

Enseignement n° 3

LA PRÉSENCE À L'AUTRE

<i>Introduction</i>	12
<i>1. Présence à Dieu et présence à autrui</i>	13
<i>2. Suivre le chemin de prière</i>	14
<i>3. Suivre le chemin de la vérité dans l'humilité</i>	15
<i>4. Éviter toute forme de projet et demeurer dans le moment présent</i>	16

Introduction

Nous allons essayer maintenant de développer la question de l'accueil et de l'écoute à partir de tout ce que nous avons vu précédemment sur la charité divine qui doit nous animer. Nous nous servirons des différents points abordés habituellement dans les formations à la relation d'aide et à l'écoute. Nous nous efforcerons de les reprendre en les intégrant dans une perspective plus large, celle d'un exercice de la charité qui laisse voir et passer Dieu et qui est capable de porter l'autre comme le Christ nous a portés. Autrement dit, il s'agit de parvenir à montrer comment ces différentes manières de faire peuvent être comprises et vécues dans un esprit évangélique. À proprement parler, il n'y a pas de technique d'accueil ni de technique d'écoute pas plus qu'il n'y a de techniques de prière¹ parce que l'accueil comme l'écoute sont des exercices de la charité et que la charité ne se laisse pas mettre en technique. Elle suppose pour être vécue en vérité une docilité permanente à l'Esprit Saint dans l'humilité, la confiance et l'abandon des tout-petits. Il faut donc **nous garder de mettre notre confiance dans une technique** : nous ne pouvons pas plus « savoir » accueillir ou « savoir » écouter que « savoir » aimer. Par contre il est possible de mettre en évidence des repères, des règles de prudence pour éviter de tomber dans certains pièges, pour baliser le chemin d'un accueil ou d'une écoute dans la charité. Celles-ci ne nous dispensent pas d'être d'abord attentifs à nous laisser mener par l'Esprit. Bien plus elles peuvent favoriser cette docilité à l'Esprit, si elles sont vécues non comme un « savoir-faire » mais comme une forme d'ascèse, comme une humble manière se disposer à une plus grande disponibilité à l'Esprit.

¹ « Assurément, le chrétien a besoin de temps déterminés de retraite dans la solitude pour se recueillir et retrouver près de Dieu son chemin. Mais à cause de son caractère de créature, et de créature qui sait n'avoir de sécurité que dans la grâce, sa manière de s'approcher de Dieu ne se fonde sur aucune technique au sens strict du mot. **Cela contredirait l'esprit d'enfance requis par l'Évangile.** La mystique chrétienne authentique n'a rien à voir avec la technique : elle est toujours un don de Dieu, dont le bénéficiaire se sent indigne. » (Congrégation pour la doctrine de la foi *Quelques aspects de la méditation chrétienne*, le 15 octobre 1989)

Nous avons vu la dernière fois comment nous pouvions, dans toutes nos relations, nous exercer d'abord à porter le fardeau de l'autre avec un cœur ouvert. Prier et « prendre notre croix » est ce qu'il y a de plus utile et ce qu'il est toujours possible de vivre. Dans le prolongement de cette réflexion sur l'ouverture de notre cœur à l'autre, nous allons voir comment la qualité de notre présence peut créer un espace de paix et de liberté dans lequel peut se vivre une vraie rencontre des personnes, un vrai dialogue. Il nous faut pour cela d'abord essayer de préciser ce que nous entendons fondamentalement par présence à autrui.

1. Présence à Dieu et présence à autrui

Dieu nous a créés pour que nous vivions « en sa présence face à lui » (cf. Ép 1, 4). Nous ne sommes vraiment nous-mêmes que dans et par cette relation d'amour au Père qui est participation à la vie filiale du Fils. Nous faisons tous l'expérience que nous sommes faits pour vivre de relation et cela de multiples manières et dans toutes les dimensions de notre être : physique, psychique et spirituelle, mais **notre vraie personne, nous ne pouvons la découvrir que dans notre relation au Père**, à l'image du Fils « relation subsistante », pure filiation. Nous ne pouvons nous trouver nous-mêmes, trouver notre vraie personne qu'en étant tournés vers le Père par et comme le Fils. Quand on se laisse entraîner par le Fils vers le Père, on ne se regarde plus, on ne s'écoute plus parler, on ne joue plus son personnage, on est désencombré de notre moi possessif et dominateur. On peut être vraiment soi-même, tout vivre avec le cœur. Étant ainsi intériorisés, en contact avec le fond de notre être, nous pouvons être présents aux autres dans l'épaisseur du moment présent où se vit l'union à Dieu. C'est là une expérience très simple : **en vivant en présence de Dieu², il nous est donné par grâce d'être vraiment ouverts et présents aux autres.**

Être présent à l'autre signifie entrer dans un vrai contact de personne à personne dans la lumière et l'amour de Dieu. Il se crée alors un espace de paix et de liberté dans lequel l'autre peut entrer et par lequel il est comme irrésistiblement attiré parce que cette qualité d'être et de présence révèle quelque chose du Royaume de Dieu³ que tout homme de bonne volonté recherche confusément. **La présence suscite la présence.** La paix se communique. Demeurer en présence de Dieu⁴, c'est demeurer dans une paix qui nous libère d'un état d'inquiétude, d'agitation intérieure et de tension, qui nous rend toujours un peu impatients et agressifs c'est-à-dire blessants et maladroits dans nos relations à autrui. La présence à Dieu nous libère aussi de l'esprit de possession parce qu'elle nous comble. Vivre en présence de Dieu, c'est garder son âme « égale et silencieuse », **c'est entrer dans une douceur et une humilité**, qui font que l'autre peut lâcher le personnage qu'il s'est construit pour survivre dans un monde dur et froid. Il peut être lui-même sans peur. Il peut sortir de tout un discours mental qui n'est pas la

² Cette présence à Dieu est réponse à sa présence à nous non seulement comme Créateur mais comme Celui qui s'est fait tout proche de nous par l'incarnation. Autrement dit le lieu privilégié de notre présence à Dieu est l'Eucharistie.

³ Le Royaume de Dieu est communion à Dieu et à l'autre et être présent à l'autre signifie rendre possible la communion autant que cela dépend de nous.

⁴ Le frère Laurent de la Résurrection a bien montré comment nous pouvions vivre au quotidien ce qu'il appelait « **la pratique de la Présence de Dieu** » (cf. *Frère Laurent de la Résurrection*, Conrad de Meester, éd. Cerf, Paris 1991)

La présence à l'autre

vérité de son cœur. Ce ne sont plus deux personnalités psychologiques qui se heurtent ou qui sont tentées de fusionner, mais c'est la rencontre libre et vraie de deux personnes qui communiquent de cœur à cœur⁵ au-delà des difficultés d'expression liées aux limites physiques ou psychiques de leur humanité⁶.

Tel est l'idéal de la rencontre qui ne dépend pas d'abord de nous, mais de la grâce de l'Esprit Saint. La présence n'est pas quelque chose que nous pouvons fabriquer. Elle est de l'ordre de la grâce c'est-à-dire d'un don de Dieu. En ce sens-là il ne faut pas chercher à être présent à l'autre en étant tendu comme si cela dépendait d'abord de nos efforts humains. La question est de voir comment nous **pouvons nous disposer humblement avec la grâce de Dieu à un véritable état de présence à l'autre**, quels chemins concrets pouvons-nous suivre pour nous y préparer ou dans la relation à autrui elle-même. En effet si la relation à Dieu est première, si elle est la relation fondamentale dont dépendent toutes les autres relations⁷, il est vrai aussi qu'étant donné ce que Benoît XVI appelle « l'interaction nécessaire entre amour de Dieu et amour du prochain »⁸, je peux travailler à me disposer à être présent à **Dieu sur le terrain même de la relation à l'autre**. C'est là qu'il peut être utile d'être à l'écoute des observations de la psychologie moderne.

2. Suivre le chemin de prière

Dans la mesure où nous gardons conscience que la vraie présence n'est pas quelque chose que nous pouvons créer, fabriquer par nous-mêmes, le premier chemin apparaît ici celui de la prière comme gémississement de l'âme en recherche de la présence de Dieu. Il ne s'agit pas tant ici de prier à telle ou telle intention mais de **laisser se réveiller le désir de vivre en présence de Dieu**. Prier ainsi suppose de prendre conscience de notre dispersion, de notre indisponibilité à Dieu. Elle suppose aussi que nous reprenions conscience du **primat de la présence à Dieu** dont tout le reste dépend au sens où le Christ dit : « Cherchez d'abord le Royaume de Dieu et le reste sera donné par surcroît » (Mt 6, 33). Il est bon aussi de prendre conscience que sans ces grâces de présence à l'autre, je ne peux pas vraiment le rejoindre et donc je ne peux pas non plus vraiment m'ajuster à lui. Il reste comme un mur qui me sépare de l'autre. La prière peut donc se vivre alors même que je suis déjà en relation avec l'autre et que je prends conscience de mon incapacité à parler à son cœur. On ne se comprend pas vraiment, on n'arrive pas à s'accorder en profondeur parce qu'il manque le contact intime. On reste comme deux îlots de pensées et de sentiments qui n'arrivent pas à se rencontrer. **Par le chemin de la prière, je descends en moi-même sans me refermer sur moi-même** précisément parce que je descends dans ce lieu secret du cœur qui est à la fois le lieu de

⁵ Comme on le dit souvent et comme Benoît XVI l'a rappelé, « **le cœur parle au cœur** » (cf. *Audience générale* du 8 octobre 2008. O.R.L.F. N. 41)

⁶ Comme on peut l'expérimenter auprès avec des mourants ou de personnes handicapées.

⁷ Comme l'a expliqué Benoît XVI : « La vie humaine est une relation. Ce n'est qu'au sein d'une relation, et non pas fermés sur nous-mêmes, que nous pouvons avoir la vie. **Et la relation fondamentale est la relation avec le Créateur, car les autres relations sont fragiles.** Choisir Dieu, donc : tel est l'essentiel. » (Discours au clergé de Rome du 2 mars 2006. O.R.L.F. N. 11 14 mars 2006).

⁸ *Deus caritas est*, 18.

l'intériorité et de l'ouverture. C'est à partir de ce lieu secret que je vais pouvoir trouver le chemin de la présence à l'autre.

3. Suivre le chemin de la vérité dans l'humilité

En ce sens-là, on peut dire que la présence à l'autre passe par la présence à soi à condition de bien comprendre cette « présence à soi ». Il ne s'agit pas, en effet, de se regarder soi-même, d'être préoccupé de coller à une certaine image de soi, comme par exemple de quelqu'un de charitable. Si je me recherche secrètement moi-même dans la relation à l'autre, je ne risque pas de rejoindre l'autre. Celui-ci devient **l'objet de ma charité** et moi-même je m'enferme dans une fonction, un personnage. Il y a par contre un souci de vérité, une recherche de vérité sur soi au sens d'une ouverture à la lumière qui fait que je n'étouffe pas la petite voix intérieure, la voix de ma conscience, de mon cœur. J'accepte de voir l'état réel dans lequel je suis au lieu de m'illusionner sur moi-même en poursuivant obstinément un idéal de soi. Il y a donc une présence à soi qui est **connaissance de soi sans recherche de soi**. Cette soumission à la vérité que Dieu me donne de voir sur moi-même est un chemin d'humilité qui me fait sortir de moi-même et m'ouvre à sa grâce. Il ne s'agit donc pas seulement d'être en contact avec ses sentiments mais de demeurer à l'écoute de la vérité de son cœur.

Je peux alors être vrai dans mon comportement, dans ma manière de parler et d'agir. Ne pas dire ou faire des choses qui ne correspondent pas à la vérité de mon cœur. Être moi-même au sens de demeurer **fidèle à la vérité de mon cœur et de ma conscience**. Tout faux-semblant, toute recherche de paraître m'éloigne de l'autre alors même que je pourrai penser par là m'adapter davantage à lui. Comme dit saint Paul, « nous ne tentons pas de ruser avec vous. Seulement Dieu nous ayant confié l'Évangile après nous avoir éprouvés, nous prêchons en conséquence, **cherchant à plaire non pas aux hommes, mais à Dieu qui éprouve nos cœurs** ». Jamais non plus nous n'avons eu un mot de flatterie... » (1Th 2, 3-5). Autrement dit la présence à l'autre requiert la simplicité d'être au sens profond du terme c'est-à-dire cohérence avec ce que nous portons au plus intime de nous-mêmes. Il y a des personnes qui sont spontanées, « nature », qui laissent s'exprimer librement leurs émotions, mais qui ne sont pas pour autant dans cette qualité de présence parce qu'elles ne demeurent pas dans leur cœur. La véritable transparence, c'est la transparence du cœur. En définitive, c'est en vivant sous le regard de Dieu, en étant transparent devant Celui qui voit dans le secret, qui « éprouve nos cœurs », que je peux résister jusqu'au bout à la tentation de l'hypocrisie bien intentionnée.

4. Éviter toute forme de projet et demeurer dans le moment présent

On comprend ici que si je demeure dans le vouloir faire, je garde au fond de mon cœur un projet sur l'autre, je ne vais pas pouvoir entrer dans cette qualité de présence parce que je ne pourrai pas demeurer tout à fait simple et vrai. On ne peut pas être à la fois présent à l'autre et dans le calcul. Il faut vivre la relation dans la confiance qu'en m'appliquant d'abord à cette qualité de présence la parole et le geste justes au moment juste me seront « donnés par surcroît » (Mt 6, 33). Comme le dit Benoît XVI, « **le programme du chrétien** – le

La présence à l'autre

programme du bon Samaritain, le programme de Jésus – est **“un cœur qui voit”**»⁹ moyennant précisément cette présence à l'autre. Si nous ne voyons rien, plutôt que de vouloir meubler le vide acceptons notre impuissance et demeurons dans le silence : nous pourrions par-là être plus présents à l'autre. C'est ici que la « dé-maîtrise » est absolument nécessaire. Je ne peux pas, en effet, prévoir à l'avance ce qui ne peut m'être montré qu'à l'intérieur d'une présence qui est aussi écoute du cœur de l'autre comme nous le verrons par la suite.

Par là même on comprend ici la nécessité de **demeurer dans le moment présent**. Il va de soi que l'inquiétude nous empêche de demeurer dans la présence à l'autre tout comme le fait de poursuivre plusieurs choses à la fois. On perçoit ici à nouveau l'importance de la prière : « Le Seigneur est proche. N'entretenez aucun souci ; mais en tout besoin recourez à l'oraison et à la prière » (cf. Ph 4, 6) pour « **vous décharger de toute votre inquiétude sur Dieu** » (cf. 1P 5, 7). Mais le fait de demeurer dans le moment présent est aussi **une question d'acceptation du réel**¹⁰ et cette acceptation du réel dépend en définitive de notre abandon à la volonté divine. C'est **en recevant toute chose de la main de Dieu par la foi** que nous pouvons pleinement les accepter. On peut dire que nous entrons dans la présence en passant par la porte de l'obéissance, la première obéissance que Dieu nous appelle à vivre étant précisément cette acceptation de la réalité présente. Ainsi une manière de se préparer à accueillir quelqu'un est de s'appliquer d'abord à recevoir de la main de Dieu les plus petites choses qui nous sont données à vivre ou à supporter avant ou pendant la rencontre.

⁹ *Deus Caritas est*, 31.

¹⁰ Pour nous aider à coller à la réalité, il peut être utile pour cela de commencer être attentif ce qu'il nous est donné de voir, de sentir, d'entendre par nos sens externes comme on peut l'apprendre à travers la méthode Vittoz.