

Enseignement n° 7

DES CHEMINS OUVERTS PAR LE CHRIST

INTRODUCTION

Le fait d'expérimenter dans la prière, l'écoute de la Parole où, une rencontre, le regard du Christ posé sur nous, nous permet de vivre des moments de grâce intenses. Nous voir et nous aimer nous-mêmes dans son regard. Nous pouvons dans ces moments-là passer au-dessus de nos blessures. La grâce est plus forte que la nature. Mais ces fortes expériences spirituelles ne guérissent pas pour autant en profondeur notre psychisme blessé. Celui-ci a ses lois propres, son rythme propre et sa transformation ne peut se faire uniquement par le rayonnement de la contemplation. Il n'y a rien de magique dans le christianisme. Le développement de notre vie chrétienne, c'est tout un ensemble. Il y a un primat de la vie intérieure, de la vie théologale, mais il y a aussi les actes concrets, le changement de comportement dans la vie quotidienne. Nous allons essayer de mettre en évidence quelques exercices spirituels concrets. Nous chercherons ensuite à montrer comment nous pouvons nous aimer nous-mêmes en renonçant à nous-mêmes.

I. S'AIMER SOI-MÊME AU QUOTIDIEN

1. L'amour de soi et notre oui aux joies authentiques de la vie

Comment pouvons-nous avancer sur ce chemin que Jésus nous ouvre par sa Passion ? Comme nous l'avons vu, s'aimer soi-même par amour pour Dieu signifie d'abord dire oui au don de la vie comme au don de son amour. Les choses ne peuvent se faire que peu à peu. On peut **commencer par prononcer de petits oui à la vie en accueillant les joies authentiques**. Notre « oui intérieur à la vie » est aussi un « oui à la joie »¹. Et notre oui grandit dans l'action

¹ Pour reprendre les expressions utilisées par Benoît XVI lors d'un discours improvisé au terme de la fête bavaroise offerte en son honneur le 3 août 2012 à Castel Gandolfo : « Nous avons pu constater que la culture bavaroise est (...) une culture joyeuse, imprégnée de joie ; elle naît **d'une acceptation intérieure du monde, d'un oui intérieur à la vie qui est un oui à la joie**. Elle se fonde sur le fait que nous sommes en harmonie avec la Création, en harmonie avec le Créateur lui-même et que pour cela, nous savons qu'il est beau d'être une personne. (...) Or, on pourrait dire: mais **est-t-il permis d'être si heureux alors que le monde est rempli de souffrance, qu'il existe tant d'obscurité et de mal?** Est-il permis d'être si insouciant et joyeux ? La réponse ne peut être que "oui" ! Car **en disant "non" à la joie, nous ne rendons service à personne**, nous ne faisons que rendre le monde plus obscur. Et celui qui ne s'aime pas ne peut rien donner au prochain, il ne peut pas l'aider, il ne peut pas être messager

S'aimer soi-même en Dieu

de grâce, quand nous remercions Dieu de ces joies qu'il nous donne². Même si l'on ne sait pas encore les recevoir de la main de Dieu, **le fait de les accueillir humblement est déjà une manière d'accueillir l'amour de Dieu**. Il y a des joies simples, naturelles, offertes par Dieu à côté desquelles on peut facilement passer parce que l'on suit son idée du bonheur ou que l'on veut correspondre au modèle imposé par le monde.

L'humilité ici signifie une attitude de réceptivité, d'accueil du bonheur présent. « Au jour *du bonheur, sois heureux* » (Qo 7, 14). « Celui qui est dur pour lui-même, pour qui serait-il bon ? Il ne jouit même pas de ses propres biens. Il n'y a pas homme plus cruel que celui qui se torture soi-même, c'est là le salaire de sa méchanceté. (...) Mon fils, si tu as de quoi, traite-toi bien, et présente au Seigneur les offrandes qu'il demande. (...) Ne te refuse pas le bonheur présent, ne laisse rien échapper d'un légitime désir. » (Si 14, 5.6.11.14). Cette réceptivité, nous sommes appelés à la vivre notamment dans la joie d'une vraie rencontre des personnes, d'une sortie de soi vers l'autre et grâce à laquelle nous expérimentons « la grandeur et la beauté de la vie et du réel »³. Il y a ainsi **des joies humaines qui nous tirent vers le haut**, qui nous disposent à désirer la vraie vie qui est union à Dieu et aux autres en Dieu⁴. « Ce sont justement les joies les plus vraies qui sont capables de **libérer en nous cette saine inquiétude** qui conduit à être plus exigeant — vouloir un bien plus haut, plus profond — et en même temps à percevoir avec une clarté toujours plus grande que rien de fini ne peut combler notre cœur. Nous apprendrons ainsi à **tendre, désarmés, vers ce bien que nous ne pouvons pas construire** ou, nous procurer par nos propres forces; à ne pas nous laisser décourager par la difficulté ou les obstacles qui viennent de notre péché. »⁵ On ne peut que conclure avec Benoît XVI qu'« Il serait d'une grande utilité, à cette fin, de promouvoir **une sorte de pédagogie du désir**, tant pour le chemin de celui qui ne croit pas encore, que pour celui qui a déjà reçu le don de la foi. »⁶

de paix. Nous le savons à partir de la foi et nous le voyons chaque jour: le monde est beau et Dieu est beau. Et, parce qu'Il s'est fait homme et qu'il est venu habiter parmi nous, qu'il souffre et vit avec nous, nous le savons définitivement et concrètement : oui, Dieu est bon et, il est bon d'être une personne. Nous vivons de cette joie, et en partant de cette joie, nous cherchons également à apporter la joie aux autres, à repousser le mal et à être serviteurs de la paix et de la réconciliation. » (O.R.L.F. N. 32 (2012)).

² « **La joie que le Seigneur nous communique doit trouver en nous l'amour reconnaissant**. En effet, la joie est pleine quand nous reconnaissons sa miséricorde, quand nous devenons attentifs aux signes de sa bonté, si nous percevons réellement que cette bonté de Dieu est avec nous, et **nous le remercions pour ce que nous recevons de Lui chaque jour**. Qui accueille les dons de Dieu de manière égoïste, ne trouve pas la joie véritable ; en revanche, qui profite de l'occasion des dons reçus de Dieu pour l'aimer avec une gratitude sincère et pour communiquer aux autres son amour, celui-là a le cœur vraiment plein de joie. Nous devons nous en souvenir ! » (Benoît XVI, Homélie du 16.12.2012 à la paroisse romaine de San Patrizio, O.R.L.F. N. 51-52 (2012)).

³ Benoît XVI, Audience générale du 7 novembre 2012

⁴ Comme l'explique Benoît XVI : « C'est pourquoi l'expérience humaine de l'amour porte en soi un dynamisme qui renvoie au-delà de soi-même, c'est l'expérience d'un bien qui conduit à sortir de soi et, à se retrouver face au mystère qui entoure l'existence tout entière. On pourrait également faire des considérations analogues à propos d'autres expériences humaines, comme l'amitié, l'expérience du beau, l'amour pour la connaissance : chaque bien expérimenté par l'homme tend vers le mystère qui entoure l'homme lui-même ; **tout désir qui se présente au cœur humain se fait l'écho d'un désir fondamental qui n'est jamais pleinement satisfait**. » (*Ibid.*)

⁵ *Ibid.*

⁶ *Ibid.*

2. L'amour de soi et le soin du corps

Dire oui à la vie, c'est aussi apprendre à **reconnaître et à répondre aux besoins de notre humanité jour après jour**. C'est accepter et respecter les lois naturelles qui régissent notre croissance, que ce soit dans la dimension spirituelle, psychique ou physique de notre être. La relation au corps est la plus révélatrice. Notre corps nous **appelle à reconnaître notre condition de créature**, à accepter notre faiblesse, nos limites, à commencer par les limites d'un sexe déterminé⁷. Celui qui au fond de son cœur refuse le don de la vie en se fermant à l'amour de son Créateur ne peut que **haïr son corps**, le maltraiter d'une manière ou d'une autre. C'est bien ce que Benoît XVI nous fait comprendre quand il dit que « la façon d'exalter le corps, à laquelle nous assistons aujourd'hui, est trompeuse. (...) En réalité, cela n'est pas vraiment le grand oui de l'homme à son corps. ...l'apparente exaltation du corps peut bien vite se transformer en haine envers la corporéité »⁸.

Dans cet esprit-là, prendre soin de son corps ne signifie pas se focaliser sur la santé corporelle au lieu de chercher d'abord celle de l'âme, mais **vivre sur le terrain de notre corps un exercice d'humilité et de soumission au Créateur** en respectant ses besoins et ses limites⁹. Il s'agit essentiellement de pratiquer les vertus évangéliques de **douceur et de patience**. L'humilité et la douceur vont de pair. Ne pas forcer, ne pas infliger à notre corps une tension inutile. Accepter patiemment ses limites, son besoin de repos. C'est là une manière très sûre de briser notre volonté de puissance et de **cheminer vers l'acceptation de nous-mêmes tels que nous sommes dans notre fragilité**. Certes, l'amour de soi ne saurait se confondre avec le

⁷ Benoît XVI dans son discours à la curie a clairement montré le lien entre la théorie du *gender* et le refus de dépendre du Créateur. Après avoir cité l'affirmation devenue célèbre, de Simone de Beauvoir : « On ne naît pas femme, on le devient », il poursuit en disant : « Dans ces paroles se trouve le fondement de ce qui aujourd'hui, sous le mot "*gender*", est présenté comme une nouvelle philosophie de la sexualité. Le sexe, selon cette philosophie, n'est plus une donnée d'origine de la nature, une donnée que l'être humain doit accepter et remplir personnellement de sens, mais c'est un rôle social dont on décide de manière autonome, alors que jusqu'ici c'était à la société d'en décider. La profonde fausseté de cette théorie et de la révolution anthropologique qui y est sous-jacente, est évidente. L'être humain conteste avoir une nature préparée à l'avance de sa corporéité, qui caractérise son être de personne. Il nie sa nature et décide qu'elle ne lui est pas donnée comme un fait préparé à l'avance, mais que c'est lui-même qui se la crée. Selon le récit biblique de la création, il appartient à l'essence de la créature humaine d'avoir été créée par Dieu comme homme et comme femme. Cette dualité est essentielle pour le fait d'être une personne humaine, telle que Dieu l'a donnée. Justement, cette dualité comme donnée de départ est contestée. Ce qui se lit dans le récit de la création n'est plus valable : "Homme et femme il les créa" (Gn 1, 27). Non, maintenant ce qui vaut c'est que ce n'est pas lui qui les a créés homme et femme, mais c'est la société qui l'a déterminé jusqu'ici, et maintenant c'est nous-mêmes qui décidons de cela. Homme et femme n'existent plus comme réalité de la création, comme nature de l'être humain. Celui-ci conteste sa propre nature. Il est désormais seulement esprit et volonté. La manipulation de la nature, qu'aujourd'hui nous déplorons pour ce qui concerne l'environnement, devient ici le choix fondamental de l'homme à l'égard de lui-même. L'être humain désormais existe seulement dans l'abstrait, qui ensuite, de façon autonome, choisit pour soi quelque chose comme sa nature. »

⁸ *Deus caritas est*, 5.

⁹ Ce respect du corps apparaît bien chez saint Paul quand il dit : « Bien plus, les membres du corps qui sont tenus pour plus faibles sont nécessaires ; et ceux que nous tenons pour les moins honorables du corps sont ceux-là mêmes que nous entourons de plus d'honneur, et ce que nous avons d'indécent, on le traite avec le plus de décence; ce que nous avons de décent n'en a pas besoin. Mais Dieu a disposé le corps de manière à donner davantage d'honneur à ce qui en manque... » (1 Co 12, 22-24).

soin du corps ou la recherche d'un bien-être psychique, mais la manière dont nous traitons notre corps est significative de la relation à nous-mêmes et à notre Créateur au plus intime de notre cœur. Elle est au quotidien **un signal auquel nous devons être attentifs**. Réciproquement le fait de **faire des efforts dans notre comportement corporel rejaille** plus que nous ne pouvons le concevoir sur la relation à nous-mêmes et à Dieu, en vertu de la « mystérieuse corrélation entre l'extérieur et l'intérieur » dont nous avons parlé la dernière fois.

« Aimer sa femme, c'est s'aimer soi-même. Car nul n'a jamais haït sa propre chair; on la nourrit au contraire et on en prend bien soin. Bref, en ce qui vous concerne, que chacun aime sa femme comme soi-même... » (Ép 5, 28.29.33). Vécu dans un véritable amour de soi, le soin de notre corps nous dispose aussi à prendre soin de notre prochain. Inversement « celui qui est dur pour soi-même, pour qui serait-il bon ? » (Si 14, 5)¹⁰.

3. Briser notre complicité avec la mort par un vrai repentir d'amour

Sur ce chemin d'un grand oui à la vie, il faut être conscient que **le péché originel a ouvert la brèche à un esprit de mort**. Il ne faut pas s'aveugler sur ces complicités secrètes qu'il peut y avoir en nous avec la mort, d'où découle un attachement à notre refus de la vie. Autrement dit on peut se complaire dans « l'amour du néant ». « Fils des hommes, jusqu'où irez-vous dans l'insulte à ma gloire, l'amour du néant et la course au mensonge ? » (Ps 4). On peut nourrir en soi un esprit d'absurdité qui finit par tourner tout en dérision. Il n'est pas difficile de voir cet esprit à l'œuvre dans les médias. Derrière cela se cache la révolte contre le Créateur et l'influence de celui que Jésus appelle l'homicide.

Il nous faut recourir à la grande tradition pénitentielle de l'Église pour couper tout lien avec cet esprit de mort par la grâce d'une « contrition parfaite ». **En refusant intérieurement le don de la vie, c'est son amour que je blesse**. Il ne s'agit pas d'un raisonnement intellectuel mais d'une perception intérieure, par la lumière de l'Esprit Saint, du mal du péché comme refus de l'amour de Dieu, comme blessure infligée à l'unique innocent. S'endurcir orgueilleusement dans la non acceptation de soi signifie crucifier l'amour qui a été à l'origine de mon existence. Je ne peux à la fois prononcer les paroles du Notre Père : « que ta volonté soit faite » et rester enfermé dans le refus de la vie. De cette perception naît le repentir d'amour, la détestation souveraine du péché accompagné d'une grande douleur de l'âme. **Toute complicité intérieure avec la mort peut alors être brisée**. Mais la purification en profondeur de mon cœur ne signifie pas pour autant la guérison totale de mon psychisme. Il a son poids propre et ses lois propres. Néanmoins je peux vivre avec la certitude intérieure qu'« il est bien que j'existe » malgré tout ce qu'il peut demeurer d'insécurité affective, de manque d'assurance. **On peut vivre un véritable oui à la vie sans ressentir humainement de goût à la vie**, de « joie de vivre ». Certes il y a une joie de vivre qui vient de l'Esprit Saint mais elle peut être présente dans le secret de notre cœur sans pour autant pénétrer notre vie

¹⁰ On peut citer ici Maeterlinck : « On nous dit "Aimez votre prochain comme vous-même", mais si vous vous aimez d'une manière étroite, puérile et craintive, vous aimerez votre prochain de la même façon. » (*La sagesse et la destinée*, p. 162) cité dans *Le Christ, rencontre de deux amours* de Dom Charles Massabki, Les éditions de la source, p. 680)

psychique. Ce que Dieu veut à tout prix, c'est purifier notre cœur¹¹ et non pas nécessairement nous libérer de tout infirmité psychique.

4. Entrer dans l'action de grâce du Christ pour lutter contre cet esprit de mort

Pour nous libérer de cet esprit de mort, le Christ nous a ouvert le chemin de l'action de grâce. La veille de sa Passion il a anticipé l'offrande de lui-même en rendant grâce au Père. Il a reçu la coupe de sa Passion des mains du Père comme le moyen de sa glorification. La gloire de la Croix est celle de l'amour le plus grand. **Entrer dans l'action de grâce du Christ signifie croire jusqu'au bout que Dieu ne permet le mal que pour un bien plus grand.** C'est avancer sur le chemin de la réconciliation avec soi-même, avec sa destinée en posant un acte de foi dans le sens de souffrances qui semblaient humainement absurdes.

L'Eucharistie est le lieu privilégié pour laisser le Christ nous prendre dans son action de grâce en lui offrant nos révoltes. À chaque messe, c'est l'œuvre de la rédemption qui s'opère. Dieu attend de nous que nous posions des actes de confiance aveugle en son amour miséricordieux capable de tourner le mal en un bien plus grand. Pour entrer dans une prière d'action de grâce vocale, nous pouvons **nous réfugier dans le magnificat de la Vierge Marie**, la Mère de l'espérance. Elle fera fuir le prince des ténèbres loin de nous. C'est ainsi que nous coupons peu à peu nos liens avec l'amour du néant et entrons dans une véritable acceptation de notre faiblesse et de nos pauvretés.

5. Se pardonner à soi-même en accueillant le pardon de Dieu¹²

Il est facile de **s'en vouloir**. Ne dit-on pas couramment : « Je ne me le pardonnerai jamais. ». Et comment pourrait-on s'aimer soi-même si l'on refuse de se pardonner à soi-même ? On pourrait relire dans cette perspective la parabole du débiteur impitoyable. En étant impitoyable avec soi-même, on s'étouffe soi-même. On se punit soi-même¹³. On se ferme au pardon de Dieu. En réalité en se jugeant, se condamnant et se châtiant soi-même, on prend la place de Dieu. **On oublie qu'il est le seul Juge** et que même si notre cœur nous condamne, il est plus grand que notre cœur. Ce jugement sur soi est très différent de la conscience du péché que donne l'Esprit Saint quand il « établit » notre véritable « culpabilité »¹⁴.

Il faut ici faire une distinction entre un « sentiment morbide de culpabilité » et un sentiment de culpabilité découlant naturellement de la conscience du péché. Autrement dit le sentiment de culpabilité ne doit pas être compris comme mauvais en soi. Comme l'a expliqué Benoît XVI : « Comme vous le savez, bien-aimés pasteurs, la crise spirituelle de notre temps plonge ses racines dans l'obscurcissement de la grâce du pardon. Lorsque celui-ci n'est pas reconnu comme réel et efficace, on tend à libérer la personne de la faute, en faisant en sorte que les

¹¹ « C'est que nous soyons unis à lui » (Véronique de Lachapelle).

¹² Précisons tout de suite qu'il ne s'agit pas de se pardonner à soi-même ses péchés, mais de se pardonner à soi-même d'avoir péché.

¹³ Il est impressionnant, à ce sujet, de voir la manière dont des personnes très handicapées mentalement se frappent elles-mêmes en se donnant des coups de poing.

¹⁴ Selon la promesse du Christ : « Et lui, une fois venu, il établira la culpabilité du monde en fait de péché, en fait de justice et en fait de jugement... » (Jn 16, 8).

S'aimer soi-même en Dieu

conditions pour l'existence de cette dernière ne puissent jamais exister. Mais, au plus profond d'elles-mêmes, les personnes ainsi "libérées" savent que cela n'est pas vrai, que le péché existe et qu'elles sont elles-mêmes pécheresses. Bien que certains courants de la psychologie aient de grandes difficultés à admettre que, **parmi les sentiments de culpabilité, peuvent également se trouver ceux dus à une véritable faute**, que celui qui est insensible au point de ne pas ressentir de sentiments de culpabilité, même lorsqu'il devrait les éprouver, cherche, par tous les moyens, à retrouver ces sentiments de culpabilité, car **dans l'ordre spirituel, ils sont nécessaires pour la santé de l'âme**. De fait, Jésus n'est pas venu pour sauver ceux qui se sont déjà libérés tout seuls, en pensant ne pas avoir besoin de Lui, mais ceux qui sentent qu'ils sont pécheurs et qu'ils ont besoin de lui (cf. Lc 5, 31-32) »¹⁵.

Autrement dit on ne parvient pas à un véritable amour de soi en refoulant tout sentiment de culpabilité. **La libération du sentiment sain de culpabilité passe par le pardon « réel et efficace » des péchés**, au sens où le pardon de Dieu, et lui seul, peut consumer les péchés si bien que la personne n'ait plus de sentiment de culpabilité parce qu'elle n'a « plus conscience d'aucun péché » au sens où ses péchés ne pèsent plus sur sa conscience parce qu'ils ont été anéantis¹⁶. Dieu veut que nous nous libérions de tout ce qui, dans notre passé, nous pèse, de tout ce qui nous a conduits sur des chemins de ténèbres. Mais pour que le pardon réel et efficace donné par le sacrement de la Réconciliation puisse nous réconcilier effectivement avec nous-mêmes, nous avons besoin d'accueillir en profondeur l'amour miséricordieux et inconditionnel de notre Père du ciel. Nous avons besoin aussi d'accueillir la grâce d'un vrai repentir d'amour. **En refusant de me pardonner, c'est son cœur de Père que j'offense**. C'est d'une manière consciente ou non, un refus de croire à son pardon. Quand nous nous confessons, implorons l'Esprit pour qu'il vienne au secours de notre aveuglement et de notre dureté de cœur et nous donne de vivre ce que Jean-Paul II a appelé une « **quadruple réconciliation** » : « réconciliation de l'homme avec Dieu, avec lui-même, avec ses frères, avec toute la création »¹⁷. Concluons avec le Siracide : « Heureux l'homme... qui n'est pas

¹⁵ Discours aux évêques brésiliens de la région « Leste I » en visite « ad limina » le 25 septembre 2010 (O.R.L.F. N. 41). Benoît poursuit en disant : « La vérité est que nous avons tous besoin de Lui, en tant que Sculpteur divin qui ôte les couches de poussières et de salissures qui se sont déposées sur l'image de Dieu inscrite en nous. Nous avons besoin du pardon, qui constitue le cœur de toute véritable réforme : en renouvelant la personne au plus profond, elle devient également le centre du renouveau de la communauté. En effet, si l'on ôte la poussière et la salissure qui rendent l'image de Dieu impossible à reconnaître en moi, je deviens semblable à l'autre, qui est à son tour l'image de Dieu, et surtout je deviens véritablement semblable au Christ, qui est l'image de Dieu sans aucun défaut ou limite, le modèle à partir duquel nous avons tous été créés. »

¹⁶ C'est bien ce que semble nous dire l'épître aux Hébreux quand elle affirme que si les sacrifices de l'ancienne Alliance étaient à même de « rendre parfaits ceux qui s'approchent », « les officiants de ce culte, purifiés une fois pour toutes, **n'auraient plus conscience d'aucun péché**. Bien au contraire, par ces sacrifices eux-mêmes, on rappelle chaque année le souvenir des péchés. » (Hb 10, 2-3). Au contraire, le Christ, lui, « par son propre sang », nous a acquis « une rédemption éternelle » : « Si en effet du sang de boucs et de taureaux et de la cendre de génisse, dont on asperge ceux qui sont souillés, les sanctifient en leur procurant la pureté de la chair, combien plus le sang du Christ, qui par un Esprit éternel s'est offert lui-même sans tache à Dieu, **purifiera-t-il notre conscience des œuvres mortes** pour que nous rendions un culte au Dieu vivant. » (Hb 9, 13-14). Par le sang du Christ s'opère une véritable « purification de la conscience » qui nous libère entièrement du sentiment de culpabilité et même d'une certaine manière de la conscience du péché commis.

¹⁷ *Reconciliatio et paenitentia*, 8.

tourmenté par le regret de ses fautes. Heureux l'homme qui ne se fait pas à lui-même de reproches et qui ne sombre pas dans le désespoir. » (Si 14, 1-2).

II. S'AIMER SOI-MÊME EN RENONÇANT À SOI-MÊME

Nous allons montrer comment le véritable renoncement à soi-même peut être vécu dans et pour l'amour de soi.

1. L'estime de soi et la complaisance en soi

Comme nous l'avons vu dès le début, l'homme n'est pas fait pour être tourné sur lui-même et se complaire en lui-même, mais pour se laisser toucher et fasciner par Dieu. En ce sens il n'est pas fait pour se regarder lui-même. En même temps l'Écriture nous appelle à entrer dans une « sage estime de soi » : « Au nom de la grâce qui m'a été donnée, je le dis à tous et à chacun: ne vous surestimez pas plus qu'il ne faut vous estimer, mais **gardez de vous une sage estime**, chacun selon le degré de foi que Dieu lui a départi. » (Rm 12, 3). Il faut bien comprendre qu'**estime de soi et complaisance en soi sont deux choses différentes**. C'est notre Père du ciel qui se complaît en nous comme en son Fils bien-aimé : « C'est toi mon Fils bien-aimé, en toi j'ai mis tout ma complaisance. » (Lc 3, 22). Se laisser toucher par son amour signifie entrer dans son regard sur nous. Il est possible de se voir dans la lumière de Dieu et de son dessein d'amour sur nous : « En réalité, le mystère de l'homme ne s'éclaire vraiment que dans le mystère du Verbe incarné. (...) Nouvel Adam, le Christ, dans la révélation même du mystère du Père et de son amour, **manifeste pleinement l'homme à lui-même** et lui découvre la sublimité de sa vocation. »¹⁸ On se voit en se recevant tout entier de son amour pur et gratuit : « Qui donc en effet te distingue ? Qu'as-tu que tu n'aies reçu ? Et si tu l'as reçu, pourquoi te glorifier comme si tu ne l'avais pas reçu ? » (1 Co 4, 7). Il n'y pas de place pour l'autoglorification, mais seulement pour la reconnaissance des dons de Dieu et de la grandeur de son appel : « Puisse-t-il illuminer les yeux de votre cœur pour vous faire voir quelle espérance vous ouvre son appel, quels trésors de gloire renferment son héritage parmi les saints, et quelle extraordinaire grandeur sa puissance revêt pour nous, les croyants... » (Ép 1, 18-19).

La sage estime de soi est une humble estime de soi qui nous fait **voir à la fois notre extraordinaire dignité et notre néant**. C'est elle qui fait dire à saint Paul : « C'est par la grâce de Dieu que je suis ce que je suis, et sa grâce à mon égard n'a pas été stérile. Loin de là, j'ai travaillé plus qu'eux tous : oh ! non pas moi, mais la grâce de Dieu qui est avec moi. » (1 Co 15, 10). Dieu donne sa sagesse aux humbles. Au fur et à mesure que nous nous laissons toucher par l'amour immérité de Dieu, la lumière se fait sur nous-mêmes. **Ne nous laissons juger ni par les autres ni par nous-mêmes, mais laissons la lumière venir** : « Pour moi, il m'importe fort peu d'être jugé par vous ou par un tribunal humain. Bien plus, je ne me juge

¹⁸ *Gaudium et spes*, 22, §1.

pas moi-même. Ma conscience, il est vrai, ne me reproche rien, mais je n'en suis pas justifié pour autant ; mon juge, c'est le Seigneur. Ainsi donc, ne portez pas de jugement prématuré. Laissez venir le Seigneur ; c'est lui qui éclairera les secrets des ténèbres et rendra manifeste les desseins des cœurs. Et alors chacun recevra de Dieu la louange qui lui revient. » (1 Co 4, 3-5). **On se voit dans sa vraie dignité et sa vraie valeur, mais on ne s'arrête pas à soi.** L'action de grâce nous maintient dans l'oubli de nous-mêmes. Nous sommes glorifiés dans le Christ en le glorifiant : « **Celui donc qui se glorifie, qu'il se glorifie dans le Seigneur.** » (2 Co 10, 17)¹⁹. Toute vraie lumière sur nous-mêmes est accompagnée d'une grâce d'humilité. C'est à cela qu'on peut la reconnaître.

2. Renoncer à soi par amour pour soi

Nous avons vu comment **le renoncement à soi est dé-saisissement de soi pour se laisser saisir par Dieu.** Il est le revers de tout amour véritable en tant que celui-ci est d'abord « extase », sortie de soi. L'homme ne peut se réaliser lui-même qu'en renonçant à lui-même pour Dieu : « Alors Jésus dit à ses disciples : “Si quelqu'un veut venir à ma suite, qu'il se renie lui-même, qu'il se charge de sa croix, et qu'il me suive. Qui veut en effet sauver sa vie la perdra, mais qui perdra sa vie à cause de moi la trouvera.” » (Mt 16, 24-25). Telle est la loi fondamentale de l'existence humaine sur laquelle nous sommes appelés à construire notre vie.

Tout acte de renoncement doit être inspiré par le désir de la vie véritable. **Nos grands ou petits sacrifices ne peuvent être bien vécus que dans la perception de la gloire de la Croix** et par là, de la force de l'espérance²⁰. Cela apparaît clairement dans le martyr de saint

¹⁹ « Mais ce qu'il y a de fou dans le monde, voilà ce que Dieu a choisi pour confondre les sages ; ce qu'il y a de faible dans le monde, voilà ce que Dieu a choisi pour confondre ce qui est fort ; ce qui dans le monde est sans naissance et ce que l'on méprise, voilà ce que Dieu a choisi ; ce qui n'est pas, pour réduire à rien ce qui est, afin qu'aucune chair n'aille se glorifier devant Dieu. Car c'est par Lui que vous êtes dans le Christ Jésus qui est devenu pour nous sagesse venant de Dieu, justice, sanctification et rédemption, afin que, comme il est écrit, celui qui se glorifie, qu'il se glorifie dans le Seigneur. » (1 Co 1, 27-31).

²⁰ Lors du 25ème anniversaire de la Journée Mondiale de la jeunesse, le 26 mars 2010, un jeune a posé cette question au Saint Père : « Jésus invita le jeune riche à tout quitter et à le suivre, mais le jeune s'en alla tout triste. Moi aussi, comme lui, j'ai du mal à le suivre parce que j'ai peur de quitter toutes mes choses et parfois l'Église me demande des renoncements difficiles. Très Saint Père, comment puis-je trouver la force de faire des choix courageux. Qui peut m'aider ? ». Le Pape a répondu : « Commençons par ce mot, très dur pour nous : **renoncement**. Les renoncements sont possibles, et deviennent à la fin quelque chose de beau s'ils ont un pourquoi et ce pourquoi, Saint Paul a employé dans ce contexte l'image des Jeux olympiques et des athlètes qui y participaient. Il leur dit que pour obtenir, comme nous disons aujourd'hui, la médaille, et à l'époque, la couronne, ils doivent se soumettre à une discipline très dure, ils doivent renoncer à beaucoup de choses, ils doivent réellement exercer ce sport. Ils font de gros sacrifices parce qu'ils ont un objectif et cela en vaut la peine même si, à la fin, ils ne seront peut-être pas parmi les gagnants. **Cependant, c'est beau de s'imposer une discipline et d'être capable de faire ces choses avec une certaine perfection.** Et ce qui vaut pour cette image de Saint Paul à propos des Jeux olympiques, vaut pour tous les autres secteurs de la vie. Je ne peux pas avoir une bonne vie professionnelle sans renoncements, sans une préparation adéquate qui exige toujours de ma part une discipline, un renoncement à quelque chose. Et il en va de même dans l'art, dans tous les secteurs de la vie, nous savons tous que pour atteindre un but, dans la profession, le sport, l'art, la culture, il nous faut renoncer, apprendre, pour aller de l'avant, l'art de vivre, l'art d'être soi-même. **L'art d'être un homme exige des renoncements, et les véritables renoncements, qui nous aident à trouver les chemins de la vie, l'art de la vie, nous les**

Étienne. C'est le regard tourné vers Jésus « debout à la droite de Dieu » (Ac 7, 56) qui lui donne la force de donner sa vie. En regardant Jésus nous contemplons la gloire à laquelle nous sommes appelés. **C'est le désir de la vraie vie qui nous donne la force de mourir à nous-mêmes**, à notre « moi possessif et dominateur » sur fond d'orgueil qui est à l'origine de tous les désordres de notre vie. On meurt à une affirmation de soi qui peut paraître vitale, mais qui, en réalité, conduit à la mort. On meurt à soi-même par amour de soi en Dieu. Dieu aime celui qui donne avec joie, la joie de l'espérance.

3. Renoncer à soi en se laissant entraîner par le Christ

« On comprend alors que la foi ne soit pas du tout quelque chose de naturel, de facile et d'évident : il faut être humble pour accepter que quelqu'un d'autre me libère de mon moi et me donne gratuitement en échange son soi. »²¹. Le Christ seul peut nous dépouiller du vieil homme pour que nous puissions revêtir l'homme nouveau, nous libérer de notre moi « haïssable »²². L'important est de comprendre que nous ne pouvons mourir à nous-mêmes de nous-mêmes. Le vrai renoncement ne peut qu'être l'œuvre de la grâce en nous. Nous avons besoin de nous laisser attirer par Jésus dans son mouvement d'offrande sur la Croix. **L'amour de la Croix ne peut qu'être surnaturel**. On risque sinon de se complaire dans une attitude victimale ou dans un moralisme héroïque. On se recherche soi-même secrètement, on ne se donne pas vraiment. Nos renoncements peuvent être inspirés non par le désir de la vraie vie, mais par le goût du néant, une mystérieuse complicité avec la mort²³.

D'où l'importance de trouver dans l'Eucharistie « **la source et le sommet de l'existence chrétienne**, étant en même temps le commencement et l'accomplissement du culte nouveau et définitif, la *logiké latreía*²⁴. »²⁵. C'est le moment privilégié pour nous laisser purifier par lui de notre égocentrisme et de nous laisser entraîner dans son mouvement d'offrande. « L'Eucharistie nous attire dans l'acte d'offrande de Jésus. Nous ne recevons pas seulement le *Logos* incarné de manière statique, mais nous sommes entraînés dans la dynamique de son offrande. »²⁶

trouvons dans la Parole de Dieu, et ces renoncements nous aident à ne pas sombrer dans l'abîme de la drogue, de l'alcool, dans l'esclavage de la sexualité et de l'argent, dans la paresse. Toutes ces choses apparaissent au premier abord comme des actes de liberté mais en réalité ce ne sont pas des actes de liberté mais le commencement d'un esclavage qui devient toujours plus difficile à surmonter. **Et surmonter la tentation du moment, aller de l'avant en direction du bien, créer la vraie liberté et rend la vie précieuse. »**

²¹ Benoît XVI, Message de carême 2012

²² Selon la célèbre expression de Pascal : « Le moi est haïssable. »

²³ « Ou par orgueil d'être un "bon chrétien" » (Véronique de Lachapelle).

²⁴ Il s'agit du culte spirituel dont parle saint Paul en Rm 12, 1 : « Je vous exhorte donc, frères, par la miséricorde de Dieu, à offrir vos corps en hostie (sacrifice) vivante, sainte, agréable à Dieu : c'est là le culte spirituel que vous avez à rendre. »

²⁵ Benoît XVI, *Sacramentum caritatis*, 70.

²⁶ Benoît XVI, *Deus caritas est*, 13.

4. L'amour de soi et l'amour du prochain

S'aimer soi-même pour l'amour de Dieu signifie vouloir pour soi ce que Dieu veut pour nous. « Aimer son prochain comme soi-même pour l'amour de Dieu » peut alors se comprendre au sens de la règle d'or : « **Tout ce que vous voulez que les hommes fassent pour vous, faites-le vous-mêmes pour eux** » (Mt 7, 22). Cette règle d'or est une loi naturelle inscrite par Dieu : on tend spontanément à vouloir aux autres le bien que l'on se veut à soi-même. Mais elle demande à être vécue surnaturellement. Nous avons besoin, en effet, pour nous aimer nous-mêmes comme pour aimer notre prochain d'un « œil qui voit »²⁷ **dans la lumière de Dieu le vrai bien**. Cela signifie aussi que plus on tend soi-même vers les biens éternelles, plus on peut aimer son prochain d'un amour véritable porté par l'espérance. Plus on cherche Dieu avec un cœur pur, plus on le voit et on l'aime comme Dieu le voit et l'aime et, plus aussi, on peut travailler aux œuvres de Dieu, coopérer à l'action divine pour lui. On devient un serviteur sage et fidèle de la Miséricorde divine pour lui.

Conclusion

Jésus nous aime et nous connaît dans la vérité. En le connaissant nous pouvons nous connaître et nous aimer nous-mêmes dans sa lumière. Nous serons ainsi libérés de la vaine recherche de nous-mêmes qui nous empêche de nous livrer tout entier à l'amour pur et gratuit de notre Père du ciel et de vivre en lui d'une vie d'amour dans un don désintéressé de nous-mêmes.

²⁷ Pour reprendre l'expression de Benoît XVI dans *Deus caritas est*, 31 : « 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. »