<sup>35</sup>.

Notre patience est plus importante que ce que nous pouvons dire. D'une manière plus large, il faut penser que **le dialogue est un lieu d'ouverture à la lumière** en tant qu'il est un exercice de patience et d'humilité à travers lequel j'accepte de recevoir d'un autre, de dépendre d'un autre<sup>36</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

---

**d'une part, souffrir sur ces problèmes et également, tout en souffrant, transformer les problèmes ; car la souffrance est précisément la voie de la transformation et sans souffrance on ne transforme rien.** » (O.R.L.F. N. 31).

<sup>32</sup> « Face à une difficulté, une interrogation, un événement, peut-être pouvons-nous trouver un équilibre entre réflexion et juste acceptation des choses. Le tout étant d'y laisser pénétrer le Christ. Il ne faut pas s'arrêter de penser, mais comme vous dites laisser le Christ penser pour nous, le laisser nous guider. » (Gwenaëlle Johannes)

<sup>33</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 » difficiles.

<sup>34</sup> 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 à l'exemple de Marie : « Quant à Marie, **elle gardait avec soin toutes ces choses**, les accueillant (retenant) dans son cœur » (cf. Lc 2, 19).

<sup>35</sup> « Tout demeurant dans l'espérance. Il n'y rien de pire que la sensation d'impasse et la résignation. » (Gwenaëlle Johannes).

<sup>36</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, 5.02.1986, n. 4)

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>37</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). **Ouvrir la bouche pour dévoiler nos pensées secrètes peut suffire** pour dissiper les ténèbres, nous libérer de notre enfermement. Tâchons notamment de profiter du sacrement de la Pénitence pour laisser la lumière se faire en prenant le temps de prier après l'avoir reçu.

### III. DISCERNER DANS ET PAR LA PAIX

Dans le prolongement direct de ce que nous avons vu sur la purification de notre cœur et l'ouverture de notre esprit à la lumière divine, nous allons montrer maintenant l'importance de la paix à la fois comme disposition et comme critère pour le discernement.

#### 1. Discerner dans la paix en recourant à la prière

Comme nous l'avons vu, la prière nous fait trouver notre joie en Dieu et dans l'obéissance à sa volonté : « Réjouissez-vous sans cesse dans le Seigneur, je le dis encore, réjouissez-vous. (...) Le Seigneur est proche. N'entretenez aucun souci ; mais en tout besoin recourez à l'oraison et à la prière, pénétrées d'action de grâces, pour présenter vos requêtes à Dieu. Alors la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus. » (Ph 4, 4-7) Autrement dit, avant de prendre une décision, **il nous faut prier jusqu'à ce que la paix se fasse en nous**. Nos pensées sont alors « gardées dans le Christ » c'est-à-dire dans sa lumière. Nous ne les forçons pas, mais elles se déploient naturellement dans cette paix. **Il n'y a pas de discernement spirituel possible en dehors de la paix** que Jésus nous donne dans l'abandon au Père.

C'est la raison pour laquelle on doit, autant que possible, éviter de prendre des décisions en temps de « désolation » comme le montre saint Ignace de Loyola<sup>38</sup>. Comme on dit, la peur est

---

<sup>37</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>38</sup> « Il importe, au temps de la désolation, de ne faire aucun changement, mais de demeurer ferme et constant dans ses résolutions, et dans la détermination où l'on était avant la désolation, ou au temps même de la consolation. Car, **comme c'est ordinairement le bon esprit qui nous guide et nous conseille dans la consolation, ainsi, dans la désolation, est-ce le mauvais esprit**, sous l'inspiration duquel nous ne pouvons prendre un chemin qui nous conduise à une bonne fin. » (*Ibid.*, n° 318). Par « désolation » saint Ignace entend les ténèbres et le trouble de l'âme, l'inclination aux choses basses et terrestres, les diverses agitations et tentations qui la portent à la défiance, et laissent sans espérance et sans amour, triste, tiède, paresseuse, et comme séparée de son Créateur et Seigneur. » (n° 317).

mauvaise conseillère. Le démon nous pousse à prendre des décisions précipitées dans un état d'inquiétude ou de culpabilité alors que Dieu lui ne nous met jamais la pression<sup>39</sup>. Satan pêche en eaux troubles. **L'inquiétude est plus dangereuse pour notre vie spirituelle que nous ne pouvons le penser.** Par elle, non seulement le démon trouble nos âmes, mais il nous pousse aussi à prendre nos décisions précipitamment, c'est-à-dire sans prendre le temps de retrouver un peu de recul et de paix pour être en état de discerner. L'Écriture nous en avertit : « **Qui presse le pas se fourvoie** » (Pr 19, 2). « Presser le pas » peut se comprendre ici d'une manière littérale : il y a une tension, une précipitation dans notre comportement qui peut suffire à nous faire perdre la paix du cœur. Notre cœur est oppressé. Là où nous sentons un commencement d'agitation, il ne faut pas hésiter à nous mortifier en faisant les choses les unes après les autres avec douceur et patience **pour briser toute forme d'impétuosité et d'empressement**<sup>40</sup>. Nous cédon souvent à la tentation d'expédier les besognes pénibles et sans intérêt selon nos calculs humains oubliant l'avertissement du Siracide : « Ne répugne pas aux besognes pénibles... Sois attaché à ta besogne, occupe-t'en bien et vieillis dans ton travail. » (Si 7, 15 ; 11, 20)<sup>41</sup>.

## 2. Discerner par la paix en restant à l'écoute de son cœur et de son corps

La paix est aussi le premier critère pour discerner si nos pensées viennent ou non de Dieu. Les lumières de Dieu, en effet, nous sont données dans la paix, qui dépend elle-même de la pureté du cœur, **et elles nous gardent dans la paix.** C'est ainsi que « la sagesse d'en haut est tout d'abord pure puis pacifique... » (Jc 3, 17). C'est ainsi que nous pouvons démasquer les pièges du prince des ténèbres qui cherche à **s'insinuer dans nos pensées**<sup>42</sup> comme l'explique saint Ignace : « nous devons **examiner avec grand soin la suite et la marche de nos pensées.** (...) si, dans la suite des pensées qui nous sont suggérées, (...) **ces pensées affaiblissent notre âme, l'inquiètent, la troublent,** en lui ôtant la paix, la tranquillité et le repos dont elle

---

<sup>39</sup> « Néanmoins, il arrive que nous ayons, au cours de notre histoire, été inhibé à une capacité à la décision, à l'engagement parce que nous n'aurions pas assez fait l'expérience que notre parole était entendue, digne d'intérêt. Certaines personnes (parentèle, éducateurs) nous ont imprégnés de la croyance qu'elles devaient décider pour nous, que nous n'en étions pas capables. Dans ce cas-là, le discernement *avant* une décision est source d'angoisses ou de troubles qui ne sont pas imputables à la décision elle-même mais au fait d'avoir à décider. Attendre un meilleur temps n'apporterait rien. Il faut décider après une réflexion intelligente et voir comment on se sent *après* la décision. » (Véronique de Lachapelle)

<sup>40</sup> Comme saint François de Sales l'a enseigné à maintes reprises : « **Ne vous empressez point à la besogne, car toute sorte d'empressement trouble la raison et le jugement,** et nous empêche même de faire bien la chose à laquelle nous nous empressons (...). » « **Recevez donc les affaires qui vous arrivent en paix,** et tâchez de les faire par ordre, l'une après l'autre ». « **Il faut en tout et partout vivre paisiblement.** Nous arrive-t-il de la peine, ou intérieure ou extérieure, il faut la recevoir paisiblement. Nous arrive-t-il de la joie, il faut la recevoir paisiblement, sans pour cela tressaillir » (cité par le Père Jacques Philippe dans *Recherche la paix et poursuis-la*, Éd. des Béatitudes, p. 81 et 88).

<sup>41</sup> « D'où l'intérêt d'être à l'école de Marie. » (Gwenaëlle Johannes)

<sup>42</sup> Comme l'explique saint Ignace : « C'est le propre de l'Ange mauvais, lorsqu'il se transforme en Ange de lumière, d'entrer d'abord dans les vues de l'âme pieuse, et de finir par lui inspirer les siennes propres. Ainsi, il commence par suggérer à cette âme des pensées bonnes et saintes, conformes à ses dispositions vertueuses ; mais bientôt, peu à peu, il tâche de l'attirer dans ses pièges secrets et de la faire consentir à ses coupables desseins. » (*Exercices spirituels*, 332).

jouissait d'abord, c'est une marque évidente qu'elles procèdent du mauvais esprit, ennemi de notre avancement et de notre salut éternel. »<sup>43</sup>

Ici donc on apprend à **discerner les pensées** qui nous viennent ou les paroles que nous entendons **à l'effet qu'elles produisent dans notre cœur**, au fruit qu'elles portent en nous au sens où le Christ dit au sujet des « faux prophètes qui viennent à nous déguisés en brebis » : « C'est à leurs fruits que vous les reconnaîtrez » (Mt 6, 16). **Les choses se font par « connaturalité »** : celui qui connaît Dieu ressent instinctivement ce qui est de Dieu et ce qui n'est pas de Dieu comme le dit Jésus aux Pharisiens : « Qui est de Dieu entend les paroles de Dieu ; si vous n'entendez pas, c'est que vous n'êtes pas de Dieu » (Jn 8, 47). Le discernement s'opère grâce au contraste, à la différence qu'il y a entre ce qui est de Dieu et ce qui n'est pas de Dieu<sup>44</sup>, car il n'y a aucune « union » possible « entre la lumière et les ténèbres », « aucun accord du Christ avec Béliard » (cf. 2 Co 6, 14-15). Il s'opère à la manière d'un homme qui goûte la qualité d'un aliment au sens où l'Écriture dit : « **Le palais reconnaît à son goût le gibier, de même le cœur avisé discerne les paroles mensongères** » (Si 36, 24). **On éprouve ce qui est en contradiction avec Dieu**, avec la connaissance intérieure de Dieu. Ce qui est de Dieu nous conforte dans la paix qui découle immédiatement de l'union à Dieu<sup>45</sup>. Ce qui n'est pas de Dieu contrarie cette paix. **C'est notre cœur qui nous avertit** au sens où c'est dans notre cœur que s'éprouve la paix ou le trouble qui découle de l'irruption d'une pensée en harmonie ou en contradiction avec notre union à Dieu. Il nous faut donc rester à l'écoute de notre cœur sans nous laisser prendre dans les filets des raisonnements de l'autre. Il faut penser aussi que si nous sommes bien en Dieu, notre cœur nous avertit dès le premier instant : c'est la réaction intérieure première qui est la bonne. Étant donné le lien intime entre notre cœur et notre corps, nous pouvons aussi **rester à l'écoute de la réaction de notre corps** au sens le psalmiste dit : « Je bénis le Seigneur qui me conseille : même la nuit mes reins m'avertissent. » (Ps 15 (16), 7).

Il nous faut là aussi recourir à la prière. C'est en elle que nous pouvons plus facilement sentir si telle pensée qui nous vient nous enfonce dans la paix quand nous y adhérons ou si, au contraire, elle trouble cette paix profonde qui nous est donnée en présence de Dieu. Il faut faire attention à ce que cette paix soit vraiment la paix du cœur : il y a, en effet, des pensées qui peuvent sur le moment nous sécuriser, nous tranquilliser sans que notre cœur soit vraiment en paix. **Le démon a l'art de nous garder dans une fausse paix quand nous sommes sur une fausse route**<sup>46</sup>. Dans la mesure où l'on vit à la superficie de soi, on risque

---

<sup>43</sup> *Ibid.* 333.

<sup>44</sup> Écoutons saint Ignace : « Chez ceux qui vont de bien en mieux, **le bon ange touche l'âme doucement, légèrement et suavement**, comme une goutte d'eau qui entre dans une éponge ; et le mauvais la touche de façon aiguë, avec bruit et agitation, comme lorsque la goutte d'eau tombe sur la pierre. Chez ceux qui vont de mal en pis, ces mêmes esprits les touchent de manière opposée. La cause en est que la disposition de l'âme est **opposée ou semblable à ces anges** » (*Exercices spirituels*, n° 335).

<sup>45</sup> Connaître Dieu, c'est reposer en lui si bien que la sagesse est un esprit « paisible » (Sg 7, 23). Elle est, de plus, « pacifique » (Jc 3, 17). Elle est inséparable de la paix comme de la charité dont elle découle et elle fait œuvre de paix. C'est ce qui fait dire à saint Thomas d'Aquin que « s'il appartient à la charité de posséder la paix, **il appartient à la sagesse de faire la paix** » (S.T., II,II, q.45, a.6, ad.1).

<sup>46</sup> Comme le montre bien sainte Thérèse d'Avila : « L'âme que je vois subir d'immenses tentations ne m'inquiète donc point, car si l'amour et la crainte de Notre Seigneur sont en elle, elle en sortira

de s'y tromper. C'est pour cela qu'il faut recourir à la prière et **laisser les choses se décanter** progressivement avec le temps. Lorsque je suis devant une alternative, je peux ainsi choisir l'une ou l'autre possibilité et m'efforcer de faire comme si j'avais déjà pris ma décision sans la remettre en cause, sans raisonner, et voir au bout de trois jours, comme le conseille saint Ignace de Loyola, dans quel état me met cette pensée. Si cette pensée est contraire à la volonté de Dieu, elle me laissera dans la tristesse et le dégoût. Par contre, si elle est conforme à cette volonté, elle finira par me procurer une profonde paix même si l'angoisse revient dès que je mets à imaginer comment les choses pourront se faire. Dieu n'aime pas que nous cherchions à imaginer à l'avance le comment. Il ne veut pas nous enlever le mérite de la foi. C'est pourquoi il nous donne ses lumières peu à peu. Au contraire, **le démon, lui, sait très bien nous pousser à imaginer l'avenir et à mettre notre confiance dans des plans apparemment très sûrs.** C'est la raison pour laquelle il est important de vivre l'exercice sans laisser de place à l'imagination, aux calculs, aux raisonnements humains. Il faut s'en tenir à un principe simple : là où est la vérité, là est l'Esprit Saint et là où est l'Esprit Saint, là est la joie et la paix du cœur.

### 3. Le critère de l'intériorité et de la liberté

Dans notre discernement des pensées qui nous viennent à l'esprit, il nous faut garder présent à l'esprit que **Dieu, et lui seul, parle au cœur**<sup>47</sup>. Il parle à notre cœur au-delà de ce que nous pouvons concevoir, au-delà des pensées qui nous viennent. Et en même temps qu'il parle à notre cœur, il nous communique son amour. En Dieu, Vérité et Amour sont une seule et même chose. C'est pourquoi Dieu ne peut mettre sa lumière dans notre cœur sans le toucher de son amour. **Toute vraie inspiration divine est en même temps une dilatation de notre cœur** au feu de l'Amour divin. La paix divine que Dieu nous donne va de pair avec l'intériorisation et l'unification de notre être. L'homme intérieur est fortifié. **Dieu nous ramène à ce centre intime de notre être** qu'est notre cœur. Il nous restitue à nous-mêmes en même temps qu'il se communique à nous. De là découle une liberté nouvelle, celle des enfants de Dieu. Dieu n'agit pas dans la contrainte et le stress. **Il ne joue pas sur la culpabilité ou l'inquiétude, mais il nous meut de l'intérieur.** Il veut que nous puissions faire les choses avec le cœur.

---

avec de grands bénéfiques, je le sais. Et si j'en vois une autre, vivre dans une constante tranquillité, sans nul combat (j'en ai rencontré quelques-unes), même si je ne vois pas qu'elles offensent le Seigneur, j'ai toujours peur, rien ne peut me rassurer (...) Qu'en sera-t-il donc de ceux qui vivent en paix, malgré un grand relâchement dans la Règle ? Plaise à Dieu qu'il n'y en ait point. **Le démon doit avoir bien des manières de procurer cette paix.** (...) Oh ! la paix que donnent les richesses ! Ceux qui ont ce qui leur faut et beaucoup d'argent dans leurs coffres croient que tout est fait s'ils se gardent de commettre des péchés graves. Ils jouissent de ce qu'ils possèdent, font une aumône de temps en temps, sans considérer que ces biens ne sont pas à eux, mais que le Seigneur les leur a donnés comme à ses intendants pour qu'ils partagent avec les pauvres (...) Cela ne nous concerne que pour que vous suppliez le Seigneur de les éclairer, de **les sortir de leur torpeur**, et qu'il n'en soit pas d'eux comme du riche avare... » (*Pensées sur l'amour de Dieu*, II). Cette fausse paix est celle de notre somnolence spirituelle pour reprendre une expression chère à Benoît XVI. Le démon nous laisse tranquilles pour ne pas nous réveiller.

<sup>47</sup> On peut se rappeler ici la parole du Seigneur au sujet d'Israël : « Je la conduirai au désert et je parlerai à son cœur » (Os 2, 16).

Les inspirations divines ne se situent jamais seulement au niveau de notre intellect, comme une simple pensée, mais elles sont toujours accompagnées d'une grâce plus intérieure, plus cachée, à la différence des fausses lumières du démon. En définitive, c'est la présence de l'Esprit qui se donne à nous en même temps qu'il nous donne sa lumière. Et « où est l'Esprit du Seigneur, là est la liberté » (2 Co 3, 17). **Cette liberté donnée par l'Esprit est une liberté intérieure** qui nous est donnée quand nous demeurons dans notre cœur et que nous agissons ainsi du plus intime de nous-mêmes. Nous ne sommes plus dans un état aliénant de dépendance affective<sup>48</sup>, de dissipation ou de tension. « De cette manière nous pouvons vivre la charité du Christ à notre insu, sans le savoir. Charité de celui qui vit en moi et qui se donne tout naturellement. Charité qui dépasse ma petite personne. Je compare à une dilatation du cœur qui fait que notre cœur profond rejoint le cœur profond de la personne d'où Dieu se donne à travers nous. »<sup>49</sup> Le démon, lui, cherche à exalter notre cœur et à nous faire jouir d'une espèce de faux état de grâce. Notre cœur reste froid et sec au-delà des grands sentiments que ses lumières trompeuses peuvent susciter en nous. On se projette dans l'avenir et la force que nous pouvons ressentir n'est pas celle d'un cœur habité par Dieu, mais celle de notre attachement à nous-mêmes.

### **Conclusion : Demeurer dociles à la vérité pour vaincre avec le Christ**

« Je vous exhorte donc, frères, par la miséricorde de Dieu, à offrir vos corps<sup>50</sup> en hostie vivante, sainte, agréable à Dieu : c'est là le culte spirituel que vous avez à rendre. Et ne vous modeliez pas sur le monde présent, mais que le renouvellement de votre jugement vous transforme et vous fasse discerner quelle est la volonté de Dieu, ce qui est bon, ce qui lui plaît, ce qui est parfait. » (Rm 12, 1-2). Nous avons vu comment accueillir la lumière pour discerner dans la docilité à l'Esprit Saint c'est-à-dire aussi dans cette charité divine qui nous pousse à nous offrir nous-mêmes et notre vie tout entière à Dieu pour le salut de nos frères. Jésus veut nous attirer à lui et nous prendre dans son offrande au Père pour nous associer à son œuvre de rédemption. De là découle un « renouvellement de notre jugement », de notre mode de penser qui « transforme » nécessairement notre manière d'agir en nous faisant discerner « quelle est la volonté de Dieu, ce qui est bon, ce qui lui plaît, ce qui est parfait ». Notre corps devient de plus en plus lumineux dans un ajustement de plus en plus grand au bon plaisir divin. Nous nous laissons mener par l'Esprit dans un dessaisissement de plus en plus grand de nous-mêmes.

Ainsi en nous prenant dans son offrande, Jésus nous tire hors du monde. Nous ne vivons plus selon l'esprit de monde, nous ne nous « modelons » plus « au monde présent ». Nous « marchons dans la vérité » (cf. 2 Jn 4), **nous vivons dans et par la vérité**. Nous ne sommes plus des âmes rebelles, indociles à la vérité et dociles à l'injustice » (cf. Rm 2, 8), mais nous obéissons à la vérité, nous sommes « esclaves de l'obéissance pour la justice » (Rm 6, 16). Nous appartenons concrètement au Christ en appartenant à la vérité. Et puisque « Quiconque

---

<sup>48</sup> « Il y a plusieurs libertés. Je pense que la première est d'avoir la liberté affective : ça se travaille. La liberté affective nous rend moins dans le besoin de plaire, d'être aimé, nous évite d'être préoccupé par l'attitude à avoir dans telles circonstances. Cela me semble lié à l'abandon. » (Cécile Grandjean).

<sup>49</sup> Cécile Grandjean.

<sup>50</sup> C'est-à-dire dans le langage biblique votre personne et vos actions concrètes.



est de la vérité écoute la voix du Christ » (cf. Jn 18, 37), nous « suivons l'Agneau partout où il va » (cf. Ap 14, 4). Nous nous retrouvons ainsi « comme des agneaux au milieu des loups »<sup>51</sup>. Pour conclure, n'ayons pas peur de nous poser la question : **est-il possible de marcher droit dans un monde tordu**, de rester fidèle à la vérité, là où l'hypocrisie, le mensonge, la manipulation et la violence sont la règle ? Et laissons le Christ nous répondre : « Mes brebis écoutent ma voix, je les connais et elles me suivent ; je leur donne la vie éternelle ; elles ne périront jamais et nul ne les arrachera de ma main. Mon Père, quant à ce qu'il m'a donné, est plus grand que tous. Nul ne peut rien arracher de la main du Père. » (Jn 10, 27-29).

### **Conclusion : Imiter Marie et se réfugier dans son cœur immaculé**

« Quant à Marie, elle conservait avec soin toutes ces choses, les méditant en son cœur. » (Lc 2, 19). Nous avons besoin prendre Marie comme **modèle de la femme qui écoute**, qui se laisse modeler par la Parole dans une entière docilité, une parfaite passivité. Marie n'a jamais cherché à comprendre d'elle-même la Parole<sup>52</sup>, mais **elle l'a gardée dans son cœur, dans l'obéissance de la foi**. Elle s'est enfoncée toujours plus loin sur le chemin de la petitesse avec une intelligence d'enfant qui se laisse enseigner. Elle s'est ouverte à la lumière sans chercher à avoir de prise sur elle. Son cœur immaculé est un espace de silence dans lequel nous pouvons toujours nous réfugier. Qu'elle soit pour nous comme dans un « petit Oratoire »<sup>53</sup> en lequel nous recueillir pour laisser Dieu nous communiquer sa lumière dans le secret.

---

<sup>51</sup> « Saint Jean Chrysostome, dans l'une de ses homélies, commente : “Tant que nous serons des agneaux, nous vaincrons et, même si nous sommes entourés par de nombreux loups, nous réussirons à les vaincre. Mais si nous devenons des loups, nous serons vaincus, car nous serons privés de l'aide du pasteur » (*Homélie 33, 1 : PG 57, 389*). **Les chrétiens ne doivent jamais céder à la tentation de devenir des loups parmi les loups...** » (Benoît XVI, *Célébration de la Parole en préparation à la journée d'Assise*, le 26.10.2011). Demeurons fidèles à la vérité même au prix de la souffrance et nous participerons à la victoire du Christ avec la force de la Croix.

<sup>52</sup> Comme nous pouvons le voir au moment du recouvrement de Jésus au temple : « Mais eux (Marie et Joseph) ne comprirent pas la parole qu'il venait de leur dire. Il redescendit alors avec eux et revint à Nazareth ; et il leur était soumis. Et sa mère gardait fidèlement toutes ces choses en son cœur. » (Lc 2, 51-52).

<sup>53</sup> Pour reprendre l'expression de saint Louis Marie Grignon de Montfort dans *Le secret de Marie*, n° 47 : « Il faut faire toute chose en Marie, c'est-à-dire qu'il faut **s'accoutumer peu à peu à se recueillir au-dedans de soi-même pour y former une petite idée ou image spirituelle de la très Sainte Vierge**. Elle sera à l'âme l'Oratoire pour y faire toutes ses prières à Dieu, sans crainte d'être rebutée ; la Tour de David pour s'y mettre en sûreté contre tous ses ennemis ; la Lampe allumée pour éclairer tout l'intérieur et pour brûler de l'amour divin ; le Reposoir sacré pour voir Dieu avec elle ; et enfin son unique Tout auprès de Dieu, son recours universel. »