

## I – Joseph, saint patron du discernement.

Nous voici aujourd'hui avec un sujet au cœur de la spiritualité ignacienne qui est comme le dit Jean-Claude Dhôtel « une spiritualité de discernement en vue de la décision ». C'est dire si la décision et le discernement qui l'inaugure sont importants, ils sont au centre de la vie spirituelle, de la vie tout court...

Avant de commencer ce propos sur le discernement, je voudrais nous mettre sous le patronage de Joseph l'époux de Marie ... Joseph est un homme humble, juste et disponible à l'action de l'Esprit, qualités indispensables au discernement. Je pense notamment au moment dramatique où il doit prendre une décision concernant Marie. Matthieu nous parle du songe d'une nuit, mais il est vraisemblable qu'elle fut précédée d'autres nuits d'insomnies, de luttes, d'angoisses, de colère peut-être. Et il n'est pas difficile d'imaginer les questions que Joseph se posait : « Qu'ai-je fait à Dieu pour mériter cette situation ? Qu'est-ce que Dieu veut de moi ? Me suis-je trompé sur Marie ? » Ou peut-être même : « A quel mystère de Dieu ai-je touché en choisissant Marie et dois-je me retirer ? »

Il ne fait aucun doute que le chemin de Joseph vers la décision a été obscur et douloureux. La terminologie du songe et de l'Ange nous fait comprendre l'intervention du Divin dans la vie de Joseph mais l'Evangile ne s'appesantit pas sur le cheminement du charpentier de Nazareth – l'Evangile a d'autres objectifs. Quoiqu'il en soit sa décision sera orientée finalement par l'Esprit en un sens contraire au sien ... et cette décision permettra que le dessein de Dieu pour l'humanité s'accomplisse ... Evidemment tous nos discernements n'ont pas ce poids ni cet enjeu, mais je crois que l'expérience de Joseph a quelque chose à nous dire.

Choisir, se décider, quoi de plus humain et de plus difficile à la fois : Les temps de décision sont à la fois des moments intenses de vie et d'épreuve. Car il s'agit de prononcer une parole qui m'est propre, un « JE » - Qu'est-ce donc que choisir sinon être auteur de sa vie ou bien avoir autorité sur elle, prononcer une parole qui se fraye un chemin en un lieu où se nouent trois rencontres :

- La confrontation entre moi (culturel, expérience, désirs, sensibilité, personnalité, croyances, injonctions qui me traversent) et l'altérité du monde (une réalité qui n'est jamais celle que je me représente et en plus dans laquelle l'impondérable peut survenir)
  - Injonction de la Loi (répudiation) / personnalité (juste) de Joseph
  - Altérité d'une réalité visible et invisible (Ange / Dieu), de Marie, de l'Annonciation ...
- L'articulation entre mon intelligence (capacité d'analyse objective des situations du contexte) et ma confiance / défiance (liens relations) : « Ne crains pas ... »
  - Séparer / unir « recevoir » / « rejeter »
  - Confiance en des liens d'amour, de sens, d'unification vs Défiance en des liens d'entrave, d'inhibition, d'esclavage, d'addiction ...
- L'exercice de ma volonté en coïncidence avec le projet de Dieu : Dieu est à l'œuvre dans le monde, en moi ... Comment s'inscrit ma décision dans le projet de Dieu ?

On comprend qu'il se joue dans l'acte spirituel du discernement un renversement, un décentrement du « moi et le monde » initial vers « le Projet de Dieu et ma collaboration à ce projet » au final.

On le voit les registres d'une décision sont multiples et les influences qui me traversent sont nombreuses. St Ignace nous donne quelques conseils sous forme de règles pour discerner ce qui est en jeu.

## II. Sentir les mouvements ou motions intérieures

Ignace précise donc les termes du discernement dans des règles qu'il intitule : « Règles pour sentir et reconnaître en quelque manière, les diverses motions qui se produisent dans l'âme. Les bonnes pour les recevoir les mauvaises pour les rejeter ».

Au cours de nos journées, dans nos temps de prière et peut être plus particulièrement en les relisant, ou bien encore tout à fait inopinément, on a tous fait un jour ou l'autre l'expérience d'être agité par divers sentiments ou mouvements intérieurs : quelque chose bouge en nous et nous conduit vers « quelque chose d'autre ».

Un peu comme la météo qui passe par des alternances et des changements, nous faisons l'expérience que nous sommes mus par des pensées, des mouvements et des sentiments divers qui changent et passent par des alternances de joie, d'élan, de confiance, et, à d'autres moments, de tristesse, de lassitude, de repli sur soi.

Ces mouvements sont en quelque manière une résonance dans notre âme à la suite d'une parole ou d'un événement ou d'une pensée, de l'effet qu'ils provoquent en moi : plaisir, déplaisir, joie, tristesse, paix, tourment ... On n'est pas dans le domaine de l'affectivité mais plutôt dans la manière dont je suis affecté / mu / touché / bouleversé par quelque chose d'extérieur à moi. Il est important de prêter attention à ces mouvements pour conduire ma vie spirituelle.

Dans la tradition ignacienne, ces mouvements de l'esprit sont fondamentalement de deux types, ils sont en concordance avec ma relation à Dieu :

\* Les mouvements de type "moteur", qui procurent enthousiasme, élan, goût, joie du bien, par lesquels ma relation à Dieu se fortifie. St Ignace les désigne par le terme général de consolations. C'est une dynamique de vie, de croissance et de service de Dieu.

\* les mouvements de type "bloquant" qui procurent confusion, crainte, peur, dégoût, répugnance, avec lesquels ma relation à Dieu s'amenuise. St Ignace les désigne par le terme de désolations. C'est une inclinaison à la perte de vitalité, à l'attrait vers ce qui est mauvais pour moi et pour les autres.

## III. Reconnaître les mouvements ou motions intérieures

La plupart du temps, nous ne prêtons pas grande attention aux mouvements qui nous traversent et nous pensons que « ce n'est rien ». Or souvent nous agissons sous l'influence de ces motions sans nous poser de questions, et leur influence est d'autant plus grande lorsque nous n'en avons pas pris conscience.

Qui n'a pas pris un jour une décision qui s'est révélée ensuite trop hâtive ? Ou fait des remarques sous le coup de l'émotion et de l'avoir amèrement regretté par la suite ?

Nous faisons donc l'expérience qu'à la fois nous sommes capables de liberté et en même temps conduits par une force intérieure à quelque chose que nous ne désirons pas. C'est toujours nous et en même temps plus tout à fait. Quelque chose nous traverse, qui agit par nous, un peu comme si un autre nous menait (vers le bien, vers le mal) mais qui ne pourrait le faire que par nous.

L'un des défis de la vie, et particulièrement de la vie spirituelle, c'est de prêter attention, de prendre conscience de ces mouvements et de les reconnaître.

Lorsque l'on est en mer, à faire de la voile, il est important de reconnaître le vent, de repérer d'où il vient, de savoir ce qu'il annonce, en un mot il s'agit de discerner, pour pouvoir agir en conséquence, et pouvoir s'orienter.

Par exemple quand nous sentons monter en nous un sentiment fort (peur, tristesse, colère...) la première chose à faire est de faire une pause et d'essayer de mettre des mots sur ce qui se passe, prendre un peu de distance pour ne pas se laisser submerger par ces mouvements. Puis de repérer ce qui a provoqué cela en nous.

Ces mouvements, ces motions intérieures comme dit Ignace, ont une origine. St Ignace commence les Exercices par la proposition suivante :

Je présume qu'il y a en moi trois sortes de pensées : l'une qui m'est propre, celle qui naît de ma seule liberté et de mon seul vouloir ; et deux autres qui viennent du dehors, l'une qui vient du bon esprit, et l'autre du mauvais. [ES 32]

En cela Ignace est fidèle à la tradition des moines du désert :

« Sois le portier de ton cœur et ne laisse aucune pensée entrer sans l'interroger ; interroge-les une à une, et dis-leur : " Es-tu de notre parti ou du parti des adversaires ? " Et, si elle est de la maison, elle te comblera de paix ».

Le discernement des esprits n'est pas chose nouvelle, déjà dans St Paul dans la 1ère lettre aux Corinthiens : « Il y a diversité de dons, mais c'est le même Esprit » 1 Corinthiens 12.4-11. Parmi ces dons figure le discernement des esprits (au pluriel avec un « e »).

L'expérience spirituelle d'Ignace lui a permis de faire le lien entre l'état de consolation ou de désolation et la façon d'agir en lui du bon et du mauvais esprit. Il en a déduit les règles de discernement : car c'est bien en fonction de cet « état » (consolation ou désolation) que « le bon esprit », le Paraclet, l'ami de l'homme va agir en nous pour nous aider dans notre marche vers Dieu, et à l'inverse, l'adversaire, l'ennemi de l'homme va nous détourner et brouiller notre relation à Dieu.

Ainsi, à ceux qui sont en situation de désolation, de « dérive », que va faire le mauvais esprit opposé à Dieu ?

Il va accompagner la dérive, pousser à descendre la pente en proposant des plaisirs apparents qui encouragent le vice, en endormant notre conscience, et nous persuadant que « tout cela n'est pas bien grave ».

Par contre le bon esprit qui vient de Dieu va essayer de nous faire remonter la pente et chercher à inquiéter et réveiller notre conscience, nous donner la lumière et la force de réagir avec vigueur. C'est parfois cette petite voix qui ne nous laisse pas en repos ... Donc ne pas rejeter d'emblée ce qui pourrait ressembler à de la culpabilité, l'aiguillon de la conscience peut lui ressembler, d'ailleurs le malin ne se prive pas de se faufiler dans cette différence parfois subtile ...

Inversement pour ceux qui se trouvent en situation de consolation, de croissance spirituelle, que va faire l'adversaire ?

Il va chercher à contrarier l'action de Dieu, souvent de manière cachée, subtile. Cela va se manifester par du trouble, du découragement, l'envie de tout laisser tomber, de la tristesse ... On se trouve perdu, dérouté, dans le brouillard ... L'adversaire rend confus ou compliqué ce qui semblait simple avant, il suggère par exemple que ma relation à Dieu n'est qu'une illusion et m'amène à me détourner de ce qui est reçu dans la prière. Parfois le mauvais esprit va agir avec plus de subtilité encore (il se déguise en « ange de lumière »), c'est souvent le cas lorsque nous sommes déjà un peu avancés dans la vie spirituelle : il s'appuie sur nos progrès spirituels pour nous susurrer d'en faire toujours un peu plus que ce que nous avons prévu,

flattant au passage nos grandes qualités spirituelles à la lumière de la consolation que nous sommes en train de vivre. Petit à petit il nous fait précéder le Maître, excitant notre orgueil. Et lorsque nous nous en apercevons, c'est souvent parce que nous sommes retombés dans la désolation.

En situation de croissance spirituelle, que va faire le bon esprit, l'esprit de Dieu ? Il va aller dans le sens de cette croissance et conforter mon désir de Dieu. Cela se manifestera par des sentiments de paix, de confiance, de courage pour affronter les difficultés. Ces dons de paix, de courage, de lumière, de confiance sont à accueillir ; en remercier le Seigneur, et les utiliser pour poursuivre la route.

Retenons que le mauvais esprit veut nous tenir ou nous faire revenir en état de désolation, alors que le bon esprit veut nous en faire sortir pour nous donner la consolation qui est l'état normal de vie de tout baptisé.

Une autre différence importante entre le mauvais esprit et le bon esprit tient dans la façon de procéder, de survenir. Alors que le bon esprit va survenir de façon inopinée, de façon toujours nouvelle, j'allais dire presque sans raison apparente (je peux ressentir une allégresse, un élan de vie tout à coup), le mauvais esprit va agir de façon lancinante, répétitive, me mettre à l'esprit des pensées ou des raisonnements en boucle. Ignace le compare à un chef de bataille qui fait le tour de la ville qu'il assiège pour voir le point faible, la muraille où il y a une faille par où il pourra attaquer. Il faut savoir que l'adversaire nous attaque sur nos points faibles, nos failles spirituelles ou psychologiques (tempérament, caractère), qui sont toujours les mêmes.

Reconnaître ces motions est déjà une chose, mais cela ne présente de l'intérêt que dans la mesure où cette connaissance nous permet de conduire notre vie, de décider de la manière de procéder face à cette motion. St Ignace parle de « recevoir » et de « rejeter ». Qu'est-ce à dire ?

#### IV. Que faire des mouvements ?

Je vais être assez bref sur la consolation et l'action du bon esprit. Rappelons-nous que l'état de consolation est ce que Dieu veut pour moi, que c'est mon état normal de baptisé. Il ne faut pas m'attribuer cette consolation, car elle est un DON, ne pas m'en enorgueillir ou croire que « je suis arrivé » ! Mais rendre grâce à Dieu pour ce qu'Il me donne, gratuitement, sans mérite de ma part et vivre ma vie quotidienne « avec Foi, Espérance et Charité ».

C'est le pain pour ma route, il me faut en faire mémoire, car cela va m'aider en temps de désolation à garder l'espérance que Dieu est à mes côtés, que la désolation prendra fin.

Que faire en temps de désolation ?

1. Ne pas prendre de grande décision par temps de brouillard ! Ne pas revenir non plus sur des décisions prises. Etre ferme et constant dans les orientations prises. Se rappeler que la consolation ne tardera pas à revenir comme l'aurore après la nuit (combat de Jacob).
2. Prendre des moyens pour se changer soi-même. Insister plus sur la prière, aller davantage vers les sacrements (réconciliation). Une prière aidante peut être la simple reprise d'une phrase. « Viens Seigneur Jésus », la répétition du nom de Jésus.

3. Si des pensées négatives m'agitent, m'inquiètent, veiller à ne pas les habiter, ne pas m'y identifier, ni y consentir même pour de bonnes raisons. M'en dégager vigoureusement, ne surtout pas collaborer.
4. Relire le fil de mes pensées, remonter au moment où le changement s'est produit en moi. Repérer les pensées, paroles, actes à l'origine de ma désolation pour en tirer des leçons : le malin utilise souvent les mêmes chemins.
5. M'ouvrir de cet état intérieur à mon accompagnateur. Lui faire part des pensées repérées. Cela a deux effets positifs : d'une part l'accompagnateur va pouvoir m'aider à nommer, repérer ce qui se passe, d'autre part, faire la lumière avec un autre, surtout quand cela est « pris à temps » a souvent pour effet de faire s'enfuir le mauvais esprit (l'amant frivole).

En temps de désolation la principale vertu est la patience. Il faut garder l'espérance en Dieu qui reste à nos côtés même si nous n'avons plus la sensation de sa présence aimante.

### V – Conclusion

Discerner passe par un long apprentissage, un exercice dans la durée, ouvrir les yeux sur ce qui se passe, être attentif à nos pensées, nos paroles, gestes et attitudes. C'est développer un sens spirituel, qui devient attention à l'Esprit à l'œuvre. Le temps consacré à cela n'est pas temps perdu mais temps fondateur.

La relecture de ma journée (prière d'alliance) est le meilleur moyen pour prendre conscience et discerner ce qui se passe en moi (consolation, désolation). Ce moment de prière quotidien m'aide à être vigilant en particulier sur les pensées qui m'habitent et sur les retentissements qu'elles ont en moi (celles qui sont source de vie, de liberté, de fécondité ... pour moi-même et pour les autres ; celles qui sont au contraire source d'enfermement, de repli sur moi, qui engendrent jalousies, rivalités, perte de confiance en moi).

Ce discernement des signes de l'Esprit est source d'une Joie profonde et d'une foi émerveillée en l'Esprit qui ne cesse de rejoindre tout homme.

Olivier d'Albignac