

# Le bréviaire du colimaçon – notes de lecture

---

<b>Auteur du Bréviaire du colimaçon</b>	<b>Jacqueline Kelen, 2015</b>
<b>Auteur de cette fiche</b> (sélection de phrases marquantes, réaménagement et illustrations)	<b>Olivier Tempéreau, 2022</b> • <a href="https://oliviertempereau.wixsite.com/seletolivier">https://oliviertempereau.wixsite.com/seletolivier</a> • <a href="mailto:olivier.tempereau@gmail.com">olivier.tempereau@gmail.com</a>

### **Note à l'attention du lecteur (puisque tu es là)**

Lorsqu'un livre me plaît, j'ai souvent bien du mal à formuler, une fois la dernière page tournée, ce que j'y ai apprécié. J'ai l'impression d'une masse difforme au parfum agréable. Alors, je recopie scrupuleusement les passages marquants, et je les réorganise à ma façon, pour en arriver à une forme digérée, métabolisable...

Le miel n'est pas le nectar. Il est donc possible que le choix des phrases de l'auteur et leur nouvel agencement modifient, détournent, trahissent la pensée de l'auteur. C'est inévitable : tout lecteur interprète...

Quelques informations techniques :

- les mots en italique, la plupart des titres et les dessins sont des ajouts personnels. Hormis ces exceptions, tout le reste est de l'auteur (je me permets quelques légères modifications dans la forme, selon les besoins)
- je ne redonne pas systématiquement les numéros de page des citations, mais, au besoin, je peux dans certains cas te les faire parvenir.
- le texte souligné fait référence au dessin placé à proximité.
- je t'invite à te faire une idée par toi-même, en allant trouver en librairie cette merveille de livre !

### **Note à l'attention de l'auteur (si jamais tu passais par là !)**

Cela ne se fait pas, probablement, ce que je fais (je veux dire : de recopier tant de phrases et de les mettre à disposition de tous).

J'ignore tout du droit, je suis peut-être passible du cachot, mais ça m'est égal : mon but est de participer à l'élévation des consciences (à commencer par la mienne !), et pour cela, à la diffusion de cette œuvre, parce que j'estime qu'elle y contribue.

Si cela te chiffonne malgré tout, n'hésite pas à m'en faire part. Il peut y avoir, notamment, des questions de revenus qui permettent la subsistance (et c'est bien légitime). Mais je crois que mon travail contribue plutôt aux ventes qu'il ne les restreint (et il s'agit là d'une diffusion TRESSEES anecdote ; on pourra en reparler quand Coca-Cola me proposera un sponsoring !)

<b>I.</b>	<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>4</b>
<b>II.</b>	<b>UN MONDE SANS SPIRITUEL .....</b>	<b>4</b>
1.	CORPS, AME, ESPRIT .....	4
2.	L'HOMME HEDONISTE .....	6
3.	L'HOMME SOCIAL ET ETHIQUE .....	6
a)	<i>Souci : la pensée matérialiste écrase tout.....</i>	6
b)	<i>Solution : une place pour chaque chose.....</i>	7
4.	L'HOMME PSYCHOLOGIQUE.....	7
<b>III.</b>	<b>ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS DE LA VIE SPIRITUELLE.....</b>	<b>8</b>
1.	S'OUVRIR A LA PRÉSENCE.....	9
a)	<i>La « Présence » : expérience vivante et personnelle .....</i>	9
b)	<i>Se mettre au rythme de la Présence .....</i>	9
c)	<i>Le silence .....</i>	10
d)	<i>Un rapport au monde.....</i>	10
e)	<i>Trois situations propices à l'irruption du spirituel .....</i>	11
f)	<i>Deux « souviens-toi » propices à l'irruption du spirituel .....</i>	12
2.	DEVELOPPER SA CONNAISSANCE .....	13
a)	<i>Choisir la solitude, et donc la responsabilité .....</i>	13
b)	<i>Se connaître .....</i>	13
c)	<i>S'oublier .....</i>	16
3.	LA MISE EN PRATIQUE.....	17
a)	<i>La vie spirituelle est une pratique .....</i>	17
b)	<i>La vie spirituelle est une ascèse facile .....</i>	17
c)	<i>Le désir comme moteur.....</i>	18
d)	<i>Les vertus .....</i>	19
e)	<i>Les exercices spirituels .....</i>	19
<b>IV.</b>	<b>LA LUTTE .....</b>	<b>20</b>
a)	<i>Le combat spirituel.....</i>	20
b)	<i>Les refus de combats.....</i>	20
c)	<i>Se donner, pour plus grand que soi .....</i>	21
d)	<i>S'appuyer sur l'Esprit, imperméable aux aléas .....</i>	21
e)	<i>Ce que l'on en retire .....</i>	22
f)	<i>Rapport à la souffrance .....</i>	24
<b>V.</b>	<b>LA JOIE .....</b>	<b>25</b>
<b>VI.</b>	<b>RELIGION ET SPIRITUALITE.....</b>	<b>27</b>
<b>VII.</b>	<b>CONCLUSION .....</b>	<b>27</b>
<b>VIII.</b>	<b>SYNTHESE .....</b>	<b>28</b>

## I. Introduction

- P 11-12 : le colimaçon

- calme, recueillement, effort soutenu et lente progression. Il avance avec précaution, presque délicatesse. Il chemine patiemment et sûrement.
- Emporter toujours avec soi sa cellule intérieure : pouvoir se retirer tout au fond, pour éviter d'être happé par les passions du monde
- un animal à antennes, qui élève ses yeux bien au dessus du sol
- rampant, mais apte à monter le long des tiges et branches
- sa coquille évoque une spirale de vie capable de se déployer jusqu'à l'infini



- *Quelques mots sur la vie spirituelle*

- p 31-32 : différence entre « vie intérieure » et « vie spirituelle »
  - la vie intérieure est d'ordre privé, par rapport à la vie publique
  - la vie spirituelle est le désir d'accomplissement par-delà l'humain.
  - La vie spirituelle est comme une vie intérieure soulevée par l'Esprit, et s'orientant vers la transcendance
- P 34 : le spirituel se démarque aussi du sacré (*bla bla bla*)
- p 34 : différencier sagesse et spiritualité (*bla bla bla*)
- p 104 : *distinction « sagesse antique » / « spiritualité chrétienne »* (*bla bla bla*)

## II. Un monde sans spirituel

### 1. *Corps, âme, esprit*

- *état des lieux*

- p 28 : tout individu a la possibilité d'explorer et d'alimenter les trois parts qui le constituent :
  - **corps** (apparence, prolonger sa vie biologique, guérir de tout, jouir des plaisirs des sens)
  - **psychisme** (mettre de l'ordre dans les émotions qui le traversent, développer confiance et maîtrise de soi)
  - **esprit** (découvrir son être profond et nourrir sa part spirituelle)

- o P 15 : si l'homme était... une lampe à huile, un char...

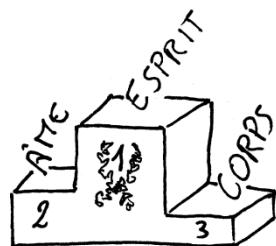
Elément humain	Dimension	Lampe à huile	Char
Corps	Physique	Réceptacle de l'huile	Char
Ame	Psychique	Huile	Chevaux (émotions, passions)
Esprit	Spirituelle	Mèche susceptible de s'embraser au feu divin	Cocher

o p 15 : corps, âme (sentiments, imagination, mental) et esprit ne s'excluent pas, mais sont appelés à s'harmoniser

- une sorte de hiérarchie

o ce à quoi l'homme s'identifie durant sa brève existence, c'est ce qui restera de lui après le trépas.

- p 72 : tout ce qui est contingent s'en va comme tombent les feuilles mortes
- P 29 : on peut laisser des biens matériels, des enfants, une renommée. Tout cela pèsera bien peu au regard des millénaires.



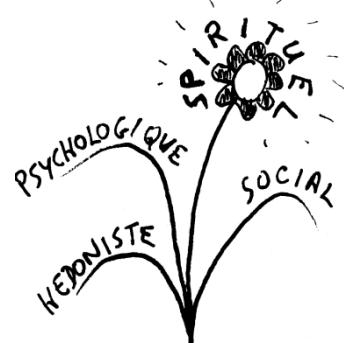
▪ P 29 : « amassez des trésors dans le ciel » (st Matthieu)

o p 29 : tout concourt (les ressources physiques, morales, affectives, intellectuelles), mais afin de servir ce noble but : l'Esprit.

o p 17 : considérer l'homme, comme on le fait actuellement, uniquement sous ses aspects physique et psychique, c'est le mutiler de sa meilleure part

o P 32 : sur le plan spirituel, l'**enjeu premier n'est pas de former un couple et d'avoir des enfants, ni d'être reconnu en ce siècle, mais d'aimer et d'œuvrer à la lumière de l'Éternel.**

o p 14 : « si donc l'esprit, par rapport à l'homme, est un attribut divin, une existence conforme à l'esprit sera, par rapport à la vie humaine, véritablement divine. Il ne faut donc pas écouter les gens qui nous conseillent, sous prétexte que nous sommes des hommes, de ne songer qu'aux choses humaines et, sous prétexte que nous sommes mortels, de renoncer aux choses immortnelles » (Aristote)



- p 18 : il est capital de discerner en soi
  - ce qui appartient au domaine psychique (voué à la mort)
  - ce qui relève du spirituel (promis à l'éternité)
  - P 33 : il n'est pas de moyen terme : on vend son âme au Diable ou on ne la vend pas. « que votre oui soit oui », « qui veut sauver sa vie la perdra ».

## **2. L'homme hédoniste**

- p 9-10 : Le siècle parle peu de la vie intérieur (« Le monde moderne n'a pas le temps d'espérer, ni d'aimer, ni de rêver » (Bernanos))
- P 18 : en niant la dimension verticale de l'être humain, on est voué à tourner en rond dans le labyrinthe du monde. On se fait plaisir, on aménage notre prison, en attendant quelques recettes miracle

*Il y a beaucoup d'autres tournures qui évoquent l'homme hédoniste (cf. plus bas), mais elles sont intégrées dans des phrases dont le sens général les dispose à être placées dans les parties suivantes...*

## **3. L'homme social et éthique**

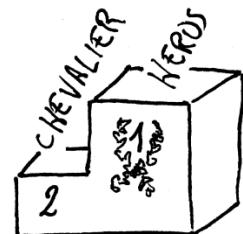
### **a) Souci : la pensée matérialiste écrase tout**

- p 25 : sous prétexte d'égalité, de justice et de fraternité, d'incontournable « vivre ensemble » et d'obligatoire « solidarité », la société suspecte tout individu qui se démarque de la masse
  - p 26 : « L'éternité occupe ceux qui ont du temps à perdre. Elle est une forme de loisir » (Paul Valéry)
  - p 26 : on entend souvent dire que les carmélites qui prient et vivent en silence loin du monde ne servent pas à grand-chose.
  - p 126 : cette idéologie qui réduit les visions démoniaques à des fantasmes psychiques, les miracles à un effet placebo et les extases mystiques à un dérangement mental
  - p 126 : un combattant spirituel témoigne du monde invisible, de ses lois propres, de son climat et de ses habitants ; même si tous le raiillent ou l'exhortent à s'engager dans des luttes terrestres, tellement plus nécessaires
- p 17 : en le restreignant à une dimension historique et sociale, même si on y ajoute l'éthique, les droits de l'homme, les bons sentiments, on le voue, cet « animal raisonnable », à la poussière irrémédiable.
- p 39 : **le monde actuel met en péril la grandeur de l'homme et occulte la haute destinée à laquelle il est promis et dont il doit se rendre digne**

- p 38-39 : le monde actuel fournit à foison toutes sortes de pièges, d'obstacles et de leurres aptes à détourner quiconque de la vie intérieure
  - en faisant partie d'un groupe : en étant conformes, ils se débarrassent, en même temps que de leur solitude, de leur liberté.
  - **On ne leur parle que de leur vie sur terre, qui ira bien sûr en s'améliorant grâce au progrès ; on leur propose toutes les techniques possibles de bien-être, on les divertit, ô jamais on n'évoque la mort**
  - l'époque instille en ses citoyens « responsables » une bonne conscience qui est aux antipodes qu'une conscience éveillée.
    - Le **durable** a remplacé le **désir d'éternité**
    - le **bien-être** a évacué tout **questionnement sur l'être**
    - **guérir** semble infiniment plus important que le **salut de l'âme**

### b) Solution : une place pour chaque chose

- p 25 : Kierkegaard fait la distinction entre
  - le héros (préoccupations d'ordre éthique, il se réfère au général)
  - et le chevalier de la foi (se réfère uniquement à l'Absolu)
- *c'est une belle distinction. Les deux sont utiles, et il est même bon qu'ils cohabitent en nous*
  - *la place du héros :*
    - p 27 : « Il faut rendre à César ce qui est à César et à Dieu ce qui est à Dieu ». Un être spirituel n'est pas exempté de toute préoccupation terrestre. Il ne se tient pas au-dessus de la mêlée
  - *la place du chevalier :*
    - p 27 : les citoyens sont censés être tous frères (donc s'aimer, partager, s'épauler), mais ils n'ont pas de père
    - p 32 : une société orpheline de toute transcendance n'est capable de proposer que le « durable », l'« équitable » ou l'« éthique » à ses citoyens ; là où l'expérience spirituelle ouvre au sentiment d'Eternité et à l'Amour infini.



## 4. L'homme psychologique

- p 16 : le psychisme, que certains appellent l'âme (ambiguïté), est un domaine mouvant, agité, incertain, troublé (*jusqu'à désespoir et folie*).
  - P 16 : Certains s'efforcent de clarifier ce monde opaque ; un travail qui s'avère sans fin.
  - P 19 : or, **le salut ne se trouve pas dans le brassage psychologique, mais bien dans le fait de quitter l'homme psychique**

- P 22 : une grande différence entre l'homme psychique et l'homme spirituel :

homme psychique	homme spirituel
cherche fiévreusement à aller mieux	ne vise qu'à se perfectionner et se transformer
veut se prémunir contre toute souffrance	se forge et s'affine à travers les inévitables épreuves
toujours insatisfait, ses états d'âme étant précaires et jamais assurés	a depuis longtemps laissé sur la rive le petit moi geignard afin de s'avancer au large.

- p 74 : différence entre démarche thérapeutique et engagement spirituel

	Thérapeutique	spirituel
plan	Horizontal et temporel	Vertical et spirituel
conscience	Conscient, inconscient et subconscient	Ouverture au Divin => « surconscient »
relation	Harmoniser le masculin et le féminin	Vision humano-divine

### III. Éléments constitutifs de la vie spirituelle

- P 13 : « il faut nous représenter l'âme, non comme quelque chose d'étroit et d'enfermé dans un coin, mais comme tout un monde intérieur » (Thérèse d'Avila)
- P 49 : « la profondeur de l'homme est plus qu'humaine »
- P 49 : la vie spirituelle

Élément constitutif	description	Sans cet élément, risque de dérive
○ repose sur une expérience vivante et personnelle	sentiment d'une <b>présence</b>	hypocrisie et conformisme
○ se développe grâce à la <b>connaissance</b>	approfondissement de la quête du Divin	rêverie ou délire
○ se vérifie dans la <b>pratique</b>	exercice des vertus, mise en actes de sa foi, culte religieux...	égocentrisme et imposture

## ***1. S'ouvrir à la Présence***



### **a) La « Présence » : expérience vivante et personnelle**

#### **• de manière générale**

- c'est une grâce, l'irruption du monde supérieur, la visitation de l'Esprit. L'expérience est évidente et immédiate
- p 54 : une **telle expérience est inoubliable et indicible, et elle est apte à illuminer toute une existence.**
- p 42 : une expérience spirituelle authentique se caractérise par une liberté immense et une joie imprenable.

#### **• Dans l'épreuve**

- p 116 : nombreux sont ceux qui, au moment du plus grand désarroi, se sont sentis visités, enveloppés, aimés et protégés par une indicible présence
- p 116 : l'expérience inoubliable de l'Esprit (« je me suis senti suspendu dans les transes au-dessus de l'abîme. J'ai senti l'impulsion d'une force consciente, souveraine et amoureuse ; et alors s'ouvre le sentier du Seigneur »)

### **b) Se mettre au rythme de la Présence**

- p 52 : retrouver une qualité de présence : à soi, au monde qui nous entoure, à ce qui survient, à ceux que l'on rencontre, et présence du cœur à ceux qui sont loin.
- P 52 : il est bon de demeurer tranquillement dans sa chambre, pour ressentir la présence en soi d'un monde jusqu'ici ignoré. L'intérieurité est ouverture à la présence.
- « ne vous empresez point à de vains désirs, et même ne vous empresez pas à ne vous empresser point. **Allez doucement votre chemin** » (st François de Sales)
- p 10 : Il est temps de se poser, d'écouter, d'aller vers l'intérieur.
- P 38 : l'intérieurité nous appelle à une découverte lente et silencieuse des richesses oubliées
- P 53 : aller vers l'intérieur, c'est aller vers la profondeur autant que vers la Transcendance. L'être Divin est à la fois proche et lointain : « plus intérieur à moi que mon être le plus intime et plus élevé que ce qui est le plus haut en moi » (st Augustin)
- p 55 : l'homme intérieur est celui qui répond présent à la Présence et rend grâces à la Grâce.

### c) Le silence

#### • *le besoin de silence*

- p 94 : c'est toujours le moi prétentieux qui bavarde et s'expose.
- P 93 : le silence opère une purification : on se détache de l'accessoire pour l'essentiel, on quitte le temporaire pour l'impérissable. Il permet à l'homme de devenir vacant pour l'immense et l'inouï
- P 91 : « court est le temps qui t'est laissé. Vis comme sur une montagne » (Marc Aurèle). Toute aventure spirituelle commence par le retrait et le silence
- p 92 : « la vie d'un véritable philosophe est une vie de calme, de silence intérieur, de solitude, et de distance avec le monde. Oublié et oublié du monde, il trouve la paix dans la contemplation du Bien » (Socrate)
- p 93 : « l'ami du silence devient proche de Dieu »
- p 93 : à celui qui a goûté le silence, les discussions banales, les débats et autres colloques deviennent insupportables
- P 94 : le silence garde celui qui le garde

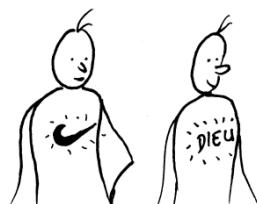
#### • *côté rebutant du silence*

- p 92 : si le silence fait peur à beaucoup, c'est qu'avant de le rencontrer et de le savourer, chacun est assailli par sa ménagerie personnelle.
- P 92 : « rien n'est plus insupportable à l'homme que d'être dans le plein repos : sans passion, sans affaires, sans divertissement, sans application. Il sent alors son néant.

### d) Un rapport au monde

#### • A contre-courant du monde

- p 9 : chacun porte en soi, souvent à son insu, tout un monde de rêves, de sentiments, d'aspirations. C'est là son trésor. Mais plutôt que d'y puiser, il cherche à l'extérieur. Alors, il n'est plus qu'une coquille vide qui retentit des vains bruits du monde.
- p 10 : Pour ceux qui ne se contentent pas de plaisirs immédiats ni de biens matériels, pour ceux qui refusent l'esclavage de la conformité, la grande aventure commence : aller vers la profondeur et trouver ce qui ne périt pas.
- P 46 : un pèlerin spirituel ne se préoccupe pas d'être au goût du jour, mais au goût de Dieu. Il ne se soucie pas de vivre dans l'air du temps, mais dans le souffle de l'Esprit (« Nous ne sommes en réalité que ce que nous sommes au regard de Dieu » (François d'Assise))



- p 137 : tant que l'homme reste en captivité (sous l'emprise de ses sens et de ses passions, sous l'emprise de ses doutes et de ses peurs) ; tant qu'il demeure bien quiet dans sa « servitude volontaire » (La Boétie), il ne peut participer à l'œuvre de transfiguration. Il n'est qu'un mortel plus ou moins heureux sur cette terre, mais ignorant de la « **liberté glorieuse des enfants de Dieu** » (st Paul)
- *l'homme intérieur, hors du commun des mortels (eh ouais !) !*
  - p 23 : il ne peut se contenter des schémas de vie auxquels la majorité acquiesce sans se poser de questions. Il désire se frayer un chemin particulier, il a soif de mystère et d'immensité.
  - P 23 : Déjà, il ne fait plus partie du commun des mortels, parce qu'il s'est éveillé à sa dimension transcendante, à la souveraineté de l'esprit.
  - P 43 : le départ de l'aventure spirituelle se fait par le désir de quitter la « maison de servitude ». L'homme intérieur se libère du joug qui le maintient courbé et douloureux dans la répétition des jours, n'ayant pour horizon que l'horizon chimérique.
  - P 44 : vivre l'intériorité requiert de quitter toute passion mondaine, de ne pas s'attacher à l'extériorité (tout ce qui est factice, superficiel, éphémère). Il faut donc **discriminer le superflu de l'essentiel, les mirages du siècle de l'« Unique nécessaire »**.

### e) Trois situations propices à l'irruption du spirituel

- P 56 : trois portes par lesquels la Transcendance peut faire irruption dans le cours ordinaire des jours et favoriser l'éclosion de l'être humain à l'Esprit (pour peu qu'on se montre attentif et réceptif) :

	Réaction du monde	Réaction spirituelle
A comme	p 57 : la plupart des humains considèrent l'amour comme une denrée ordinaire. Ils le réduisent à un lien social, familial, ils banalisent la rencontre amoureuse	p 57 : l'amour porte le mortel au-dessus de lui-même. Il lui fait ressentir la puissance du Mystère

<b>B comme beauté</b>	<p>P 59 : la plupart des humains se contentent d'un monde concret, matériel.</p> <p>P 60 : pour lui, la beauté est normale, et il se plaint bruyamment s'il s'en trouve privé.</p> <p>p 58 : la beauté, l'homme extérieur veut avant tout en jouir.</p>	<p>P 59 : celui que la beauté n'émeut pas est bien à plaindre : il est orphelin du ciel</p> <p>p 58 : la beauté emplit d'une joie pure.</p> <p>P 58 : « ce qui est visible ouvre nos regards vers l'invisible » (Anaxagore de Clazomène)</p>
<b>C comme crise</b>	<p>p 62 : devant la mort assurée, la psychologie est impuissante, et aucune thérapie ne guérira jamais le mortel de sa finitude. On parle désormais de « résilience », plutôt que de laisser place à une irruption de l'Esprit</p>	<p>p 61 : <b>tandis qu'il a tout perdu, il peut prendre conscience de l'Esprit indestructible :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• p 61 : lorsqu'il ne reste rien, il reste en lui l'esprit.</li> <li>• p 61 : lorsque tout a été perdu, l'âme dénuée est apte à ressentir « une fraîcheur de brise et de rosée »</li> </ul> <p>p 62 : il reste l'immortel trésor spirituel, qui a toujours été là, mais caché par le paysage. Désormais sauvé du temporel, il illumine notre conscience</p>

### f) Deux « souviens-toi » propices à l'irruption du spirituel

- p 41 : ce qui achemine vers une voie intérieure est une double injonction
  - p 41 : le fait d'être mortel : « **souviens-toi que tu vas mourir** »
    - p 40 : il ne s'agit pas de penser sans cesse au trépas, mais de se souvenir que le séjour terrestre est bref, et que nul mortel ne connaît le jour ni l'heure de son départ.
    - P 40 : ni se presser, ni paresser (perdre son temps), mais prendre son temps.
    - P 40 : l'intériorité n'est pas un passe-temps ni un refuge occasionnel
  - p 41 : la grandeur de l'homme, son visage d'éternité : « **souviens-toi de ta noblesse et sois honteux d'une telle défection ; n'ignore pas ta beauté pour être confondu davantage par ta laideur** » (Bernard de Clairvaux)

- p 41 : chercher ce qui, en lui, est de l'ordre de l'impérissable, la parcelle de divin qu'il aura à cœur de manifester durant son existence.
- P 42 : pensée ? Langage articulé ? Aptitude à se servir d'instruments ? Non : la vraie grandeur de l'homme est d'ordre spirituel. Elle le rend totalement responsable
- p 42 : les prédicateurs insistent trop souvent sur la misère de l'homme. Honte et culpabilité. Ils proposent le repentir. Cela empêche l'envol. Il est primordial de rappeler à l'être humain sa noblesse originelle
- p 43 : je me méfie de tout ce qui plie l'être humain au déterminisme et l'exempte de sa responsabilité.
- p 137 : à trop ressasser la misère et le péché de l'homme, on ne voit plus la finalité du chemin qui est de résurrection, de transfiguration, de divinisation (« L'homme est une créature qui a reçu l'ordre de devenir Dieu » (Basile le Grand)). Mais il est sans doute plus facile de battre sa coulpe, de s'imposer des pénitences, que de se perfectionner et de devenir libre afin d'accueillir la Gloire divine

## ***2. Développer sa connaissance***

### **a) Choisir la solitude, et donc la responsabilité**

- p 24 : il advient à sa solitude en même temps qu'à sa précieuse liberté
- p 25 : ne plus faire partie du commun des mortels ne signifie pas qu'on méprise les autres ni qu'on se désintéresse de sa vie, mais que l'on s'est dégagé de la généralité pour accomplir son destin unique.
- P 25 : l'intériorité est personnelle. Non pas subjective, mais singulière
- p 78 : la vie spirituelle fait découvrir à l'homme son immense liberté.  
Mais :
  - n'être inféodé à personne, c'est être responsable de tout
  - être totalement libre, c'est se retrouver absolument seul (p 79 : « la terrible responsabilité de la solitude » Kierkegaard)



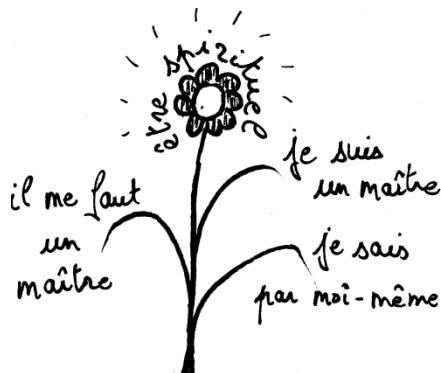
### **b) Se connaître**

#### **• pourquoi se connaître ?**

- P 45 : Thérèse d'Avila parle de l'exploration des terres intérieures comme d'un voyage aussi passionnant que les Grandes Découvertes qui se faisaient à son époque

- P 66-68 : se connaître, c'est partir à la découverte de ce qui est en soi inconditionné et inaliénable. Ne suis-je qu'un corps, un organisme vivant et pensant ? Ne suis-je qu'une matière destinée à disparaître ? Ne suis-je mû que par des besoins, des pulsions ? Qu'est-ce qui, de moi, demeurera lorsque je mourrai ?
- P 67-68 : un être dépourvu d'intériorité se condamne à n'être qu'un pur produit : d'une famille, d'une époque, d'un pays, d'une mode. Il subit tous les déterminismes tout en se croyant libre et actif. Il reproduit des schémas. N'ayant pas accès à sa singularité, il se sent à l'aise dans les groupes. Qui suis-je lorsque je ne me définis plus que par ma filiation, ma profession, mes attaches sentimentales, mes liens sociaux et amicaux ?
- P 68 : la connaissance de soi, loin de se limiter au moi existentiel, ouvre à un monde infini : « connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux »
- *Pas soumis à un maître*
  - « *Un maître, c'est rassurant et ça va plus vite* », peut-on penser naïvement
    - p 33 : de nos jours, on entend par spiritualité une sorte de savoir supérieur, dispensé par des maîtres. On en fait quelque chose d'abstrait, d'austère, d'intellectuel. Mieux vaut dire « le spirituel » comme on dit « le Divin », en ouvrant tout un champ, non seulement de réflexion, mais d'expérience.
    - P 67 : on peut se sentir rassuré par des réponses qui viennent de l'extérieur : on croit que les autres, les spécialistes, savent mieux que soi.
    - p 76 : l'homme ordinaire, ayant peur du vide ou de l'inconnu, cherche un maître ou un guide alors qu'il n'a pas encore fait connaissance avec lui-même. Il court-circuite le lent processus intérieur
    - p 79 : un voyage spirituel, ce n'est pas se rendre obéissant et fidèle envers un maître extérieur, mais d'être en toutes circonstances fidèle à ce qui en lui-même demeure supérieur, à savoir la lumière vivante de l'Esprit
  - p 78 : en Orient, *on a un maître* : un guru, un swami, un lama... En Occident (Athènes, Jérusalem et Rome),
    - la démarche spirituelle s'apparente à un compagnonnage, à une relation d'amitié entre personnes partageant une même quête

- la personne humaine est perçue comme unique et irremplaçable, capable d'exercer son propre jugement.
  - Socrate se déclare accoucheur d'âmes
  - Jésus désigne ses apôtres par le beau qualificatif d'amis
- *Attention aux soi-disant maîtres !*
  - p 94 : ceux qui se flattent de recevoir des messages et des apparitions célestes ou d'avoir des extases mystiques sont loin d'être des êtres spiritualisés, puisqu'ils profanent le trésor confié et le détournent à leur profit
  - p 125 : **le combat ne cessera qu'avec le dernier souffle. La pire illusion est de se croire parvenu au but**, à la sagesse ou à la sainteté, et ainsi de s'enorgueillir et de jouer au maître à penser. Or, une conscience éveillée ne cherche jamais à embriaguer d'autres consciences, mais elle tient à les rendre libres.
  - P 134 : un être spirituel n'a nul besoin de se conduire en prosélyte ni d'enseigner autrui : il est tout d'abord témoin
  - p 70 : l'individu qui se pose en maître peut dire ou écrire des choses intéressantes, mais il n'est pas désintéressé. Le culte du moi est habile : il se déguise sous de multiples formes et les apparences spirituelles sont souvent les plus trompeuses
- *pas tout réinventer*
  - p 80 : l'homme profane, charnel,
    - est ingrate et oublier. Il croit que l'Histoire commence avec lui, il pense qu'il n'a rien à apprendre, que seul compte son « vécu ».
    - Il se plaît dans la facilité et le superficiel
  - p 81-82 : *l'homme spirituel*
    - choisit l'ascèse et la discipline
    - il étudie les Écritures sacrées de l'humanité, les grands textes philosophiques et religieux : « ignorer les écritures, c'est ignorer le Christ »
    - non pour augmenter son savoir, briller devant les autres, mais pour accroître le trésor intérieur. Ces lectures ne constituent pas des savoirs livresques, mais alimentent une connaissance amoureuse



- o fort différent de l'intellect, l'intelligence spirituelle s'acquiert et se développe par un silence attentif (l'écoute), par la méditation personnelle et réitérée des textes, et grâce à l'intuition et à l'inspiration
- o « le juif est un homme qui lit depuis toujours, le protestant est un homme qui lit depuis Calvin, le catholique est un homme qui lit depuis Ferry »
- o P 65-78 : la vie spirituelle s'approfondit grâce à la connaissance de soi, et grâce à l'étude et la méditation des textes sacrés ; écrits innombrables et magnifiques que nous ont légués au fil des siècles les grands vivants.

### c) S'oublier

- p 69-70 : le paradoxe est le suivant : la connaissance de soi aboutit à l'oubli du moi (ce que les moralistes du XVII<sup>e</sup> siècle appelaient « amour-propre »).



- o « je veux qu'il n'y ait plus de moi en moi »
- o « il ne s'agit pas de quitter le monde mais de se quitter soi-même »
- o « il n'y a nulle paix que dans l'oubli parfait de soi-même ; il faut se résoudre à oublier jusqu'à nos intérêts spirituels, pour ne chercher que la pure gloire de Dieu »
- o un véritable renversement : se détourner de soi pour se tourner vers autrui. A l'inverse, les formules magiques du développement personnel : « s'affirmer », « prendre soin de soi », « s'estimer »... ne relèvent pas du tout du domaine spirituel
- o p 144 : « avant d'être moi en tant que moi, j'étais Dieu en Dieu. Je puis donc l'être à nouveau, à condition d'être mort à moi-même »
- o p 144 : **tout un voyage, toute une vie, pour que le pèlerin trouve au fond de son être l'Image divine et la déploie**
- o p 144 : L'homme, comme tel, est très peu humain. Il est même inhumain. « le vrai humain est ce qui, dans l'homme, est à la ressemblance de Dieu »

### **3. La mise en pratique**



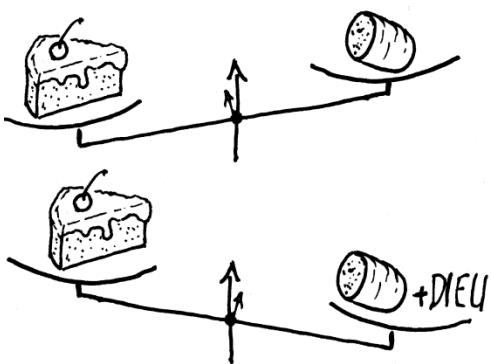
#### **a) La vie spirituelle est une pratique**

- p 87 : le plus souvent, on se ment à soi-même, on ne met pas en pratique les valeurs que l'on proclame
- P 89 : par la pratique, le pèlerin évite de se bercer de chimères et de bonnes intentions ; de vœux pieux et grands principes. C'est un appel à la modestie
- P 109 : la vie intérieure est un voyage : tous les mythes occidentaux de la Quête racontent l'histoire d'un héros qui part pour des contrées inconnues (Gilgamesh, Ulysse, Jason, chevaliers arthuriens...)
- p 89 : le pèlerin s'aventure, explore, a peur, a froid, tombe souvent et désespère, mais il sent son cœur battre ; il vit au lieu de regarder passer la vie à travers les barreaux d'une forteresse.
- p 110 : c'est un homme qui tombe, qui se trompe, mais se relève et continue. Un homme qui savoure le prix de cette vie tout en aspirant aux choses éternnelles.
- P 88 : une pratique
  - n'est pas d'abord l'adhésion à un culte religieux, ou tel ou tel exercice de méditation ou de respiration
  - c'est incarner ce que l'on dit, ce que l'on sent, ce en quoi on croit. C'est témoigner, se porter garant du feu intérieur, et en manifester les lumières.
- p 87 : la vie intérieure n'a rien d'une parure : elle est la substance même de l'être dont elle insuffle toutes les actions

#### **b) La vie spirituelle est une ascèse facile**

- p 98 : le renoncement, la frugalité, ne constituent pas une condition pour devenir spirituel, mais ils peuvent favoriser la progression.
- p 88 : la vie spirituelle exige une vigilance constante et une mise en pratique réelle. C'est une ascèse personnelle librement menée.
- p 89 : la rigueur est un mot qui rebute et la discipline évoque austérité et châtiment à des individus habitués à la mollesse et aux facilités d'une existence conforme. Pourtant, il n'est aucune démarche intellectuelle, aucune création artistique, aucune vie spirituelle authentique sans rigueur, sans ascèse

- p 89 : il ne s'agit pas de se priver ni de souffrir, mais de donner un axe à sa vie et de s'y tenir, d'y être fidèle. **Un être habité d'une grande passion ne ressent nullement que tout le reste lui manque. C'est une ascèse nécessairement amoureuse, mue par ferveur.** Sinon, elle n'est que rigidité et sécheresse, contrainte extérieure inféconde.
- P 91 : un être spirituel est habité par la passion de Dieu. Il s'y consacre entièrement. Il ne ressent pas comme un sacrifice ce qu'il délaisse et qui est secondaire.
- P 91 : la frugalité n'est pas pour se restreindre et se mortifier : c'est pour **laisser le plus de place possible à l'essentiel**. Une telle discipline s'avère légère parce qu'elle est suscité par la ferveur et parce qu'elle procure la liberté d'esprit.
- p 99 : les âmes mystiques ne se sentent pas privées de distractions bruyantes : elles préfèrent sans hésiter le silence, l'étude et la lecture
- P 99 : le détachement représente l'aboutissement naturel d'une démarche spirituelle



### c) Le désir comme moteur

- p 44 : l'importance du désir dans une démarche spirituelle
  - p 44 : si en lui ne réside aucune ferveur, s'il a jugulé toute émotion, tout sentiment, il n'est qu'une mécanique.
  - P 47 : la soif est première. Ce ne sont ni le raisonnement ni l'argumentation qui se révèlent décisifs, mais bien le désir ardent et irrépressible de découvrir une contrée que le mal ni la mort n'atteignent.
  - P 45 : **sans la flamme du cœur, la vie spirituelle s'intellectualise**
  - P 44-45-46 : ne pas confondre avec la convoitise ni l'avidité :
    - un individu narcissique est seulement désireux de lui-même (notre époque, qui flatte l'égocentrisme en permanence, est une époque de convoitise généralisée)
    - le vrai désir fait sortir hors de soi. Le désir, c'est le goût de l'autre, de la vie, de l'ailleurs, du nouveau.

- rencontrer son désir essentiel n'a rien de commun avec les convoitises ordinaires et les engouements sans lendemain
- P 46 : il s'agit de **conjuger l'ardeur du désir et la lenteur du pas.**

#### d) *Les vertus*

- p 96 : c'est la vertu qui opère la transformation de notre être. Les chrétiens y adjoignent la grâce de Dieu
- quatre vertus majeures de la philosophie : force, justice, prudence, tempérance
- auxquelles la foi chrétienne a ajouté trois vertus théologales : foi, espérance, charité
- auxquelles on peut encore ajouter : attention, patience, discernement, modestie, légèreté, louange, gratitude...
- on entend surtout évoquées les valeurs civiques (bon citoyen, consommateur responsable ; l'entraide, la tolérance, la justice sociale), au risque d'oublier l'importance primordiale des vertus individuelles
- un être humain qui pratique les vertus et les manifeste en ce monde n'a pas pour but de s'intégrer dans la société, de servir un pouvoir temporel (Socrate dans l'*histoire* et Antigone dans le mythe s'élèvent chacun, au nom de l'âme et de l'amour, au-dessus des lois de la cité et se voient condamnés à mort)

#### e) *Les exercices spirituels*

- p 14 : Socrate n'a cessé de rappeler comme il est nécessaire de prendre soin de son âme, bien plus que les athlètes n'entretiennent leurs muscles
- P 65 : Il est des nourritures pour le corps, et d'autres, aussi indispensables, pour fortifier l'âme.
- p 100 : de même que se promener, marcher et courir sont des exercices corporels, de la même façon, disposer son âme pour abandonner loin de soi toutes les affections désordonnées et trouver la volonté divine sont des exercices spirituels.
- P 100 : encore ne doivent-ils pas être confondus avec des techniques dont l'époque est friande (« on trouve beaucoup de gens de bien qui s'adonnent à de très bons exercices et qui ne savent rien de l'intériorité »)
- p 101 : la prière du cœur de la tradition orthodoxe, où l'on répète le nom de Jésus en suivant la respiration, se révèle efficace parce qu'elle permet au pèlerin de s'oublier, de se laisser emplir par la présence divine
- p 101 : par la prière, l'homme se relie à la Divinité, se tient en sa Présence. « L'oraison est un amoureux attachement de l'homme à Dieu : une sorte de conversation familière et affectueuse »

- p 102 : la vie spirituelle n'est autre qu'un état permanent d'oraision : « il n'est pas question de pratiquer la prière avec sans cesse des paroles sur les lèvres, mais de t'unir à Dieu en toute ta vie, et ta vie entière sera une prière continue et ininterrompue »



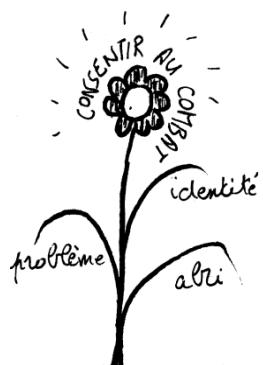
## IV. La lutte

### a) Le combat spirituel

- p 112 : « le combat spirituel est aussi brutal que la bataille d'hommes » (Rimbaud). Tous les saints et les mystiques chrétiens témoignent de cette lutte véhémente
  - contre l'acédie, la tiédeur, la paresse, le désespoir ;
  - pour parer aux assauts des démons, aux visions effrayantes (p 126 : les assauts des démons aptes à malmener un corps et à bouleverser une âme)
  - ou se soustraire aux tentations de délices, aux mirages de puissance
- p 127 : tous ont eu à subir les assauts des démons : de Catherine de Sienne à Marthe Robin, du curé d'Ars à Padre Pio... Jésus lui-même.
- p 113 : soit l'être humain devient un guerrier spirituel, soit il déserte. Mais s'il déserte, c'est lui-même qui deviendra un champ de bataille en proie au désordre, à la confusion, à la dispersion
- p 127 : plus un être humain se perfectionne en gravissant le chemin, plus il embellit son âme, et plus le Malin cherchera à lui nuire ou à le faire chuter  
=> un signe qui renseigne sur sa propre progression spirituelle

### b) Les refus de combats

- p 118 : le premier réflexe de tout individu est de se mettre à l'abri, d'échapper à l'inévitable combat
- p 111 : à une époque de facilité ou tout semble à portée de main et prêt à consommer, l'exigence du combat éveille peu d'échos. Pour escamoter la souffrance, la société brandit ses multiples thérapies et remèdes de bonheur.
- p 111 : une autre façon d'évacuer l'épreuve consiste à la réduire à un problème. Si l'on peut régler tel problème de circulation automobile ou de plomberie, on ne saurait résoudre de manière définitive les épreuves qui jalonnent une existence, sauf à croire que la psychologie empêche de mourir



ou qu'un jour on trouvera un vaccin contre le chagrin d'amour. L'ultime recours est au fond de soi, en ce lieu invisible où se révèle l'Infini divin.

- p 125 : s'enfermer dans la souffrance, s'en faire une sorte d'identité, l'utiliser pour se faire plaindre, pour accaparer l'attention – cesser la quête et se replier sur soi

### c) Se donner, pour plus grand que soi

- p 112-113 : *orient/occident*
  - orient : lâcher prise, cesser de lutter et de résister, oubliant désirs et espérance
  - occident : ne pas cesser de combattre, d'espérer, mais s'abandonner, s'offrir avec confiance à ce qui nous dépasse et y trouver sa joie. **Ne rien « lâcher », mais se donner.** L'abandon à Dieu est une offrande de soi, non un reniement de son être
- p 118 : le haut défi est de se mettre en péril et de batailler pour Dieu, non pour soi. La victoire consiste en cet engagement.
- P 120 : ce qui compte n'est pas de sauver sa peau (être sain et sauf), mais de sauver son âme (être saint et sauvé)
- p 123 : un guerrier plein de vaillance, un sage ou un saint peuvent-ils terrasser le démon ? Non. Ce qui est possible à chacun est de tenir bon dans le malheur ; de demeurer juste, loyal, bon, confiant.
- p 125 : Pour ne pas sombrer, le combattant n'a de recours qu'en l'espérance. « L'espérance est un risque à courir. C'est même le risque des risques. Elle est la plus grande et plus difficile victoire qu'un homme puisse remporter sur son âme » (Bernanos)
- *combat et conflit*
  - p 122 : s'il n'est pas mené à la lumière de Dieu, un combat n'est qu'un conflit. Un conflit réclame négociation et compromis. Après un conflit, il y a un gagnant et un perdant. Le combat spirituel, sans compromis possible, aboutit à la délivrance des deux parties
  - p 113 : dans le combat spirituel, il ne s'agit pas de triompher ni d'avoir raison, mais de rencontrer et d'honorer l'Esprit impérissable

### d) S'appuyer sur l'Esprit, imperméable aux aléas

- p 114 : « je souffre de ma maladie et je suis heureux, non pas de souffrir, mais d'être pour autrui un exemple de patience. Comme je ne puis éviter la souffrance, j'y gagne au moins de m'y soumettre et de rendre grâces aussi bien dans les peines que dans les joies » (Grégoire de Naziance)

- p 115 : « toutes les épreuves qui fondent sur vous peuvent être surmontées par le silence ». Cela revient à retrouver le centre, **à se relier à ce qui en soi n'est jamais atteint ni détruit**
- P 115 : « Que rien ne te trouble, que rien ne t'effraie : tout passe, Dieu ne change pas. La patience obtient tout. Celui qui a Dieu ne manque de rien. Dieu seul suffit » (Thérèse d'Avila)
- P 75 : un être véritablement spirituel est délivré du besoin de se raconter, de se plaindre, d'être heureux, d'être compris, rassuré. Son appui est ailleurs, non plus du côté terrestre
- P 16-17 : l'esprit
  - n'est jamais affecté ni malade (p 19 : à l'abri de toute souffrance puisque relié à l'Être divin).
  - est l'unique point d'ancrage
- p 23 : « Il n'y a plus d'hiver pour une âme arrivée en Dieu » (Mme Guyon)



### e) Ce que l'on en retire

- adoucissement, droiture
  - p 110 : souvent, au début de son voyage, le héros se montre brutal, avide, arrogant : il pense que rien ne peut lui résister. Puis il apprend la patience, la modestie, la douceur.
    - La violence première fait place à la force intérieure.
    - La dureté et l'orgueil se muent en fermeté d'âme et en fierté spirituelle
  - p 116 : plus doux ou plus généreux, un discernement plus aigu,
  - p 119 : il faut beaucoup de temps à un homme rusé et tortueux pour apprendre la droiture et la sincérité.
  - P 120-121 : le chemin de rectitude est en même temps chemin de liberté (extérieurement, on boite, mais intérieurement, on est redressé et on marche désormais droit)
- nouvelle naissance
  - P 23 : lorsque le pèlerin spirituel se met en marche pour le long voyage,
    - il laisse la mort derrière lui : tout ce qui est futile, factice, périsable. Tout ce qui le retient au passé.
    - Il laisse les morts ensevelir les morts (toutes les habitudes sclérosantes, les rêveries stériles, et les chagrins de plomb)
  - Il prend congé du vieil homme. C'est sa naissance véritable
  - Il se hâte sur le chemin de la Vie dont il savoure déjà les prémisses en son cœur.

- p 123 : dans le combat, le pèlerin spirituel peut perdre ses illusions, ses faux attachements, ses passions dévorantes, ses intérêts égoïstes et toutes les habitudes qui, loin de le sécuriser, font de lui un mort-vivant
- p 110 : il laisse derrière lui les regrets, les vieilles douleurs, l'hiver de son être



- *une dilatation du cœur*

- p 114 : « **l'homme a des endroits de son pauvre cœur qui n'existent pas encore et où la douleur entre afin qu'ils soient** » (Léon Bloy)
- p 115 : une grande épreuve est l'occasion d'aller dans les profondeurs de son être, non pour y sombrer mais afin d'y puiser à la Source
- p 138 : « Mille liens qui m'oppressaient sont rompus. Je respire librement, je me sens forte et je porte sur toute chose un regard radieux. Et maintenant que je ne veux plus rien posséder, maintenant que je suis libre, tout m'appartient désormais et ma richesse intérieure est immense » (Etty Hillesum, 1941)

- *La sensibilité*

- P 17 : l'être spirituel n'est pas un pur esprit, mais un homme de chair et de sang. Ainsi, il ne maîtrise pas son corps ni ne rejette ses ressources émotionnelles. Mais il s'élève au-dessus de sa condition terrestre afin de rencontrer sa véritable identité.
- p 99 : un piège relatif au détachement, dans lequel bien des contemporains soucieux de confort et de bien-être se laissent prendre : **faire passer la froideur pour la sérénité**. Les sages et les saints se montrent toujours sensibles, affectueux, voire tendres.
- p 137 : tout mystique se révèle un être énamouré, éperdu, « ivre sans avoir bu »
- p 132 : l'accroissement de la sensibilité accompagne le développement spirituel. L'homme intérieur n'a aucune carapace : il est prêt à tout, ouvert à tout, et rien ne lui est indifférent. Il est touché au cœur.

- p 140 : extrême sensibilité (d'où le « don des larmes »)

## f) Rapport à la souffrance

### • pas un remède surnaturel contre la souffrance

- p 102 : la prière n'a pas pour premier sens de formuler une demande, même si par là elle montre sa confiance en la bonté divine : elle est d'abord éloignement des soucis ordinaires, élévation vers un monde supérieur et retrouvailles avec la maison intérieure. C'est également se relier à ce qui en soi demeure intact, ni troublé ni entamé par les événements extérieurs
- p 70-71 : c'est une grave imposture de faire accroire que les textes sacrés, les exercices spirituels, servent à réaliser nos souhaits, à accroître notre bien être. Cela revient à asservir le monde spirituel aux besoins et aux caprices des créatures humaines. Cela ne signifie pas que la prière n'a aucune incidence sur nous ; mais ce n'est pas leur finalité, qui est toujours d'ordre transcendant. Tant mieux si le moi existentiel bénéficie des richesses du moi spirituel, mais il demeure à la seconde place.
- p 71 : « l'extrême grandeur du christianisme vient de ce qu'il ne cherche pas un remède surnaturel contre la souffrance, mais un usage surnaturel de la souffrance » (Simone Weil)

### • mais un usage surnaturel de la souffrance

- p 70 : la spiritualité n'a pas vocation à résoudre les problèmes existentiels des mortels (travail, couple, santé...), mais à les dépasser : ces problèmes bien réels deviennent alors des épreuves visant à l'élévation de l'être (*je ne suis pas toujours d'accord avec ce que je recopie, mais là, je me désolidarise tout à fait*):
  - *la spiritualité n'a pas pour but de transformer les problèmes existentiels en épreuves à des fins d'élévations*
  - *l'être peut faire de l'épreuve une occasion de croissance, mais l'épreuve ne vise rien par elle-même (sinon, on s'approche de « until est lépreux ; c'est sûrement qu'il a beaucoup péché ! »)*
- P 111 : une épreuve s'adresse à un individu singulier qui, en la traversant, découvre en lui des ressources insoupçonnées (« L'occidental n'accepte pas que la souffrance fasse partie de la vie. Aussi est-il incapable d'y puiser des forces positives » (Etty Hillesum))
- p 73 : **dans une psychothérapie, le patient observe dans le miroir son image changeante, tantôt triste, tantôt flatteuse, et il espère fixer un**

jour une image qui lui convienne. Une démarche spirituelle authentique engage l'être humain à devenir miroir de la Divinité

## V. La joie

### • *Quelques mots sur la joie*

- Éclaire tout est apte à tout transfigurer (joie, liberté)
- P 130 : La joie du cœur n'est pas une caractéristique parmi d'autres de la sainteté : elle en représente la dimension essentielle. En tout être humain, l'Esprit saint se manifeste par une immense liberté, une clarté tranchante, et une joie inaltérable.
- P 130 : « spirituel » s'applique à des personnes ayant une démarche d'élévation aussi bien qu'à des personnes faisant preuve d'humour
- P 129 : « la joie spirituelle est aussi nécessaire à l'âme que le sang l'est au corps » (François d'Assise)
- P 132 : la joie spirituelle ne se manifeste pas par des éclats de rire, des danses et des clamours : elle est d'abord la reconnaissance exprimée par un être qui se sait créé et aimé par la divinité
- P 133 : à mesure qu'il progresse, le pèlerin devient méditatif et contemplatif : il découvre et s'ébahit, il louange et bénit. Il ne possède rien mais tout lui est offert. Sa besace est légère et ses repas très simples. Chantant, il se fait l'interprète de la joie divine.
- P 134 : la joie du cœur est intimement liée au sens de la beauté et au désir d'aimer éperdument, qui d'un individu ordinaire font un homme vivant.
- P 134 : ceux qui sont sensibles à toute beauté, offerte par la nature ou la culture, ceux qui désirent aimer toujours davantage ont des âmes qui plaisent à Dieu, même si sur terre leur destin est souvent menacé (« Au dernier jour, nous serons jugés sur l'amour » (Jean de la Croix))

### • *La joie paradoxale*

- p 129-130 : éléments qui pourraient remplir de joie un frère mineur :
  - opérer des miracles, prophétiser, parler la langue des anges, connaître les vertus des plantes et le cours des astres, convertir les hommes rencontrés à la foi du Christ ?
  - arriver glacés jusqu'aux os et tenaillés par la faim au couvent. Les prenant pour des voleurs, le portier les chassera en les insultant. Avec un bâton il les frappera, les laissant gisants dans la neige... s'ils supportent tout cela avec patience, bonté, et même allégresse en



pensant aux souffrances du Christ ? C'est en cela qu'est la joie parfaite

- Tel est le prodigieux retournement : la joie ne vient pas des bonnes choses, des éléments favorables : elle est ce qui triomphe de toute déconvenue, de toute douleur.

- P 126 : « **c'est une faute éternelle des hommes que de s'imaginer la félicité comme la réalisation de leurs désirs** » (Tolstoï). Seul l'accès à la vie intérieure offre à un être humain de se libérer de ses images factices d'un bonheur précaire et standardisé (*autres descriptifs du monde intéressants juste avant*)
- p 131 : la joie est le climat de l'intériorité parce qu'elle ne dépend ni des conditions extérieures, toujours aléatoires, ni d'un bien être toujours précaire
- hiérarchie :

Emotion	domaine	Évolution temporelle possible
Plaisir	physique	Disparaître ou s'émousser, laissant place au désagrément ou à la frustration
bonheur/gaité	psychique	Se changer en tristesse et abattement
joie/félicité/allégresse	spirituel	Participe au royaume éternelle et s'avère indépassable

- *pour toute la création*

- p 135 : un être spirituel accorde chaleur, douceur, protection et soutien à toute créature (« Notre prochain, ce n'est pas seulement l'homme, mais toute la création » (Albert Schweitzer))
- p 136 : Le chercheur de Dieu se tromperait gravement s'il estimait suffisant de veiller sur son trésor intérieur : encore doit-il le faire fructifier
- p 135 : « toute âme qui s'élève élève le monde ; toute âme qui s'abaisse abaisse le monde »
- p 136 : la paix ressentie intérieurement est appelée à ruisseler sur autrui (« Acquiers la paix intérieure, et des foules d'hommes seront sauvées autour de toi » (Séraphim de Sarov))

## VI. Religion et spiritualité

- P 20 : grave carence : qui, aujourd’hui, parle de l’Esprit ?
  - Beaucoup de représentants de la religion chrétienne ont démissionné, dissertant bien plus sur les problèmes sociaux que sur la vie éternelle.
  - P 21 : là où le Christ déclare : « le royaume des cieux est au-dedans de vous » (st Luc), plusieurs traductions françaises énoncent : il est « parmi vous ». L’extériorité cherche à triompher de l’intériorité.
  - P 21 : dans toute religion qui tient à s’établir, on insiste bien davantage sur le culte et sur la doctrine que sur l’intériorité. Quelle en est la raison ? Un être spirituel s’avère très libre. Ainsi, il paraît dangereux pour les institutions terrestres.
  - P 22 : pourtant, la religion a pour rôle d’inviter et d’éveiller à la vie intérieure.
- p 106 : « **il faut à Dieu non pas des calices d’or, mais des âmes d’or** » (Jean Chrysostome). Jésus n’a cessé de s’emporter contre tous ceux qui par la lettre, par la religion légaliste, emprisonnent Dieu et tuent l’Esprit vivifiant.
- p 138 : La religion est le support de la spiritualité, mais elle n’en est pas l’aboutissement : l’aboutissement de la vie spirituelle, c’est la vie en Dieu
- p 139 : jeu entre religion et spiritualité, qui n’est pas antagonisme ; jeu qui existe entre ciel et terre
  - la religion relie, rassemble, retient et constraint ;
  - la voie spirituelle délie, ouvre et libère de tout
- P 83 : comme l’existence est brève, et pour éviter un éclectisme spirituel qui ressemblerait à une consommation et à une distraction, mieux vaut creuser sa voie, approfondir sa tradition, sa religion.

## VII. Conclusion

- p 76 : « en nous-mêmes, en l’homme, dans les foules obscures, nous avons besoin de libérer Dieu car il étouffe »
- p 144 : « écoutez, écoutez bien : chacun au fond de soi sait parfaitement qu’il a un rendez-vous fixé depuis longtemps, depuis toujours ; un rendez-vous avec Dieu. Chacun garde au fond de soi cet appel frémissant et un jour, un beau jour, il esquisse un premier pas de danse »

## VIII. Synthèse

