

## Enseignement n° 13

# NOTRE COOPÉRATION À L'ŒUVRE DE LA GRÂCE

### INTRODUCTION

« Grâce et bonheur m'accompagnent tous les jours de ma vie » (Ps 22).

« Je répandrai sur vous une eau pure et vous serez purifiés ; de toutes vos souillures et de toutes vos ordures je vous purifierai. Et je vous donnerai un cœur nouveau, je mettrai en vous un esprit nouveau, j'ôterai de votre chair le cœur de pierre et je vous donnerai un cœur de chair. » (Éz 36, 25-26). Pour parvenir à une guérison radicale, nous avons besoin non seulement d'un « cœur nouveau », libéré des racines du péché, mais aussi d'un « esprit nouveau » libéré des visions erronées de Dieu, de l'homme, du sens de la vie, de l'amour comme aussi des phantasmes à l'origine de bien des pathologies. Notre attachement intérieur à nos attachements désordonnés se nourrit, en effet, de fausses croyances. On idéalise facilement l'autre, la relation à l'autre notamment dans le mariage. On peut aussi confondre toute sa vie l'amour et la sexualité. On peut aussi avoir une vision fautive de la réalisation de soi, du rôle de la femme ou de l'homme... Le démon nous tient par le mensonge. Derrière le mensonge se cache le diable<sup>1</sup>. En adhérant au mensonge plutôt qu'à la vérité (cf. Rm 1, 25), en « aimant et faisant le mensonge » (cf. Ap 22, 15), l'homme peut en arriver à se plaire à faire le mal, à se pervertir comme cet être totalement perverti qu'est Satan. Le Christ est venu nous arracher à la damnation. La vraie connaissance de Dieu et la perception des réalités humaines dans la lumière de Dieu nous libèrent de l'esclavage du péché et nous ouvrent la porte de l'espérance. Pour sortir de nos prisons intérieures et de l'influence du démon, laissons-nous rejoindre par la Sagesse incarnée<sup>2</sup>. Le Christ est notre Thérapeute parce qu'il est notre sagesse et notre espérance. C'est lui qui nous porte, nous lave, nous éclaire et nous engendre par sa Parole tout au long du chemin.

---

<sup>1</sup> Comme l'a dit Benoît XVI à propos de Juda, « le mensonge est la marque du diable. »

<sup>2</sup> Nous avons une belle image de cela dans le commentaire que fait le livre de la Sagesse de l'histoire de Joseph jeté au fond d'une citerne : « C'est elle (la Sagesse) qui n'abandonna pas le juste vendu, mais elle l'arracha au péché ; elle descendit avec lui dans la citerne, elle ne le délaissa pas dans les fers, jusqu'à ce qu'elle lui eût apporté le sceptre royal et l'autorité sur ceux qui le tyrannisaient... » (Sg 10, 13-14). Nous retrouvons la même image avec le prophète Jérémie qui finalement sera lui aussi tiré de sa citerne : « Ils se saisirent donc de Jérémie et le jetèrent dans la citerne... ils le descendirent à l'aide de cordes. Dans cette citerne il n'y avait point d'eau, mais de la boue, et Jérémie s'enfonça dans la boue. » (Jr 38, 6). Nous pouvons à certains moments de notre vie nous sentir enlisés dans la boue des passions humaines. Gardons confiance. La Sagesse est descendue pour nous au fond de nos citernes boueuses. Nous ne descendrons jamais trop bas pour Jésus. Il a voulu être identifié au péché pour pouvoir nous relever par son sang et sa lumière qui sauvent.

En même temps Dieu ne nous sauve pas sans nous. Notre liberté doit s'engager sur ce chemin de la rédemption. C'est pourquoi l'Écriture dit encore : « Convertissez-vous ...et faites-vous un cœur nouveau et un esprit nouveau. » (cf. Éz 18, 30-31). Pour achever notre enseignement nous allons **mettre en évidence l'articulation entre la liberté humaine et la grâce** pour aider chacun à discerner ce que Dieu attend de lui. Nous garderons présent à l'esprit ce principe fondamental : « *La préparation de l'homme à l'accueil de la grâce est déjà une œuvre de la grâce.* » (CEC 2001).

### I. NOUS LAISSER TRANSFORMER PAR LE CHRIST

#### 1. De l'utilité des pathologies

Nous avons vu comment il n'y a pas de guérison radicale des maladies de nos âmes sans purification c'est-à-dire aussi sans un chemin pénitentiel. **Beaucoup voudraient guérir sans avoir à se convertir.** Ils ne voient pas que le mal le plus grand à l'origine des déséquilibres et des troubles profonds de notre être est le péché lui-même en tant que rupture avec Dieu comme l'explique Jean-Paul II : « En tant que rupture avec Dieu, le péché est l'acte de désobéissance d'une créature qui rejette, au moins implicitement, celui qui est à son origine et qui la maintient en vie ; c'est donc **un acte suicidaire.** Du fait que par le péché l'homme refuse de se soumettre à Dieu, **son équilibre intérieur est détruit et c'est au fond même de son être qu'éclatent les contradictions et les conflits.** Ainsi déchiré, l'homme provoque de manière presque inévitable un déchirement dans la trame de ses rapports avec les autres hommes et le monde créé. C'est là une loi et un fait objectif, vérifiés par de multiples expériences de la psychologie humaine et de la vie spirituelle, et aussi dans la réalité de la vie sociale : il est facile d'y observer les répercussions et les signes du désordre intérieur. »<sup>3</sup> Par son refus de se convertir, l'homme tombe dans le chaos mental, il se désordonne dans son esprit, son cœur et sa vie et il pollue le monde.

En réalité, nos grosses pathologies, nos tendances désordonnées évidentes et humiliantes nous rendent service comme aussi de grands échecs, comme peut l'être un divorce. Dieu les permet pour nous alerter. Le pire serait, en effet, de parvenir à trouver un certain équilibre, une certaine stabilité et harmonie apparentes qui nous maintiennent dans l'illusion d'une vie bonne et aimante : un « moi possessif et dominateur » bien policé. Ayons confiance en la toute-puissance de la Miséricorde divine qui assume et donne sens à notre misère humaine. « Le Maître est là et il t'appelle. » (Jn 11, 28). **Le Christ nous attend sur le terrain de nos maladies pour nous faire descendre en nous-mêmes** comme le fils prodigue et nous conduire sur un chemin de conversion et de purification bien plus important que la guérison de notre psychisme elle-même.

---

<sup>3</sup> *Reconciliatio et paenitentia*, 15.

## 2. De la nécessité pour beaucoup d'un premier travail de désencombrement

C'est la raison pour laquelle nous avons insisté dans la première partie de notre enseignement sur la vertu de l'espérance qui nous fait désirer au-delà de notre guérison psychique l'union à Dieu. Cela dit **pour beaucoup le travail thérapeutique a précédé l'entrée dans la « grande espérance »**. Au début, en effet, quand on prend conscience de sa blessure, on est le plus souvent centré sur elle. On éprouve le besoin de comprendre plus que de se convertir. Et si l'on se tourne vers Dieu, c'est comme vers une bouée de sauvetage. Dans la parabole, le fils prodigue revient vers le Père dans une sorte de réflexe intérieur de survie. Même si au fond d'elles-mêmes elles recherchent confusément la vie véritable, la plupart des personnes ne sont pas en état d'entendre la Parole du Royaume. La parabole du semeur nous avertit, en effet, que **la Parole du Royaume peut être étouffée**, rendue inaudible à cause des mauvaises herbes qui ont pris racine dans cette terre intérieure qu'est le cœur de l'homme. Il y a donc des personnes qui ont besoin d'être désencombrées de ce que l'Écriture appelle « le souci du monde et la séduction de la richesse » (Mt 13, 22). En effet « les soucis du monde, la séduction de la richesse et les autres convoitises les pénètrent et étouffent la Parole » (cf. Mc 4, 19). Ils ne sont pas en état de chercher d'abord le Royaume même s'ils prient Dieu de les aider sur ce chemin, parce qu'ils sont encore trop pris par leurs convoitises qui les aveuglent. Ils restent focalisés sur la souffrance, le trouble, la disharmonie de leur être. Pour reprendre l'image forte utilisée par Etty Hillesum et reprise par Benoît XVI, Dieu est « enterré » en eux et il faut le « déterrer »<sup>4</sup>.

Ainsi une psychothérapie ou une thérapie psychocorporelle peuvent constituer, **la grâce prévenante de Dieu aidant, une véritable préparation** à un chemin de purification et de guérison radicales. Elles le peuvent dans la mesure où elles procurent une diminution sensible de l'emprise des passions suffisante pour que la personne puisse entendre la Parole du Royaume. Et de fait l'expérience montre que bien des personnes commencent un chemin spirituel après avoir fait une thérapie. Le Christ intègre tout. La psychothérapie doit être pensée relativement au chemin spirituel dans un regard de sagesse.

## 3. Nous ouvrir à la lumière en suivant le Christ sur un chemin d'humilité

Sur ce chemin de désencombrement et de repentir, nous ne sommes pas seuls. Comme nous l'avons vu, Dieu nous a fait don de la conscience et **le Christ a ouvert à tout homme le chemin de la conversion**, du renoncement au péché par sa Passion. Il peut nous donner la lumière dont nous avons besoin pour voir notre péché et la force d'ouvrir les yeux. **Le combat le plus profond est celui de l'orgueil et de l'humilité**. L'humilité est soumission à la vérité à commencer par la vérité sur nous-mêmes, sur notre péché. Tel est bien ce qui sauve le fils prodigue, de pouvoir dire : « Père, j'ai péché... » (Lc 15, 18). Notre ennemi numéro un

---

<sup>4</sup> Dans son homélie du mercredi des cendres du 13 février 2013, Benoît XVI a rappelé « la figure d'Etty Hillesum, une jeune Hollandaise d'origine juive qui mourra à Auschwitz » : « Au départ loin de Dieu, elle le découvre en regardant en profondeur au-dedans d'elle-même et écrit : **“Il y a en moi un puits très profond. Et dans ce puits, il y a Dieu. Parfois, je parviens à le rejoindre, mais plus souvent de la pierre et du sable le recouvrent : alors Dieu est enterré. Il faut à nouveau que je le déterre”** (Journal, 97) ».

est l'orgueil. Comme dit l'Écriture, « **au mal de l'orgueilleux il n'est pas de guérison**, car la méchanceté est enracinée en lui » (Si 3, 28). Il n'y a rien de plus aveuglant que l'orgueil. Quand on a réussi à se forger une personnalité séduisante, qu'on a belle allure, comment ne pas avoir peur de briser cette carapace en or alors que l'on ne sait pas ce qu'il y a derrière ? Beaucoup ne se connaissent pas en vérité parce qu'ils n'ont pas envie de se connaître. Cela peut être liée à un orgueil familial. Dans certains milieux, il y a des choses dont on ne parle pas. Mais le Christ s'est abaissé dans sa passion pour nous libérer de notre orgueil. Il faut nous rappeler ici la parole de sainte Bernadette que Pierre Goursat aimait citer : « Il faut beaucoup d'humiliations pour faire un peu d'humilité ». Laissons le Christ se servir de nos chutes dans des « gros péchés » dues à nos tendances désordonnées pour briser chaque jour un peu plus notre orgueil et faire qu'un jour nous puissions voir notre péché profond, notre vrai péché. Redisons-le ici **notre péché n'est pas dans nos tendances désordonnées elles-mêmes, mais dans notre complicité intérieure à ces tendances** liée à cette complaisance en soi, ce fond d'égoïsme, cette autosuffisance qui sont à la racine de tous les péchés.

Tout dépend donc essentiellement de la manière dont nous allons **nous laisser conduire ou non par le Christ** dans nos épreuves et l'expérience de notre misère, de notre faiblesse. L'Écriture nous appelle là aussi à poser un acte de foi : « Avez-vous oublié l'exhortation qui s'adresse à vous comme à des fils : Mon fils, **ne méprise pas la correction du Seigneur, et ne te décourage pas quand il te reprend**. Car celui qu'aime le Seigneur, il le corrige, et il châtie tout fils qu'il agrée. C'est pour votre correction que vous souffrez. C'est en fils que Dieu vous traite. Et quel est le fils que ne corrige son père ? Si vous êtes exempts de cette correction, dont tous ont leur part, c'est que vous êtes des bâtards et non des fils. D'ailleurs, nous avons eu pour nous corriger nos pères selon la chair, et nous les respectons. Ne serons-nous pas soumis bien davantage au Père des esprits pour avoir la vie ? Ceux-là, en effet, nous corrigeaient pendant peu de temps et au juger ; mais lui, c'est pour notre bien, afin de nous faire participer à sa sainteté. Certes, toute correction ne paraît pas sur le moment être un sujet de joie, mais de tristesse. Plus tard cependant, elle rapporte à ceux qu'elle a exercés un fruit de paix et de justice. C'est pourquoi redressez vos mains inertes et vos genoux fléchissant, et rendez droits pour vos pas les sentiers tortueux, afin que le boiteux ne dévie point, mais plutôt qu'il guérisse. » (Hb 12, 5-13).

Les chutes comme aussi les épreuves sont des failles qui laissent passer la lumière si du moins nous ne nous refermons pas sur nous-mêmes dans la souffrance. La grâce prévenante est à l'œuvre dans le cœur de tout homme de bonne volonté. Nous n'aurons jamais trop confiance en cette présence cachée et mystérieuse du Christ dans toutes les souffrances physiques, psychiques ou morales que nous traversons qu'elles soient liées ou non à nos péchés. « Car le Seigneur ne rejette pas les humains pour toujours : s'il a affligé, il prend pitié selon sa grande bonté. Car ce n'est pas de bon cœur qu'il humilie et afflige les fils d'homme ! » (Lm 3, 31-33).

#### **4. Laisser le Seigneur nous convertir et nous renouveler**

C'est en définitive le Christ qui nous ouvre la porte du « retour à Dieu », du repentir autrement dit du « déchirement » de notre cœur. **Au travers des épreuves** il nous sort de notre torpeur, de notre somnolence spirituelle, **il nous « ébranle »** dans l'intime pour

reprenre l'expression utilisée par Benoît XVI dans son commentaire de la Parole du prophète Joël : « Parole du Seigneur : revenez à moi de tout votre cœur, dans le jeûne, les larmes et le deuil » (2, 12) : « Il faut souligner l'expression "de tout votre cœur" qui signifie : du centre de nos pensées et de nos sentiments, des racines de nos décisions, de nos choix, de nos actions, dans un geste de liberté totale et radicale. Mais ce retour à Dieu est-il possible ? Oui, parce que **c'est une force qui ne vient pas de notre cœur mais qui se libère du cœur même de Dieu**. C'est la force de sa miséricorde. Le prophète dit encore : "Revenez au Seigneur votre Dieu, car il est tendre et miséricordieux, lent à la colère et plein d'amour, renonçant au châtement" (2, 13). Revenir au Seigneur est possible comme "grâce" parce qu'elle est œuvre de Dieu et fruit de la foi que nous confions à sa miséricorde. Mais ce retour à Dieu devient une réalité concrète dans notre vie, seulement lorsque **la grâce du Seigneur pénètre dans l'intime et l'ébranle**, nous donnant la force de "déchirer nos cœurs". C'est encore le prophète qui fait résonner ces mots de la part de Dieu : "Déchirez vos cœurs et non pas vos vêtements" (2, 13). De fait, y compris de nos jours, nombreux sont ceux qui sont prêts à "déchirer leurs vêtements" en face de scandales et d'injustices – naturellement commises par d'autres – mais peu nombreux semblent être ceux qui sont prêts à agir sur leur propre "cœur", sur leur propre conscience et leurs intentions pour laisser le Seigneur les transformer, les renouveler et les convertir. »<sup>5</sup>. Oui nombreux sont ceux qui sont prêts à analyser leurs blessures et à identifier les coupables en se positionnant comme victimes, mais peu nombreux sont ceux qui sont prêts à entendre l'appel de Dieu à « déchirer leurs cœurs ». Les épreuves sont là pour nous amener à rentrer en nous-mêmes comme le fils prodigue et à entendre la voix de Dieu dans ce « centre le plus intime et le plus secret de l'homme »<sup>6</sup> qu'est la conscience.

## II. DES MOYENS CONCRETS POUR SE DISPOSER

### 1. Se préparer à être visité par le Christ

Comme le fait remarquer Benoît XVI, « À notre époque, nombreuses sont les conversions comprises comme le retour de quelqu'un qui, après une éducation chrétienne peut-être superficielle, s'était éloigné de la foi et qui redécouvre ensuite le Christ et son évangile. Dans le Livre de l'Apocalypse, on lit ceci : "Voici, je me tiens à la porte et je frappe ; si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui pour souper, moi près de lui et lui près de moi" (3, 20). **Notre homme intérieur doit se préparer à être visité par Dieu**, et c'est précisément pour cela qu'il ne doit pas se laisser envahir par les illusions, les apparences, les choses matérielles. »<sup>7</sup> Notre travail est essentiellement un travail de disposition à une visite intérieure. Celui qui nous visite veut éclairer notre intérieur jusque dans ses moindres recoins. Il est « comme le feu du fondeur et comme la lessive des blanchisseurs » (Mal 3, 2)<sup>8</sup>. « Il tient

<sup>5</sup> Homélie du mercredi des cendres du 13 février 2013.

<sup>6</sup> *Gaudium et spes*, 16.

<sup>7</sup> *Audience générale* du mercredi des cendres du 13 février 2013.

<sup>8</sup> « Voici que je vais envoyer mon messager, pour qu'il fraye un chemin devant moi. Et soudain il entrera dans son sanctuaire, le Seigneur que vous cherchez ; et l'Ange de l'alliance que vous désirez, le

en sa main la pelle à vanner pour nettoyer son aire et recueillir le blé dans son grenier ; quant aux balles, il les consumera au feu qui ne s'éteint pas. » (Lc 3, 17).

**Ce travail de « préparation » est le travail de fond** que nous sommes appelés à faire chaque jour parce que chaque jour le Christ frappe à la porte de notre cœur pour visiter notre homme intérieur, pour l'éclairer et le purifier. Il s'agit de se laisser transformer par lui. Là est **notre première conversion**<sup>9</sup>. Ce travail de disposition est un **travail sur notre cœur** mais tout travail sur notre cœur va de pair avec **un travail sur notre comportement**. Il y a une interaction réciproque entre les mouvements intérieurs de notre cœur et les actions concrètes que nous posons. Il doit être fait aussi dans une grande humilité et docilité à l'Esprit dans la conscience que « la *préparation de l'homme* à l'accueil de la grâce est déjà une œuvre de la grâce. » (CEC 2001).

### 2. Laisser le Christ nous visiter par un « ami » fidèle et sage

L'essentiel de la thérapie réside dans ces visites secrètes, invisibles du Christ au travers de tout ce qu'il nous est donné de vivre. Mais le Christ frappe à la porte de notre cœur aussi à travers les autres. Il peut nous faire la grâce de rencontrer un ami sage et fidèle qui soit l'instrument de sa lumière comme nous l'avons vu. Oui « **la langue des sages guérit** » (Pr 12, 18). L'Écriture dit encore : « L'enseignement du sage est source de vie pour éviter les pièges de la mort. » (Pr 13, 14). Oui, « Un ami fidèle est un puissant soutien : qui l'a trouvé a trouvé un trésor. Un ami fidèle n'a pas de prix, on ne saurait en estimer la valeur. Un ami fidèle est un baume de vie, le trouveront ceux qui craignent le Seigneur. Qui craint le Seigneur se fait de vrais amis, car tel on est, tel est l'ami qu'on a. » (Si 6, 14-17). Au-delà des mots, les amis « sages et fidèles » sont guérissant **d'abord parce qu'ils sont**<sup>10</sup>. La force qui sort d'une personne lumineuse peut guérir les autres de leur désespérance, de leur paralysie spirituelle. Leur vie rayonnante donne force à leur bonne parole : « Une peine au cœur de l'homme le déprime, mais une bonne parole le réjouit. » (Pr 12, 25).

D'où **l'importance de l'esprit qui anime le thérapeute**, du chemin qu'il a effectivement fait lui-même. S'il ne regarde pas dans la même direction que nous, comment pourrait-il nous accompagner ? Sa « philosophie » de la vie, qu'elle soit explicite ou non, se communique d'elle-même au travers de tout ce qu'il dit, fait et est. Et en définitive, c'est cela qui a le plus de poids. Redisons-le : « En toute chose, ce pourquoi on agit est ce qu'il y a de plus fort. ». Il s'agit de l'intention profonde qui nous anime, l'intention du cœur. Elle est une force entraînante qui agit d'elle-même directement sur le cœur de l'autre. Si donc spirituellement on

---

voici qui vient ! dit le Seigneur Sabaot. Qui soutiendra le jour de son arrivée ? Qui restera droit quand il apparaîtra ? Car il est comme le feu du fondeur et comme la lessive des blanchisseurs. Il siègera comme fondeur et nettoyeur. Il purifiera les fils de Lévi et les affinera comme or et argent, et ils deviendront pour le Seigneur ceux qui présentent l'offrande selon la justice. » (Ml 3, 1-3).

<sup>9</sup> Au sens où comme le dit Benoît XVI : « “Se convertir” (...) signifie laisser Dieu nous transformer, cesser de penser que c'est nous qui sommes les seuls constructeurs de notre existence ; cela signifie reconnaître que nous sommes des créatures, que nous dépendons de Dieu, de son amour... » (*Ibid.*)

<sup>10</sup> **La Parole de Dieu doit prendre chair en nous. Elle doit s'incarner pour exercer toute sa puissance d'attraction.** Le langage du corps est le plus fort. La lumière est faite pour être mise non sous le boisseau, mais sur le lampadaire c'est-à-dire qu'elle doit briller au travers de notre vie, de ce que nous sommes. Le Christ veut continuer à attirer tout homme à lui à travers nous.

ne se sent pas à l'aise, il vaut mieux changer de thérapeute. La question n'est pas qu'il ait une étiquette chrétienne, mais qu'il ait une réelle ouverture de cœur à Dieu et qu'il soit **animé ainsi par un esprit de sagesse et d'espérance**. L'esprit dans lequel il travaille est plus important que son savoir. Il va de soi qu'il y a des chrétiens qui ne sont pas tournés vers Dieu et des non-chrétiens qui le sont. D'où la nécessité d'un **discernement spirituel** dans le choix du thérapeute.

### 3. De la place des grâces charismatiques et des grâces sacramentelles

Se greffent aussi sur ce travail de fond des grâces ponctuelles données par l'exercice des charismes. Elles sont surtout de l'ordre d'une libération ou d'une consolation. Comme l'Écriture nous en avertit, **sans la charité l'exercice des charismes ne sauve personne, ni celui qui l'exerce, ni celui qui en bénéficie**. Seule la charité en acte, la charité vive peut rendre nos actions fécondes d'un fruit qui demeure. Cela signifie que le climat de charité qui doit régner pendant une retraite est finalement ce qu'il y a de plus important. **Les guérisons charismatiques sont relatives** par rapport à la transformation en profondeur qu'opère le feu de la charité divine. La vraie guérison, la guérison radicale suppose, comme nous l'avons mis en évidence, **une action purificatrice capable de consumer la racine du mal**. Cela ne peut se faire que par la puissance de l'Amour sauveur qui est dans le cœur du Christ. Et d'une manière générale, cela ne peut se faire que dans le temps, un long temps. Le feu met du temps à consumer ce qu'il touche. Les nœuds tortueux et emmêlés de nos âmes ne peuvent être dénoués en quelques jours. Dans le chemin de sanctification il n'y a rien de magique et il n'y a même pas de raccourci. C'est la raison pour laquelle après avoir vécu des moments de grandes pacifications et liberté intérieures, les personnes peuvent avoir l'impression de retomber dans les ornières de leur vie antérieure.

Il n'en reste pas moins, qu'il peut y avoir des grâces de guérison et de libération réelles sur des points particuliers. On peut être libéré instantanément d'une emprise démoniaque, mais ce n'est jamais le fond du problème. On peut être libéré d'une culpabilité morbide ou d'un lien créé par un « gros » mensonge bien identifiable<sup>11</sup> sans être purifié à la racine. On peut aussi vivre des états d'abandon filial, de joie intime qui anticipent un état qui ne pourra s'installer que bien plus tard : en nous le faisant goûter par avance, le Christ veut réveiller en nous l'espérance de la vie éternelle et nous communiquer la force d'aller de l'avant avec toute la persévérance nécessaire.

Quant aux sacrements ils sont autant de visites du Christ qui vient **toucher en profondeur les cœurs** sans pour autant guérir instantanément les racines du péché. Ils ne remplacent pas le chemin concret de conversion et de purification à mener dans la vie, mais ils nous sont donnés pour nous soutenir sur ce chemin. D'une manière particulière, **le sacrement de la Pénitence et de la Réconciliation nous procure la force de mener une vie pénitente** en ce monde. Il nous aide à nous enfoncer dans ce que nous avons appelé une attitude de confession. **L'Eucharistie nous fait anticiper la joie de noces**. Cela est vital car comme l'a souligné

---

<sup>11</sup> Du style « je ne pourrai plus jamais être aimé » ou « je n'ai pas de parents ». Ces mensonges ne sont pas du même ordre qu'une vision fautive de Dieu, de l'homme, de la vie qui, elle, ne peut être changée sans une assimilation en profondeur de la Parole de Dieu.

Benoît avec sagesse : « notre liberté blessée s'égarerait s'il n'était pas possible d'expérimenter dès maintenant quelque chose de l'accomplissement à venir »<sup>12</sup>. Elle est la nourriture nécessaire pour avancer sans défailir par lassitude sur le chemin de la guérison. « Lève-toi et mange, autrement le chemin sera trop long pour toi. » (1 Roi 19, 7).

Enfin il y a l'apport d'une psychothérapie ou d'une thérapie psycho-corporelle, qui n'est pas toujours nécessaire, mais qu'il ne faut pas négliger notamment, comme nous l'avons déjà vu, pour aider la personne à se désencombrer de ce qui étouffe la Parole du Royaume en elle. Nous allons essayer de préciser la manière dont nous devons les vivre pour conclure.

#### 4. De la place des thérapies et de l'esprit dans lesquels les vivre

Comme le dit l'Écriture : « Mon fils, quand tu es malade ne te révolte pas, mais prie le Seigneur et il te guérira. Renonce à tes fautes, garde tes mains nettes, de tout péché purifie ton cœur. Offre de l'encens et un mémorial de fleur de farine et fais de riches offrandes selon tes moyens. Puis **aie recours au médecin**, car le Seigneur l'a créé, lui aussi, ne l'écarte pas, car tu as besoin de lui. Il y a des cas où la santé est entre leurs mains. À leur tour en effet ils prieront le Seigneur qu'il leur accorde la faveur d'un soulagement et la guérison pour te sauver la vie. Celui qui pêche aux yeux de son Créateur, qu'il tombe au pouvoir du médecin. » (Si 38, 9-15). Ces paroles de sagesse nous invitent à utiliser les techniques thérapeutiques sans mettre notre confiance en elles, mais en y voyant des instruments dont Dieu peut aimer se servir dans sa Providence toute-puissante, dans certains cas<sup>13</sup>. Dieu donne sa sagesse aux humbles. Il leur donne **la grâce de discerner les médiations nécessaires** et d'y recourir tout en ne mettant leur appui qu'en Lui seul.

« Ne te révolte pas, mais prie... » : **ne cède pas à une « révolte » orgueilleuse** dans un sentiment d'injustice qui te referme sur toi-même, dans une colère qui bloque tout, mais reviens à la prière dans une humble reconnaissance de ta faiblesse, de ton incapacité à te sauver toi-même. « Renonce à tes fautes... » : avant de chercher la guérison de tes troubles psychiques, réveille en toi le désir de la conversion, rappelle-toi la gravité du péché en te remettant devant Dieu et son dessein éternel sur toi et **suis le chemin de la pénitence**. Sur ce chemin n'oublie pas d'offrir à Dieu des sacrifices en même temps que des prières en pratiquant notamment la miséricorde, car l'homme miséricordieux est le médecin de son âme.

---

<sup>12</sup> « S'il est vrai que les sacrements sont une réalité qui appartient à l'Église qui chemine dans l'histoire vers la pleine manifestation de la victoire du Christ ressuscité, il est cependant tout aussi vrai que, spécialement dans la liturgie eucharistique, il nous est donné de goûter l'accomplissement eschatologique vers lequel tout homme et toute la création sont en chemin (cf. Rm 8, 19 s.). L'homme est créé pour le bonheur véritable et éternel, que seul l'amour de Dieu peut donner. Mais notre liberté blessée s'égarerait s'il n'était pas possible d'expérimenter dès maintenant quelque chose de l'accomplissement à venir. Du reste, tout homme a besoin, pour pouvoir cheminer dans la bonne direction, d'être orienté vers le but final. En réalité, cette fin ultime est le Christ Seigneur lui-même, vainqueur du péché et de la mort, qui se rend présent à nous de manière spéciale dans la célébration eucharistique. Ainsi, tout en étant encore, nous aussi, "des gens de passage et des voyageurs" (1 P 2, 11) dans ce monde, nous participons déjà dans la foi à la plénitude de la vie ressuscitée. **Le banquet eucharistique**, révélant sa dimension fortement eschatologique, **vient en aide à notre liberté en chemin.** » (*Sacramentum caritatis*, 30).

<sup>13</sup> Comme l'a dit Karl Rahner pendant le Concile Vatican II, « Dieu s'est réservé la science du cœur », mais il peut aimer se servir des sciences humaines.

Enfin n'hésite pas à recourir à un thérapeute en demandant à Dieu de t'éclairer sur le choix de ce thérapeute. Qu'il soit un homme priant ou du moins ouvert à la grâce par son humilité et sa droiture. À partir de là le Christ pourra te guider sur le chemin d'une guérison définitive en demeurant ton unique Maître c'est-à-dire sans que tu sois livré au « pouvoir des médecins » dépendant de l'humain.

### Conclusion

L'avenir appartient à ce que l'on peut appeler **la christo-thérapie**. Le Christ seul peut purifier à la fois le cœur et l'esprit. Lui seul peut parler à notre cœur pour nous engendrer à une vie nouvelle. Il nous faut intégrer la psychothérapie à l'intérieur d'un travail proprement spirituel à partir d'une juste « conception de l'âme humaine ». Concluons avec Benoît XVI : « Un des aspects de l'esprit techniciste moderne se vérifie dans la tendance à ne considérer les problèmes et les mouvements liés à la vie intérieure que d'un point de vue psychologique, et cela jusqu'à la réduction du neurologique. L'homme est ainsi privé de son intériorité, et l'on assiste à **une perte progressive de la conscience de la consistance ontologique de l'âme humaine**, avec les profondeurs que les Saints ont su sonder. *Le problème du développement est strictement lié aussi à notre conception de l'âme humaine*, dès lors que notre moi est souvent réduit à la psyché et que la santé de l'âme se confond avec le bien-être émotionnel. Ces réductions se fondent sur une profonde incompréhension de la vie spirituelle et elles conduisent à méconnaître que le développement de l'homme et des peuples dépend en fait aussi de la résolution de problèmes de nature spirituelle. *Le développement doit comprendre une croissance spirituelle, et pas seulement matérielle*, parce que la personne humaine est une "unité d'âme et de corps"<sup>14</sup>, née de l'amour créateur de Dieu et destinée à vivre éternellement. **L'être humain se développe quand il grandit dans l'esprit, quand son âme se connaît elle-même** et connaît les vérités que Dieu y a imprimées en germe, quand il dialogue avec lui-même et avec son Créateur. Loin de Dieu, l'homme est inquiet et fragile. L'aliénation sociale et psychologique, avec toutes les névroses qui caractérisent les sociétés opulentes, s'explique aussi par des causes d'ordre spirituel. Une société du bien-être, matériellement développée, mais oppressive pour l'âme, n'est pas de soi orientée vers un développement authentique. Les nouvelles formes d'esclavage de la drogue et le désespoir dans lequel tombent de nombreuses personnes ont une explication non seulement sociologique et psychologique, mais essentiellement spirituelle. Le vide auquel l'âme se sent livrée, malgré de nombreuses thérapies pour le corps et pour la psyché, produit une souffrance. *Il n'y pas de développement plénier et de bien commun universel sans bien spirituel et moral des personnes, considérées dans l'intégrité de leur âme et de leur corps.* » (*Caritas in veritate*, 76).

---

<sup>14</sup> Conc. œcum. Vat. II, Const. past. sur l'Église dans le monde de ce temps *Gaudium et Spes*, n. 14