

École de Prière

La contemplation ou la vie dans l'Esprit

Saillon, le 22 mars 09

Nous avons vu que les quatrièmes Demeures sont *les Demeures de la contemplation*, qui inaugurent la vie dans l'Esprit. Nous allons ce soir examiner ce passage, qui est une vraie Pâque, de la méditation à la contemplation, l'oraison infuse. Je ferai appel autant à Thérèse qu'à Jean de la Croix.

Dans les trois premières Demeures, l'âme a appris la *lectio divina* et le recueillement actif : elle se met en présence du Christ ressuscité, elle entre en relation avec lui « dans une relation intime d'amitié » pour actualiser l'Évangile dans son cœur. Elle en était restée aux représentations de son imagination, qui lui permettait de méditer l'Évangile. Mais voici que son esprit est attiré à passer de la représentation à la rencontre : c'est l'entrée dans la contemplation.

Dans trois endroits de ses œuvres, Jean de la Croix parle de trois signes avant-coureurs qu'il faut reconnaître pour se disposer à la contemplation.

1^{er} signe : L'âme ne peut plus méditer avec l'imagination, elle y trouve de l'aridité, là où elle trouvait du plaisir. Elle ne trouve plus de goût ni dans les choses de Dieu, ni dans les choses créées, tout lui paraît insatisfaisant devant la transcendance de Dieu. Elle n'a plus de goût même dans les pratiques religieuses, car elle aspire au silence. Elle s'en détache des choses transitoires de cette vie et de la vie mondaine.

Ce premier signe est insuffisant pour en conclure que l'âme est saisie par la contemplation. Les causes pourraient être bien différentes, comme celles d'un relâchement de la vie spirituelle ou un état dépressif. Il faut d'autres signes complémentaires.

2^e signe : Elle n'a aucune inclination à mettre son imagination ou son attention en des choses particulières, intérieures ou extérieures. Mais elle se souvient constamment de Dieu, avec le souci de le servir, tout en ayant le sentiment de ne pas y parvenir et même de reculer dans la vie spirituelle, puisqu'elle ne trouve plus la saveur des commencements. La solitude et le silence lui plaisent, elle a le souci de tout accomplir le plus mieux. Mais ce signe n'est pas suffisant, car il ne met pas suffisamment en lumière l'emprise de Dieu, l'âme pourrait s'appuyer uniquement sur l'effort de sa volonté.

3^e signe : « L'âme prend plaisir à être seule avec une attention amoureuse à Dieu, sans considération particulière, en paix intérieure, quiétude et repos » ¹. Il n'y a plus de méditation successive, mais « un acte de simple attention amoureuse ». Ce signe est le plus certain, car il caractérise la contemplation, qui est un acte de réceptivité qui la met en présence de Dieu ; elle reçoit « une connaissance confuse, amoureuse, paisible et tranquille, où l'âme boit la sagesse,

¹ *La Montée du Mont Carmel* 2,13,4.

l'amour et la saveur »². Cette connaissance est confuse parce qu'elle n'est pas faite de considération particulière ; comme quelqu'un qui accueille une personne. Elle reçoit le don de sagesse, l'illumination de l'Esprit qui remplit son intelligence d'une lumière qui transcende tout concept. Elle reçoit aussi dans la volonté l'amour de Dieu, qui va l'enflammer progressivement et lui donner le feu sacré.

Dans la contemplation, l'intelligence est mise en attention, elle est saisie par la présence de Dieu. Elle n'est plus distraite. La volonté se met dans un acte d'accueil de l'amour de Dieu infus. « Contempler, c'est recevoir », écrit Jean de la Croix³, comme Marie, dans la maison de sainte Marthe. La contemplation, c'est l'art de l'accueil. L'intelligence se nourrit de la sagesse et de la beauté de Dieu. La volonté goûte la présence de Dieu. Les cinq sens spirituels sont saisis par la Présence. Par l'écoute, la contemplation, la saveur, le sentir, l'âme est touchée et transformée. « Voici que je me tiens à la porte et je frappe : si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui, je souperai avec lui et lui avec moi » (Ap 3,20).

Pour comprendre comment il est possible de contempler Dieu en cette vie, il est essentiel de savoir ce que sont en nous l'intelligence et la volonté.

L'intelligence aspire à connaître, c'est-à-dire accueillir la réalité, avant de la penser. Ce qui est premier dans l'intelligence, ce n'est pas de produire des pensées, mais d'accueillir la réalité et en particulier la Vérité suprême qui est Dieu. Dieu communique à l'intelligence la lumière de l'Esprit Saint et lui donne ainsi de le connaître, de le contempler. Dans la contemplation, l'intelligence est mise en état de silence et d'attention, d'écoute intérieure.

De même la volonté est faite pour accueillir le bien des réalités qui l'entourent, avant de produire des actes d'amour. La volonté est le désir du bien, et du bien suprême qui est Dieu. Elle aspire à recevoir la bonté de Dieu. Dans la contemplation, elle accueille l'amour de Dieu qui se répand en elle par l'Esprit Saint. Elle goûte la bonté de Dieu.

Dans la contemplation, la mémoire se remplit du souvenir constant de Dieu.

Thérèse donne un autre signe, complémentaire. « On perçoit clairement une dilatation ou élargissement de l'âme [...]. Cet élargissement intérieur est perceptible à ceci que l'âme est beaucoup plus au large. [...] Elle a grande confiance de jouir de Dieu un jour (*Demeures* 4,3,9). Thérèse cite cette référence biblique : « Tu as dilaté mon cœur » (Ps 118 / 119,32).

L'amour infus conduit au large et la fait sortir des étroitures humaines. Loin de l'enfermer sur elle-même, la contemplation la fait grandir dans l'amour de Dieu et du prochain.

² *La Montée du Mont Carmel* 2,14,2.

³ Cf. *La Vive Flamme d'Amour* 3,32. Au chapitre 11 de notre livre, nous traiterons de la contemplation selon saint Jean de la Croix.

Les Pères de l'Église, puis les auteurs médiévaux, ont découvert l'analogie des *sens spirituels* dans l'Écriture. Fréquemment, elle en fait allusion lorsqu'elle invite à écouter Dieu, à goûter combien il est bon, à contempler sa beauté, etc. Il y a un voir, un goût, une écoute, un toucher, et un sentir spirituels. À la suite de l'Écriture, Jean de la Croix les cite abondamment pour évoquer l'expérience spirituelle. Quels sont ces cinq sens spirituels ? Ils n'ont pas d'existence propre, mais ils expriment une expérience transcendante. Ces sens se réfèrent à une expérience relative à la connaissance et à l'amour de Dieu au niveau de l'intelligence et de la volonté. Ainsi, écouter Dieu ou le contempler se réfère à l'intelligence. Goûter Dieu se réfère à la fois à la connaissance et au plaisir spirituel. Sentir Dieu est une expérience de sa Présence, une intuition de son amour ou de sa volonté. Être touché par Dieu est une expérience d'union. Jean de la Croix parlera des « attouchements divins » qui enflamment le spirituel dans une grande ferveur. Les sens spirituels sont d'une importance capitale dans la vie spirituelle, parce qu'ils permettent d'entrer dans l'expérience spirituelle de la rencontre avec Dieu, qui illumine et enflamme le spirituel dans sa quête de Dieu. Ils permettent d'entrer dans le Jardin des Cantiques où la rencontre avec Dieu comble toutes les attentes du cœur humain. L'âme goûte combien le Seigneur est bon (cf. Ps 33,9). Elle quitte les faiblesses des débuts, elle est fortifiée. La contemplation a ouvert la porte à l'Esprit Saint, l'âme grandit dans les vertus théologiques infuses et les dons de l'Esprit. Elle commence à en recueillir les fruits (cf. Ga 5,22).

Thérèse était fragile de santé et sa générosité lui faisait sentir la fatigue de son corps. Son oraison s'en ressentait par de fréquents vagabondages de son imagination. Elle faisait vainement effort pour la maîtriser et son oraison en devenait encore plus pénible. Jusqu'au jour où elle a compris que l'intelligence était distincte de l'imagination. Laisant voyager son imagination, elle s'est alors recueillie en prêtant attention à son intelligence saisie par la présence de Dieu, de la même manière que lorsque notre attention permet de ne plus entendre les bruits d'alentour. « Laissons donc aller ce traquet de moulin, contentons-nous de moudre notre farine sans que cessent d'agir la volonté et l'entendement. Cette gêne est plus ou moins importante, selon notre état de santé et le moment » (*Demeures* 4,1,13-14).

Thérèse compare la méditation à un aqueduc transportant de l'eau et la contemplation à une source : « l'eau naît de la source même qui est Dieu », elle n'a plus besoin de construire l'aqueduc de ses méditations pour recueillir l'eau de l'Esprit (cf. *ib.* 4,2,3-4). Cette allusion à la source rappelle le récit de la Samaritaine au puits de Jacob. La contemplation permet d'y puiser.

Si Thérèse utilise souvent l'eau comme symbole de l'Esprit, elle utilise aussi le feu pour évoquer la contemplation, qui va enflammer le cœur : « Elle respire un parfum, disons-le maintenant, comme s'il y avait dans cette profondeur intérieure un brasero sur lequel on jetterait des parfums embaumés » (*Demeures* 4,2,6).

Elle est aussi attirée à une écoute intérieure, comme le Pasteur qui appelle ses brebis par un doux sifflement : « Dans sa grande miséricorde, en bon pasteur, par un sifflement si doux que c'est à peine si [les facultés spirituelles] l'entendent, il cherche à leur faire reconnaître sa voix [...]. Ce ne fut pas par l'ouïe, car on n'entend rien, mais on ressent très manifestement un doux recueillement intérieur ; ceux qui en ont l'expérience le sauront, mais je ne puis l'expliquer plus

clairement » (ib. 4,3,2-3). Toutes ces images successives mettent en lumière que les sens spirituels entrent dans l'expérience spirituelle.

Le risque, à ce niveau, c'est de croire qu'il faudrait demeurer dans la contemplation sans plus revenir à la méditation ou au recueillement actif. Or, il n'en est rien. La contemplation n'est pas encore un état permanent comme dans les septièmes Demeures ou la vie du ciel. Si l'âme ne perçoit pas la Présence de Dieu, elle doit se mettre à la recherche de l'Époux comme l'épouse des Cantiques. « Si nous n'avons pas le sentiment que ce Roi nous écoute, qu'il nous voit, nous n'allons pas rester là, tout nigauds, ce qui arrive souvent à l'âme forte quand elle s'est efforcée à faire taire l'entendement ; elle se trouve alors dans une bien plus grande sécheresse, et d'aventure, l'imagination est plus inquiète quand elle s'est fait violence pour ne penser à rien. Ce que veut le Seigneur, c'est que nous le priions et que nous considérions que nous sommes en sa présence, il sait, lui, ce qui nous convient » (ib. 4,3,5).

Thérèse avait fait l'expérience d'une grande sécheresse quand on lui avait conseillé de faire le vide, au lieu de se rassasier de la présence de l'Humanité du Christ, soit par la méditation, soit par la contemplation (cf. *Vie* 22,1). La contemplation est une relation interpersonnelle intense. S'il n'y a pas cette relation, il n'y a plus de contemplation.

La Vive Flamme d'Amour est le dernier écrit majeur de Jean de la Croix. Il le consacre à l'expérience de la contemplation de la Trinité, à laquelle il est parvenu. Mais il fait une longue digression, d'une vingtaine de pages, où il donne des conseils très précis sur l'entrée en contemplation et la manière de demeurer dans cette nouvelle vie de l'esprit⁴. Nous reprendrons ici les passages clés, très éclairants sur la manière de se comporter quand l'âme est saisie par le recueillement intérieur de la contemplation.

Jean de la Croix compare la contemplation à un regard amoureux porté sur Dieu : « L'âme doit marcher avec une simple attention amoureuse vers Dieu, sans spécifier aucun acte, se comportant passivement, sans apporter de son côté aucune diligence, mais seulement avec un regard amoureux tout simple comme quelqu'un qui ouvre les yeux avec un regard d'amour ». La notion de passivité chez saint Jean de la Croix est liée à la philosophie médiévale. Il s'agit de l'effet que produit un agent extérieur. L'oraison n'a donc rien de passif au sens moderne du terme, mais, au contraire, elle se caractérise par un *accueil actif* à l'action de l'Esprit Saint. Celui-ci a une action créatrice qui transforme l'esprit en le divinisant, par la lumière et l'amour infus dans l'âme. Peu à peu, celle-ci est illuminée et enflammée d'amour. « Nous tous qui, le visage découvert, réfléchissons comme en un miroir la gloire du Seigneur, nous sommes transformés en cette même image, de gloire en gloire, par le Seigneur, qui est Esprit. » (2 Co 3,18)

Jean fait appel aux sens spirituels pour expliquer la contemplation. Ici, il s'agit du regard. L'intelligence est, en effet, illuminée et mise en attention. Elle est saisie par la Présence. Il s'agit d'une lumière d'amour, d'une attention amoureuse,

⁴ Cf. *Vive Flamme d'Amour* 3,27-67. Toutes les citations qui suivent se rapportent à ce passage.

qui saisit aussi la volonté : l'âme n'est plus distraite, mais tournée vers la présence du Bien-Aimé. Ce que Jean souligne, c'est la manière nouvelle de se comporter : non plus d'une façon indépendante, en produisant des actes issus de la seule délibération personnelle, car l'âme entre dans une relation interpersonnelle, où l'accueil de l'autre est *au centre* de la relation d'amour. Jean invite l'âme à un accueil actif, par un acte d'attention et un regard amoureux. L'activité de l'âme se simplifie et s'accorde à l'action douce et simple de Dieu.

« Puisque Dieu se comporte alors à son endroit avec une connaissance simple et amoureuse [l'Esprit est une lumière infiniment simple], l'âme doit aussi se comporter de la même façon avec une connaissance ou un regard simple et amoureux », comme un enfant qui regarde avec des yeux grands ouverts. « C'est pourquoi, si l'âme voulait alors opérer de soi-même et apporter de son côté autre chose que ce simple regard passif amoureux que nous avons dit, fort passivement et avec une grande quiétude, sans exercer aucun acte naturel, si ce n'est quand Dieu vient à l'unir en quelque acte, elle mettrait un empêchement aux biens que Dieu lui communique surnaturellement en cette connaissance amoureuse. » Il faut souligner « *si ce n'est quand Dieu vient l'unir en quelque acte* » : lorsque l'âme est touchée, des actes jaillissent spontanément. L'oraison devient inspirée, spontanée. Si elle n'entre pas dans cette communion profonde, elle empêche Dieu d'agir en l'âme.

Jean précise ensuite : « Il s'ensuit que pour recevoir cette contemplation, l'âme doit être fort anéantie en ce qui est de ses opérations naturelles, dépêtrée d'elles, en loisir et en repos, avec paix et sérénité, selon que Dieu le requiert, ni plus ni moins que l'air est d'autant plus éclairé et réchauffé par le soleil, que plus il est net de vapeur, plus simple et plus tranquille. D'où, il suit que l'âme ne doit être attachée à rien : ni à l'exercice de la méditation ni au discours, ni à aucun goût – qu'il soit sensible ou spirituel [parce que si vous vous attachez au goût ou à l'expérience, vous vous enfermez en vous-même, en *votre* expérience, alors que l'expérience spirituelle doit vous aider à l'attention amoureuse, à aimer Dieu], ni à aucune autre opération quelle qu'elle soit, parce qu'il est besoin que l'esprit soit si libre et anéanti à l'égard de tout, que quelque pensée, discours ou saveur que ce soit sur quoi l'âme voudrait alors s'appuyer [au lieu de s'appuyer sur Dieu par la foi], l'empêchera, l'inquiétera, fera bruit en ce profond silence qui doit être en l'âme [un silence de réceptivité], quant au sens et à l'esprit, pour pouvoir entendre un si profond et si délicat langage que Dieu tient quand il parle au cœur en cette solitude ».

L'expérience que donnent les sens spirituels est tellement fine au début, qu'on l'aperçoit à peine. Peu à peu, on s'habitue à cette expérience et on la goûte de plus en plus ; l'âme est progressivement de plus en plus à l'aise dans la contemplation.

L'âme qui entre en contemplation est mise en état de solitude intérieure, seul à seul, ou oisiveté intérieure, oubli [la mémoire étant complètement détachée de l'expérience sensible, elle est comme hors du temps] ou écoute spirituelle, lequel

état, afin que vous puissiez le reconnaître toutes les fois qu'il arrive, se fait avec une paisible tranquillité et un recueillement intérieur ⁵ ».

Cette expérience est caractéristique de la contemplation. La plupart du temps, nos facultés nous projettent à l'extérieur. Dans la contemplation, nos facultés se tournent à l'intérieur, saisie par une attention intérieure. L'âme n'est plus distraite, ni préoccupée par quelque raisonnement. Il y a ainsi une expérience d'attention et de silence. Cette intériorité est psychologique, en ce sens que si Dieu est partout, il est cependant perçu par l'intelligence et la volonté, par ce qu'il y a de plus intime en nous-mêmes. C'est une expérience d'intériorité parce que nous la faisons dans notre cœur, même s'il s'agit de la plus radicale sortie de soi, pour contempler Dieu qui transcende toute expérience sensible.

L'âme découvre ainsi la véritable liberté spirituelle : « Car, veillez-y bien, c'est pour cette liberté et ce saint repos des enfants de Dieu que Dieu l'appelle au désert, dans lequel elle marche parée de ses beaux atours, ornée de bijoux d'or et d'argent, et ayant déjà quitté l'Égypte - qui est la patrie sensitive - qu'elle a laissée dénuée de ses richesses ; et non seulement cela, mais aussi elle a noyé les Égyptiens dans la mer de la contemplation, là où l'Égyptien, c'est-à-dire le sens, ne trouvant point de pied ni fond, se noie et laisse le fils de Dieu, qui est l'esprit, en liberté, échappé des détroits et de la servitude de l'opération des sens - de leur petite capacité pour entendre, de leur manière basse de sentir et du pauvre amour et du pauvre goût qu'ils ont - afin que Dieu lui donne la douce manne ».

Jean décrit très bien l'expérience de la contemplation en ces termes : « Plus vite elle s'approchera de cette oiseuse tranquillité, tant plus abondamment l'esprit de la sagesse divine lui est infus. Car cet esprit est amoureux, tranquille, solitaire, paisible, doux et enivrant pour l'esprit, lequel se sent ravi et blessé tendrement et doucement, sans savoir par qui, ni où, ni comment ».

Jean de la Croix perçoit le grand prix de la contemplation, qui dispose au maximum l'âme à l'envahissement de l'Esprit : « Les biens que cette communication et contemplation silencieuses laissent imprimés en l'âme, sans qu'elle les sente alors, sont inestimables, parce que ce sont des onctions très secrètes, et très délicates du Saint-Esprit, qui comble secrètement l'âme de richesses, de grâces et de dons spirituels, parce que Celui qui les fait étant Dieu, Il ne les fait pas moins qu'en qualité de Dieu ».

Si l'âme n'est pas enseignée, ni guidée vers la perception subtile de la contemplation, elle risque de retourner en arrière vers l'exercice de la méditation et perd ainsi ces biens inestimables. Elle retourne à sa volonté propre et perd la vie dans l'Esprit.

Dans l'exercice de la contemplation, l'âme apprend à se désapproprier d'elle-même et à remettre son esprit entre les mains du Saint-Esprit : « “ Celui qui ne renonce à tout ce qu'il possède ne peut être mon disciple ” (Lc 14,33).

⁵ « Absorbimiento interior » est traduit par « recueillement intérieur » : l'âme fait l'expérience d'être attentive à une réalité intérieure, elle est absorbée par une attention tournée vers l'intérieur, et pourtant extérieure à sa personne. L'âme est comme une fenêtre ouverte sur le ciel. Cf. *Vive Flamme d'Amour* 3,35.

La contemplation c'est se disposer à accueillir un Autre. Il est donc essentiel de *renoncer* à ses pensées et ses vœux. Celui qui veut me suivre, dit le Seigneur, qu'il renonce à lui-même et qu'il me suive. La contemplation c'est la prière infuse, conduite par l'Esprit Saint.

« De même que le soleil ne manque de répandre ses rayons en un lieu serein et découvert, quand il se lève dès l'aurore et donne sur ta maison afin d'y entrer si tu ouvres la fenêtre, Dieu, qui, " pour garder Israël, ne dort point ni ne sommeille " (Ps 120,4), entrera en l'âme vide et l'emplira de biens divins ».

L'âme se sent progressivement remplie d'amour et de lumière : « Parce que Dieu lui communique en un seul acte lumière et amour tout ensemble, c'est-à-dire une connaissance surnaturelle amoureuse, laquelle nous pouvons appeler une chaude lumière qui chauffe, parce que cette lumière rend amoureux [...]. Bien qu'il arrive quelquefois qu'en cette subtile communication, Dieu se communique davantage à une puissance plus qu'à l'autre et la blesse davantage, parce que tantôt la connaissance se sent plus que l'amour, tantôt, au contraire, l'amour se reconnaît mieux que l'intelligence ».

Jean résume ainsi son enseignement : « Ô âmes, quand Dieu vous fait des grâces si singulières que de vous élever à cet état de solitude [seul à seul] et de recueillement, vous retirant de l'opération laborieuse de vos sens, ne retournez plus à ce qui est des sens. Quittez là vos opérations : car si auparavant elles vous aidaient pour renoncer au monde et à vous-mêmes, lorsque vous étiez un débutant, maintenant que Dieu vous fait cette grâce d'être l'ouvrier, elles ne peuvent vous servir que de grand obstacle et embarras. Car pourvu que vous ayez soin de n'appliquer vos puissances à chose aucune, les dégageant de toutes choses sans les embarrasser - ce qui est ce que, de votre part, vous devez seulement faire en cet état, Dieu vous entretiendra d'une réfection céleste puisque vous-mêmes ne l'empêchez pas ».

Jean de la Croix conclut d'une manière qui annonce la Petite Voie de Thérèse de Lisieux : « En cette quiétude, l'âme doit prendre garde que, bien qu'alors elle ne s'aperçoive pas qu'elle s'avance et fasse quelque chose, elle fait beaucoup plus de chemin que si elle allait sur ses pieds, parce que Dieu la porte sur ses bras. Que l'âme s'abandonne entre les mains de Dieu et qu'elle ne se mette point en ses propres mains. Car pourvu qu'elle fasse ainsi et qu'elle n'occupe ses puissances en aucune chose, elle marchera en toute assurance ». C'est sur cette note optimiste et pétrie d'expérience que Jean de la Croix achève son enseignement sur la manière d'entrer et de demeurer dans la contemplation.

La contemplation est une très belle histoire d'amour. Elle est vie de communion avec Dieu dans le feu de l'Esprit. L'enseignement de Jean est très équilibré, car il insiste autant sur la sagesse, qui est une connaissance savoureuse de Dieu, que sur la charité qui enflamme la volonté dans l'amour de Dieu et du prochain. La contemplation n'est en rien une fuite du monde, une expérience réservée à une élite ou encore une expérience égocentrique. Elle est ouverture maximale à l'action de l'Esprit pour vivre pleinement l'Évangile.

« Contempler, c'est recevoir » ⁶, dit simplement Jean de la Croix. C'est la conviction qu'il est impossible de vivre l'Évangile sans accueillir l'Esprit Saint.

Jean parle beaucoup de la joie dans ses œuvres. Dans le mariage spirituel, il témoigne de son bonheur en ces termes : « En cet état d'une vie si parfaite, l'âme chemine toujours quant à l'intérieur et à l'extérieur, comme en fête, et porte d'ordinaire, dans le palais de son esprit, une grande jubilation divine, comme un cantique nouveau, toujours nouveau, mêlé d'allégresse et d'amour, accompagné de la connaissance de l'heureux état auquel elle est parvenue » ⁷. Jean de la Croix est beaucoup plus l'homme du *Cantique Spirituel* et de la *Vive Flamme d'Amour* que de la *Nuit Obscure*.

Pour conclure, je ne saurais mieux trouver que ce passage final du livre de l'Apocalypse : « L'ange me montra le fleuve de vie, limpide comme du cristal - l'Esprit - qui jaillissait du trône de Dieu et de l'Agneau. Au milieu de la place, de part et d'autre du fleuve, il y a des arbres de vie qui fructifient douze fois, une fois chaque mois et leurs feuilles peuvent guérir les païens. L'Esprit et l'épouse disent : « Viens ! » Que celui qui entend dise : « Viens ! » et que l'homme assoiffé s'approche, que l'homme de désir reçoive l'eau de la vie, gratuitement » (Ap 22,17). Jean de la Croix était vraiment cet homme de désir, qui a été comblé par l'Esprit.

⁶ *Vive Flamme d'Amour* 3,36.

⁷ *Vive Flamme d'Amour* 2,36.