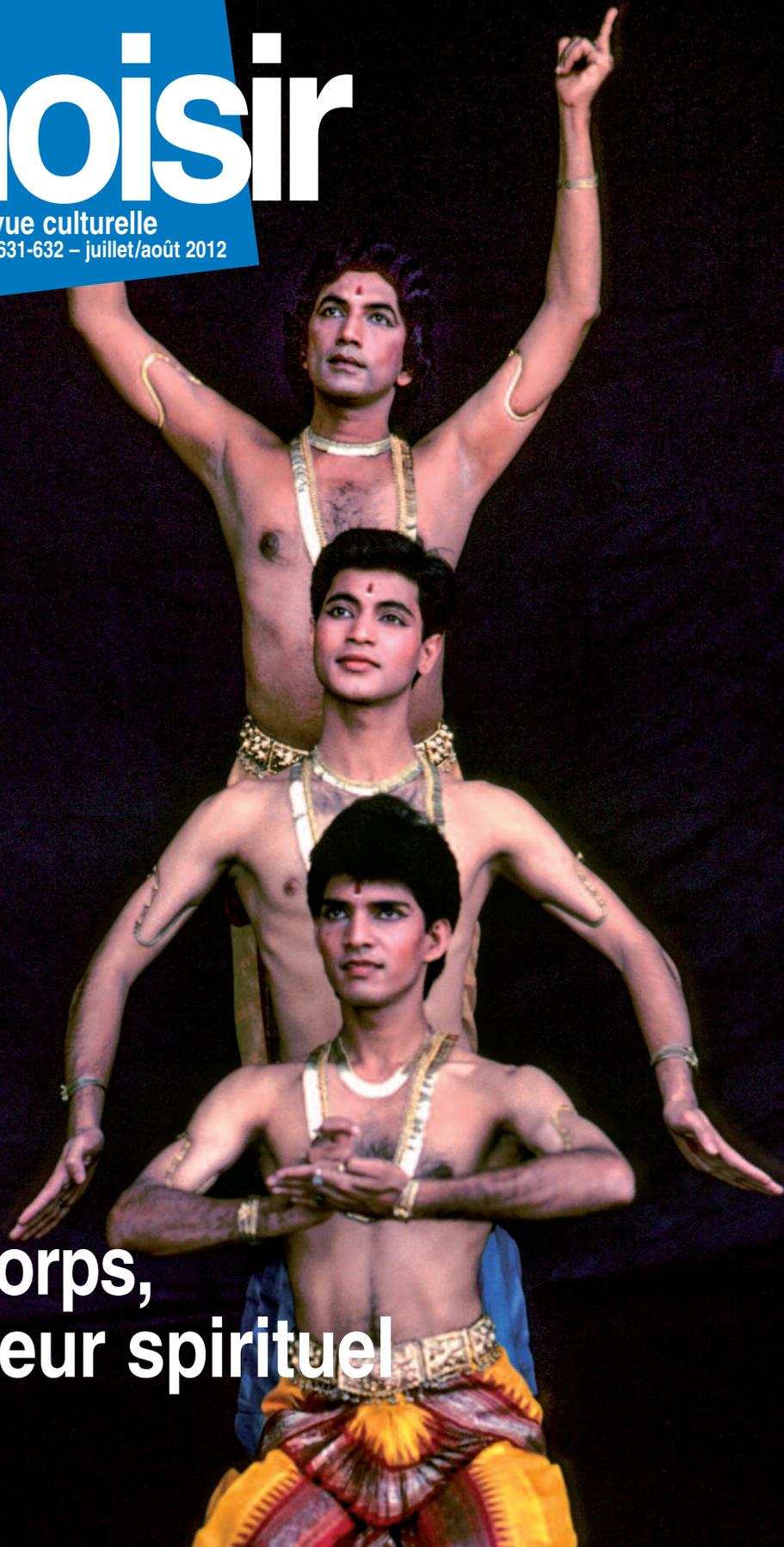


# choisir

revue culturelle  
n° 631-632 – juillet/août 2012



( Le corps,  
vecteur spirituel



## *Tu m'as donné un corps*

*M'abandonner à toi, Père, voilà la vraie prière,  
celle qui me rend semblable à Jésus.  
M'abandonner à toi, de tout mon être,  
en incluant mon corps,  
ce corps qui me dit : « Laisse-moi faire  
et je te conduirai vers la prière profonde ;  
là tu trouveras la paix,  
celle que Jésus donne à ceux qui s'abandonnent. »*

*Seigneur ! Je laisse faire mon corps,  
je le relâche, je le détends,  
je le regarde respirer, sans intervenir ;  
alors mon mental, à son tour, s'apaise  
et je puis laisser mon cœur s'ouvrir  
dans la confiance, ô Père !*

**Pierre Milcent**



# choisir

n° 631-632 - juillet-août 2012

Revue culturelle jésuite fondée en 1959

## Adresse

rue Jacques-Dalphin 18  
1227 Carouge (Genève)

## Administration et abonnements

Geneviève Rosset-Joye  
tél. 022 827 46 76  
administration@choisir.ch

## Direction

Albert Longchamp s.j.

## Rédaction

Lucienne Bittar, rédactrice en chef  
Jacqueline Huppi, assistante de rédaction  
Stjepan Kusar, collaborateur

tél. 022 827 46 75  
fax 022 827 46 70

redaction@choisir.ch

## Conseil de rédaction

Louis Christiaens s.j.  
Bruno Fuglistaller s.j.  
Joseph Hug s.j.  
Jean-Bernard Livio s.j.  
Luc Ruedin s.j.

## Mise en page et imprimerie

Imprimerie Fiorina  
rue du Scex 34 • 1950 Sion  
tél. 027 322 14 60

## Cedofor

Axelle Dos Ghali  
Stjepan Kusar

## Abonnements

1 an : FS 95.-  
Etudiants, apprentis, AVS, AI : FS 65.-  
CCP : 12-413-1 «**choisir**»  
Pour l'étranger : FS 100.-  
par avion : FS 105.-  
€ : 66.- ; par avion : € 70.-  
Prix au numéro : FS 9.-

**choisir** = ISSN 0009-4994

Internet : [www.choisir.ch](http://www.choisir.ch)

## Illustration

Couverture : Mario Ponta/CIRIC  
Bombay, danses hindouistes, interprétées  
dans une démarche spirituelle chrétienne

p. 13 : Pierre Emonet  
p. 14 ; p. 42 : Pascal Deloche/GODONG  
p. 17 : Lassalle-Haus, Bad Schönbrunn  
p. 29 : Corinne Simon/CIRIC  
p. 44 : Steeve luncker

Les titres et intertitres sont de la rédaction

# sommaire

<b>Editorial</b>	<b>2</b>
L'esprit à l'épreuve du corps <i>par Pierre Emonet</i>	
<b>Hommage</b>	<b>4</b>
« Silence ! on rêve... ». Guy-Thomas Bedouelle et le cinéma <i>par Daniel Bourgeois</i>	
<b>Spiritualité</b>	<b>10</b>
L'esprit du corps <i>par Etienne Perrot</i>	
<b>Spiritualité</b>	<b>11</b>
Se recueillir : un apprentissage <i>par Luc Ruedin</i>	
<b>Spiritualité</b>	<b>16</b>
La méditation zen. Un chemin spirituel <i>par Patrick R. Afchain</i>	
<b>Sciences</b>	<b>20</b>
La méditation sous imagerie <i>par Didier Grandjean</i>	
<b>Pastorale</b>	<b>24</b>
Récitatifs bibliques. L'héritage de Marcel Jousse <i>par Noël Couchouron</i>	
<b>Pastorale</b>	<b>27</b>
Catéchèse. Pratiquer les récitatifs <i>par Catherine Gachet</i>	
<b>Eglise</b>	<b>28</b>
La prière des mains <i>par Michel Wackenheim</i>	
<b>Bible</b>	<b>31</b>
Une histoire des corps ? <i>par Philippe Lefebvre</i>	
<b>Société</b>	<b>35</b>
Danser et ouvrir son univers. Une interview de Claudia Gemsh <i>par Lucienne Bittar</i>	
<b>Société</b>	<b>38</b>
Vieillir dans l'espérance <i>par Rosette Poletti</i>	
<b>Essai</b>	<b>41</b>
Au nom du lien <i>par Sylvain Thévoz</i>	
<b>Expositions</b>	<b>44</b>
Le corps à cœur ouvert <i>par Geneviève Nevejan</i>	
<b>Livres ouverts</b>	<b>48</b>
Le vêtement dans la Bible <i>par Marie-Luce Dayer</i>	
<b>Chronique</b>	<b>52</b>
Conversion <i>par Gladys Théodoloz</i>	

# L'esprit à l'épreuve du corps

*Le corps est au cœur, ce que la lettre est à l'esprit. Sans la lettre qui l'incarne, l'esprit dégénère en un idéalisme plein de suffisance ; sans le corps qui lui donne chair, le cœur patauge dans un spiritualisme fumeux. Mais comme la lettre est aussi capable d'étouffer l'esprit, le corps peut handicaper le cœur. Grâce à mon corps, je peux communier avec la nature, tisser des liens avec mes semblables, leur témoigner de l'amour... ou de la haine, offrir et recevoir de la tendresse, manifester ma joie ou ma tristesse. S'il est le pont qui me permet de sortir de mon isolement, il peut aussi devenir la prison de ma solitude.*

*Que ce soit au niveau plus personnel de la vie spirituelle ou à celui de la vie sociale, nous vivons en tension, écartelés entre cœur et corps. D'un côté, des idéaux nous habitent, témoins d'une vie pleine de créativité qui ne demande qu'à s'exprimer librement et nous invite à aller toujours plus avant ; de l'autre, la réalité ordinaire des contraintes sociopolitiques ou ecclésiales, qui brisent l'élan et menacent d'étouffer l'esprit. A l'instar du corps qui handicape, elles sont ressenties comme une prison dont il faut faire sauter les verrous. Les échanges et les disputes qui remplissent les pages de nos journaux et font les choux gras d'innombrables blogs en témoignent.*

*Avec un art peu commun, Ignace de Loyola est parvenu à réduire la tension en conciliant le corps et le cœur, la liberté de l'esprit et la lettre de l'institution. Au risque de passer pour un hérétique qui prétendrait s'affranchir de la médiation de l'Eglise, il a revendiqué la possibilité pour l'homme d'entrer en relation avec Dieu dans l'immédiateté, sans aucun intermédiaire. Mais lorsqu'il s'agit de vérifier l'authenticité d'une expérience spirituelle, il recourt à la médiation du corps. Avec la plus grande attention, il examine les sentiments que font naître les pensées susceptibles d'être des inspirations divines ou des tentations de l'ennemi. Plutôt que de théoriser, il s'agit de « sentir » les alternances de progrès ou de régression, de joie dynamique ou de tristesse morose, d'ouverture ou de repli sur soi qui agi-*

*tent le cœur: Cette attention aux répercussions psychosomatiques de l'expérience spirituelle lui en apprend plus sur l'origine de ses pensées que les théories des spécialistes.*

*L'attention qu'Ignace porte au corps ne se limite pas au seul décodage de la vie spirituelle individuelle. Elle se prolonge dans la prise en charge du corps physique du prochain comme critère de l'amour qu'il porte à son Créateur. Au moment d'envoyer deux de ses compagnons au concile de Trente, en qualité de théologiens du pape, Ignace leur rappelle que l'activité intellectuelle ne doit pas leur faire perdre le contact avec la réalité charnelle des pauvres, des malades et des petits enfants. Lui-même, à Rome, malgré les tâches absorbantes du gouvernement de la Compagnie, a multiplié les initiatives sociales en faveur des juifs, des malades, des mendiants, des prostituées et des victimes de la famine, le service corporel du prochain donnant corps à l'amour du Christ qui enflammait son cœur.*

*Elargissant la notion de « corps » au-delà de la physiologie, Ignace l'applique aux structures sociopolitiques de l'Eglise. A la pureté idéale du Dieu seul, chère aux Réformateurs, il privilégie la réalité d'une insertion dans un corps, même contrefait. C'est ainsi qu'en novembre 1538, il n'hésite pas à se mettre à la disposition du pape, alors que la ville de Rome résonne encore des fastes du mariage du petit-fils de Sa Sainteté avec la fille illégitime de l'empereur Charles Quint. Son insertion dans le corps social de l'Eglise de son temps authentifie son amour du Christ. Il n'abdiquera pas pour autant sa conviction qu'il est possible d'expérimenter la volonté de Dieu au-delà de toute médiation, fût-elle pontificale. Il saura la défendre avec une ténacité polie face au pape Paul IV, qui prétendait corriger sa conception de la vie religieuse en imposant à la Compagnie des usages conventuels.*

*A une époque où la situation de l'Eglise justifiait le désespoir ou les plus radicales réformes, Ignace a été capable de conjuguer la plus totale liberté spirituelle avec le service du corps de l'Eglise. Une maxime, forgée plus tard par un jeune jésuite anonyme, rend bien compte de son génie : « Ne pas être enserré par le plus grand, être cependant contenu par le plus petit : c'est chose divine. »*

**Pierre Emonet s.j.**



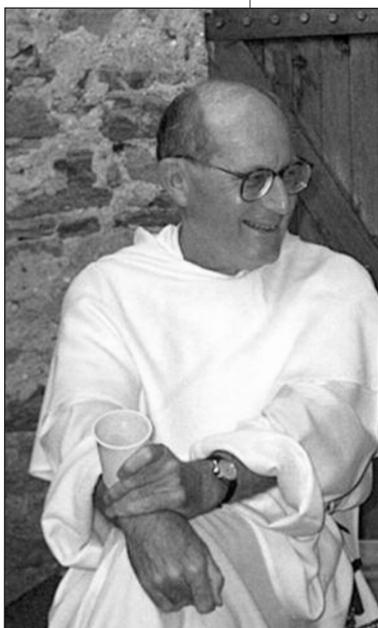
# « Silence ! on rêve... »

## Guy-Thomas Bedouelle et le cinéma

●●● **Daniel Bourgeois**, Aix-en-Provence  
Fraternité des moines diocésains d'Aix-en-Provence,  
professeur de théologie

Comme le site Internet de *choisir* l'a annoncé,<sup>1</sup> le décès du Frère Guy-Thomas Bedouelle nous a tous surpris : quand on lit depuis quarante années la chronique d'un cinéophile averti, on finit par penser que cela devrait durer toujours, attendant qu'il continue de nous proposer au fil des mois les deux films qu'il ne faut pas manquer d'aller voir... Il est vrai que le Frère Guy-Thomas était si discret.

Nombre de lecteurs de la revue ne se sont peut-être jamais doutés de son véritable « métier » : il était historien de l'Eglise. Fin connaisseur de saint Dominique, de Lacordaire, de la pensée religieuse aux XVI<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles, mais également, en vertu de sa formation de juriste, spécialiste de la question de la laïcité en France, il était professeur ordinaire à la Faculté de théologie de Fribourg.



Paradoxal et toujours capable de nous surprendre, avec une sensibilité pleine de réserve, de discrétion et de pudeur, il avait, depuis sa jeunesse parisienne - à l'époque où la nouvelle vague et ses réalisateurs emblématiques (Truffaut, Rohmer, Godard) et surtout Robert Bresson invitaient le public français à découvrir de nouvelles dimensions du septième art -, ressenti un véritable « coup de cœur » pour ce que pouvait représenter ce langage contemporain, que beaucoup encore aujourd'hui considèrent comme un art mineur, trop récent, trop technique, trop facile.

### Enjeux spirituels

Frère Guy-Thomas avait d'emblée compris que les enjeux étaient d'une importance capitale à plusieurs points de vue pour ce qui touche à la vie de l'esprit. Pour ceux qui voudraient en savoir plus, je recommande la lecture de ses deux ouvrages majeurs sur cette question : *Du spirituel dans le cinéma*<sup>2</sup> et *L'invisible du cinéma*.<sup>3</sup>

1 • [www.choisir.ch](http://www.choisir.ch) (n.d.l.r.)

2 • Paris, Cerf 1985, 212 p.

3 • Marseille, La Thune 2006, 184 p.

Sa passion pour le cinéma était réfléchie et profonde, d'ordre anthropologique. Comme historien, Guy-Thomas savait fort bien que la science historique (même lorsqu'elle analyse et cherche à comprendre cette famille humaine bien spécifique qu'est l'Eglise) est une école de réalisme sans illusion : l'histoire des hommes n'est pas l'œuvre exemplaire des héros et des saints, mais le théâtre d'une humanité dans toute l'épaisseur de son péché, de ses refus de Dieu, de ses défis prométhéens, de son impitoyable cruauté et de ses désirs déçus ou trompés...

Son *Histoire de l'Eglise*,<sup>4</sup> une synthèse concise mais qui fait date, ne cherche-t-elle pas à montrer que le moteur profond de la vie de l'Eglise à travers le temps est le souci de répondre à tous les défis que proposent au fil des siècles les sociétés humaines ? Le métier d'historien n'est pas une sinécure : aujourd'hui, plus qu'hier, il est impossible de se voiler la face en prétextant un prétendu progrès spirituel et moral de l'humanité. La réalité de l'homme telle qu'elle se manifeste dans l'Histoire offre le meilleur et le pire, et la mission de l'historien consiste à la regarder lucidement et d'en mesurer les conséquences aussi objectivement que possible. Travail de Sisyphe et parfois, pour les périodes les plus sombres, la nôtre par exemple, supplice de Tantale...

C'est ici qu'intervient le cinéma. Ayant eu souvent l'occasion d'aller avec lui voir un film « à la sauvette »,<sup>5</sup> dans un créneau qu'il fallait ménager de façon acrobatique dans un agenda universi-

taire bien chargé, j'étais toujours frappé (et pour tout dire, amusé) de le voir s'asseoir dans son fauteuil (toujours à la dernière minute), essayer liturgiquement ses lunettes et prendre une attitude à la fois de paix, de détente physique, d'écoute et d'émerveillement, qui allait durer tout le temps de la séance. Ce n'était plus tout à fait le même homme, ou plus exactement, on percevait presque physiquement chez lui qu'il allait découvrir une autre dimension de l'humain, infiniment précieuse et fragile, celle que le regard historique ne nous découvre que de façon exceptionnelle : la dimension de l'imaginaire et du rêve. Le Frère Guy-Thomas au cinéma, ce n'était pas « Silence ! on tourne » ; c'était : « Silence ! on rêve... ». Car c'est là une des raisons profondes de son « amour » pour le cinéma : le rêve et l'imaginaire ne nous coupent pas du réel, ils ne nous égarent pas dans le pur fantasme ou un refuge hors du réel ; il nous y fait retourner - comme les rois mages - « par un autre chemin ».

## Le chemin du rêve

Si le Frère Guy-Thomas a passé tant de temps à regarder et à analyser le meilleur du répertoire cinématographique international contemporain, s'il aimait tant expliquer (d'une façon lumineuse) les enjeux spirituels d'un film parfois déroutant à première lecture, s'il savait mieux que quiconque analyser la structure d'un récit ou d'un scénario, c'est parce qu'il avait cette conviction profonde - et qu'il savait transformer en évidence - que l'homme est capable de dire sur lui-même les choses les plus essentielles, précisément en prenant le raccourci ou le détour de l'imaginaire et du rêve.

4 • Milan/Luxembourg, Jaca book/Saint-Paul 1997, 314 p.

5 • Frère Daniel Bourgeois est entré au noviciat des dominicains de la province de France en même temps que le Frère Guy-Thomas et ils ont collaboré à plusieurs projets, notamment la revue *Pierre d'angle*.

Non que l'œuvre cinématographique ne nous fasse voir que le bien qui est dans l'homme : il montre aussi l'horreur du mal et du péché, le poids de la souffrance et quelquefois aussi hélas ! la médiocrité et l'ennui. Mais la transposition imaginaire nous le fait voir *autrement*. Depuis la nuit des temps, l'homme ne s'est jamais contenté de voir les choses telles qu'elles pouvaient s'imposer à lui et il s'est toujours efforcé de se donner les moyens de les voir autrement. Appelons ce regard la *poésie*, le moyen par excellence de découvrir et de lire l'expérience des hommes sous un jour nouveau.

En effet, quand l'esprit humain est confronté à la réalité obscure et souvent incompréhensible de son histoire au présent, il est obligé de mettre en œuvre les ressources de son imaginaire - cette authentique et indispensable faculté humaine - pour dire sur le mode du rêve et de l'enchantement ce qu'il ne pourrait raconter autrement. Depuis la nuit des temps, les hommes n'ont-ils pas cherché à célébrer le mystère de la vie des animaux qu'ils chassaient en les peignant sur les murs de leurs cavernes ? Le cinéma n'est peut-être pas autre chose que le souci de redire, dans les cavernes modernes que sont nos salles de projection, ce que les Magdaléniens ou les Aurignaciens célébraient à Lascaux ou dans la grotte Chauvet.

## Évangéliser l'imaginaire

Tel est, me semble-t-il, le mouvement profond (spirituel et religieux dans sa racine) qui a poussé notre Frère Guy-Thomas à accompagner les lecteurs de *choisir* dans la découverte et le repérage des racines imaginaires et oniriques de l'existence humaine.

On veut toujours évangéliser l'activité consciente des hommes et leur pensée rationnelle, et on a tout à fait raison de le faire. L'histoire de l'Église dans l'humanité ne nous démentira pas la validité et la nécessité de ce projet, auquel Guy-Thomas a apporté sa pierre, aussi précieuse que rigoureuse. Mais évangéliser l'imaginaire des hommes et les aspirations qui se traduisent dans leurs rêves est autrement plus délicat et demande beaucoup plus de discernement et d'attention : cet exercice est réservé, me semble-t-il, aux meilleurs esprits et aux âmes les plus généreuses. Le Frère Guy-Thomas était du nombre : que du cœur même de la contemplation de l'Amour de Dieu où il est maintenant plongé, il nous aide à poursuivre ce qu'il a recherché avec passion, à savoir : comment les hommes ont pu marcher, comme à tâtons, vers la plénitude de l'amour de Dieu en déchiffrant les méandres de l'imaginaire humain.

La grande tradition théologique, fidèle à la vision biblique, augustinienne et thomiste de l'homme, a toujours considéré ce dernier comme *image* et ressemblance : ne nous hâtons pas de réduire l'image et la ressemblance au seul champ explicite de la raison humaine. Sachons au contraire discerner comment *tout l'humain est image de Dieu* et nous saurons peut-être alors comprendre comment un plan cinématographique, le regard physique d'un objectif de caméra, si techniques soient-ils, sont capables de réveiller en nous la nostalgie de la seule Présence que notre Frère Guy a cherchée et qu'il a découverte, émerveillé, au terme de sa Pâque...

Merci, Frère Guy-Thomas !

**D. B.**

---

 ■ Info
 

---

### Symboles chrétiens

Le Conseil des Etats a enterré le 12 juin passé l'initiative parlementaire demandant d'autoriser « les symboles de l'Occident chrétien dans l'espace public ». En mars dernier, le Conseil national avait donné suite au texte d'Ida Glanzmann (PDC/LU), qui demandait de garantir dans la Constitution la présence des symboles chrétiens (comme le crucifix) dans les lieux publics. Mais pour la majorité des sénateurs, accorder une place privilégiée à une religion irait à l'encontre du principe de la neutralité religieuse de l'Etat. Ils ont aussi rappelé que les rapports entre Eglise et Etat sont du ressort des cantons. (*apic/réd.*)

---

 ■ Témoignage
 

---

### Entraide des réfugiés

« Il est toujours possible de découvrir un rayon de lumière même lorsque la vie semble impossible à vivre. Tel est le message que j'ai reçu d'un groupe de réfugiés urbains vivant à Kitengela, à 30 km de Nairobi. Les membres du groupe expriment leur compassion les uns pour les autres en se retrouvant tous les quinze jours pour prier et se soutenir moralement. Ce faisant, ils deviennent en vérité les "gardiens de leurs frères".

» (...) Le mois dernier, j'ai participé à une de leurs réunions. (...) Une fois la prière terminée, les participants ont mis de l'argent dans un tronc destiné aux plus pauvres du groupe. J'ai entendu le président expliquer que l'argent récolté après la dernière réunion avait servi à visiter une femme âgée, hospitalisée à Nairobi, et qu'aujourd'hui elle était guérie. Ce fut pour moi une véritable révéla-

tion : même dans les situations les plus dures, les réfugiés sont capables de se prendre en charge les uns les autres. »

**Irene Waweru**

directrice de projet, Nairobi

(*JRS Dispatches n° 318/réd.*)

---

 ■ Info
 

---

### Nouveaux docteurs de l'Eglise

Le pape proclamera deux nouveaux docteurs de l'Eglise le 7 octobre prochain : le prédicateur espagnol saint Jean d'Avila (v. 1500-1569) et sainte Hildegarde de Bingen (1098-1179), religieuse bénédictine et compositrice allemande. (Voir la recension du livre de Daniel Maurin, à la p. 49 de ce numéro.) Le 10 mai passé, Benoît XVI avait inscrit au « catalogue des saints » Hildegarde de Bingen, permettant qu'elle devienne ainsi docteur de l'Eglise.

A ce jour, seules trois femmes portent ce titre : Thérèse d'Avila (1515-1582), Catherine de Sienne (1347-1380) et Thérèse de Lisieux (1873-1897). (*apic*)

---

 ■ Commentaire
 

---

### Justice en Sierra Leone

« Avec la condamnation de Charles Taylor, la justice a été rendue mais seulement en partie. (...) Pendant près de onze ans, le pays a été saccagé et bouleversé par des garnisons diaboliques qui l'ont blessé au travers de tout type de violence et d'abus. Une bonne partie de la population a été déplacée dans des terres qui ne sont pas les siennes, des édifices et des activités communautaires ont été détruits ou endommagés au point que l'économie locale a été annihilée.

» La communauté internationale a fait des choses grandioses pour mettre fin à la guerre et restituer au pays une condition plus humaine après la terrible guerre civile. (...) Et à ce que j'en sais, l'actuel gouvernement de Sierra Leone s'est montré très dynamique dans de nombreux secteurs stratégiques et de promotion économique.

» (...) La Sierra Leone est particulièrement riche en matières premières, en minerais et en bois précieux, en poissons et probablement également en pétrole. L'eau destinée à la production d'énergie électrique est généralement abondante. Alors pourquoi la population de ce pays continue-t-elle à être parmi les plus pauvres du monde ?

» Il est important de traduire les criminels de guerre devant la justice, mais il faut également assurer l'amélioration de la situation de l'ensemble de la population. Le pays a besoin d'une justice plus adéquate. »

**Gerardo Caglioni**

missionnaire xavérien (*fides/réd.*)

---

■ Info

### Religions pour la paix

Une délégation interreligieuse de responsables musulmans et chrétiens de premier plan s'est rendue en mai au Nigéria, où depuis quelques mois une recrudescence des violences met à mal les relations entre les deux communautés religieuses dans le Nord du pays. La délégation était coordonnée par le Conseil œcuménique des Eglises (COE) et emmenée par son secrétaire général, le pasteur Olav Fykse Tveit, et par le prince Ghazi bin Muhammad de Jordanie, président de l'Institut royal Aal a-Bayt pour la pensée islamique.

Les délégués ont publié à l'issue de leur mission, le 25 mai, une déclaration commune dans laquelle ils expriment l'espoir que leur « visite servira de modèle sur le plan international pour que musulmans et chrétiens s'engagent dans la voie interreligieuse, afin d'œuvrer ensemble à la promotion de la paix et de l'harmonie entre personnes de religions différentes ». A l'origine de cette coopération, on trouve la lettre *Une parole commune*, rédigée par un groupe d'éminents musulmans à l'intention des responsables chrétiens. Elle avait donné lieu à une initiative islamo-chrétienne internationale en octobre 2007. Par la suite, en novembre 2010, une soixantaine de responsables religieux s'étaient réunis au COE, à Genève, pour un colloque islamo-chrétien. Ils s'étaient mis d'accord pour approfondir leur collaboration dans les situations de conflit et avaient insisté sur la nécessité de « trouver des moyens de "désengager" la religion du rôle de générateur de conflits et de la "réengager" dans la résolution des conflits et la justice compatissante ». (*WCC*)

---

■ Info

### Dopage au quotidien

Addiction Suisse a consacré un document sur la question du dopage au quotidien - par médicaments ou autres substances - de personnes en bonne santé. De plus en plus de personnes en Suisse s'y adonnent pour améliorer leurs performances, se maintenir au sommet de leur forme et répondre ainsi aux exigences de la société.

Les stimulants ne sont pas seuls en cause. Les tranquillisants et les anxiolytiques ont également la cote. L'alcool, le tabac et des substances illégales (amphétamines, cannabis, cocaïne...)

sont également censés augmenter la concentration, la mémoire ou la capacité d'apprentissage.

L'action attribuée à la plupart de ces substances n'est pas scientifiquement prouvée et les risques à long terme demeurent largement inconnus. Certains produits induisent ponctuellement une amélioration de la performance dans des domaines bien précis, par exemple la concentration, mais diminuent simultanément d'autres facultés, comme la créativité.

Le document d'Addiction Suisse met en lumière les implications sociétales et éthiques de cette problématique. Où mène cette course effrénée à la performance ? Est-il justifié que des personnes en bonne santé augmentent leur rendement par des moyens artificiels qui leur confèrent un avantage compétitif ? Les gens devront-ils se sentir coupables si leurs succès restent plus modestes ? (com./réd.)

---

## ■ Opinion

---

### Salafistes en Tunisie

« Les salafistes sont peu nombreux mais se concentrent en masse dans les lieux où ils organisent leurs protestations. En ce sens, ils impressionnent. Jusqu'ici, le parti islamique au pouvoir Ennhada a adopté une politique de dialogue avec les extrémistes (...) Le nouveau pouvoir tunisien affirme que réprimer le mouvement salafiste ne ferait qu'empirer la situation parce que ce faisant, on risquerait d'attirer sur lui la sympathie populaire. (...) Or la Tunisie fait un énorme effort pour attirer des investissements et des touristes étrangers. Les actions des salafistes risquent de faire fuir et les uns et les autres. D'autre part, plus la situation économique empire,

plus il est facile pour les salafistes de recruter de nouveaux adeptes, attendu que leur mouvement est bien financé, surtout depuis l'étranger. »

**Jawad Alamat**

directeur des Œuvres pontificales missionnaires en Tunisie (*fides*)

---

## ■ Info

---

### Disparus au Salvador

Le nombre des meurtres semble avoir diminué au Salvador. Pour l'archevêque de San Salvador, Mgr Escobar Alas, « il est toutefois nécessaire de veiller à ce que les homicides ne soient pas occultés en les faisant passer pour des disparitions ». En effet, le nombre de personnes disparues a augmenté dans le pays, tandis que des corps ensevelis dans des fosses communes ont été découverts dans différentes parties du pays. (*fides/réd.*)

---

## ■ Info

---

### Brigades de paix

Les Brigades de paix internationales (PBI) s'engagent depuis 1981 pour la protection des droits humains et le traitement non violent des conflits dans les régions en crise. Des équipes internationales accompagnent des militants pour la paix, la démocratie et la justice, tout en observant la situation sur le plan des droits humains. PBI intervient sur demande et soutient exclusivement des individus et des organisations qui se réclament de la non-violence et qui utilisent des moyens démocratiques. Des volontaires sont actuellement déployés au Guatemala, en Colombie, au Mexique et au Népal. (*Koff-Newsletter* n° 108)

# L'esprit du corps

*Un beau soir d'été en famille, ma petite-nièce Eulalie, à la langue bien pendue, jeune étudiante qui se pique d'intellectualisme, m'interpelle : « Je viens de prendre conscience d'un truc fantastique, dit-elle : je suis mon corps ! » - « Ce n'est pas un scoop, répondis-je ; la formule traîne dans tous les manuels de philosophie, mais elle ne veut pas dire grand-chose. » - « Comment ça, pas grand-chose ! Et toi qui prétendais que la religion chrétienne avait quelque chose de physique ! »*

*Prenant mon air le plus inspiré : « Quel corps ? Le corps social, le corps de ballet, le corps que tu as fait rôtir au soleil tout l'après-midi, que tu gonfles de crèmes glacées et qui deviendra un jour le corps dont parlent les Anglais, le cadavre ? » - « Pas du tout ! Le corps, c'est le corps, celui que je ressens quand il s'affronte à une vraie résistance. »*

*« Si c'est la résistance qui fait ton corps, ne vaudrait-il pas mieux pour toi ne pas avoir de corps, et pour cela être sans désir ? », demandai-je. - « Alors, d'après toi, le corps, c'est le mal ? » - « Tu embrouilles tout. L'idée d'un esprit bon, séparé d'un corps mauvais, ça, c'était la position des manichéens. Pour eux, il fallait se libérer du corps, pour vivre de la liberté de l'esprit. » - « Comme les internautes alors ? » - « Oui, et comme tous ceux qui sont enfermés dans leur monde à eux, sans extérieur qui puisse leur résister, les amoureux parfois, et tous les idéologues. »*

*« Tu me fais plaisir en prenant le corps au sérieux. Mais dis-moi, comment ne pas séparer l'esprit du corps ? » - « Tout simplement en ne confondant pas l'esprit du corps avec l'esprit de corps ».*

*« Tu joues sur les mots, oncle Etienne. » - « Pas du tout, ma chère Eulalie ! L'esprit de corps enferme chacun dans la fierté d'appartenir à un corps social prestigieux, le corps des sapeurs-pompiers, le corps médical, le corps enseignant, comme pour toi ton corps de ballet. Cet enfermement interdit toute relation vraie. L'esprit du corps, en revanche, fait le lien (c'est le propre de l'esprit) avec ce qui t'est extérieur. Ce qui résiste, comme tu dis, c'est non pas ce dont tu ignores tout, mais ce qui t'est le plus proche, pique ta curiosité, et finalement te résiste. Je pense à ton petit frère Augustin. »*

*« Mais Augustin ne me résiste pas ! » - « Tu crois connaître Augustin, mais s'il ne piquait pas ta curiosité, si tu n'éprouvais pas la distance infinie entre toi et ton frère, tu ne pourrais dire en vérité ce que tu affirmais tout à l'heure : « je suis mon corps ». »*

**Etienne Perrot s.j.**

# Se recueillir : un apprentissage

●●● **Luc Ruedin s.j.**, Villars-sur-Glâne  
*Accompagnateur des Exercices spirituels*

La distinction entre l'ascèse et la mystique permet de différencier le monde de l'intériorité de celui de la spiritualité. Si le second s'inscrit dans le premier, il ne s'y réduit pas. A la seule immanence d'une recherche de soi ou du Soi, répond la Transcendance qui la fonde et la dépasse. L'expérience spirituelle authentique engage alors celui qui a été touché au plus intime à s'exercer pour se disposer à Celui qui l'appelle. Elle modifie aussi, par ses interruptions heureuses, le chemin du commençant qui persévère dans son désir de recueillement. Se disposer à Celui qui appelle incline à vivre toujours plus l'unification de son être. Qu'elle advienne en ce lieu sans lieu que la tradition spirituelle nomme le cœur, le fond ou le centre de l'âme importe peu. Elle nécessite en tous les cas une mise en rapport du corps et du mental.<sup>3</sup>

## Entreprendre

Discerner parmi les voies proposées par l'Orient non-chrétien celles qui peuvent favoriser le recueillement ne peut que profiter à celui qui cherche Dieu. La grande tradition spirituelle trace une voie royale avec des jalons précis ; elle indique les passages-clés que l'âme doit négocier pour accéder au recueillement. Elle ne cache ni les vallées ni les déserts ni les abîmes, et ne fait l'im-

passee ni sur l'absolue Souveraineté du Seigneur ni sur la nécessaire humanisation de l'homme.

Nombreuses sont aujourd'hui les propositions qui, dans cet esprit, cherchent à aider le chercheur de Dieu. On ne compte plus les retraites d'initiation à la prière proposées par les centres spirituels, allant de la classique mise en œuvre des préambules et des points, jusqu'à des offres qui mettent plus particulièrement en exergue une dimension : le jeûne, la marche ou le souffle. Il s'agit alors, en privilégiant une dimension exercée machinalement, telle la marche, ou qui touche à des zones archaïques tels le jeûne et le souffle, de permettre au retraitant de découvrir autrement le monde de la prière. Il est initié à s'exercer, pour progresser dans sa relation au Seigneur, en utilisant une méthode traditionnelle adaptée à notre temps.

Etant donné la grande diversité des situations de vie et de foi de nos contemporains, une grande attention est

*Se recueillir est devenu vital. Sans même parler d'exigence spirituelle, faire l'unité de sa vie, corps et mental, intime de se retirer de la fureur du monde. Comment discerner parmi les démarches de développement personnel, les techniques inspirées des grandes traditions religieuses et les nouvelles spiritualités, celles qui conduisent au recueillement ? Les méthodes évoquées ici sont tributaires de la tradition des Pères du désert et de l'hésychasme.<sup>2</sup>*

- 1 • Cet article est paru dans une version très similaire dans « Le recueillement. Une aspiration impossible ? », *Christus* n° 207, juillet 2005, Paris, Assas éditions, 110 p.
- 2 • Pratique spirituelle mystique, enracinée dans la tradition de l'Eglise orthodoxe.
- 3 • Qu'il nous suffise de rappeler l'addition n° 76 des *Exercices spirituels* de saint Ignace, où Ignace observe que la juste position du corps aide à trouver ce que l'on cherche.

donnée à ce qu'Ignace appelle « partir du point où on en est ». A une époque où l'attention au corps est extrême, jeûner, prier en marchant et pratiquer le yoga ou le zen sont des voies qui cherchent l'unification, en travaillant à même le corps. En état de manque par le jeûne, mis en mouvement par la marche ou disposé à l'unification par le souffle, le corps influe sur le mental. Comment ces deux sphères sont-elles mises en relation ? Quelle est la médiation ? Et quelle est la place faite pour l'irruption du Tout-Autre ?

### La médiation par le manque...

Toutes les grandes traditions religieuses connaissent la dimension du jeûne. Elle fait partie d'un chemin spirituel. La Bible relie la prière, le jeûne et l'aumône (Mt 6,1-18). Depuis quelques années, des semaines de jeûne complet sont proposées.<sup>4</sup> Les participants s'abstiennent de toute nourriture solide. Durant sept jours, ils ne se nourrissent que de jus de légumes et de fruits, ainsi que de décoctions de céréales. La rencontre quotidienne du groupe guide et aide les jeûneurs à vivre cet exercice, qui les travaille en profondeur.

Mais privilégier la seule dimension diététique serait courir à l'échec. L'interconnexion étroite du rapport à soi (santé), aux autres (solidarité) et à Dieu (spiritualité) est essentielle. Pour qu'il soit fructueux, il est donc indispensable que les trois dimensions du jeûne, de l'aumône et de la prière soient solidaires.

Comment cette expérience aide-t-elle à se recueillir ? L'exercice sur le corps modifie la relation au monde et à Dieu. Outre le silence intérieur qu'il découvre, le sujet éprouve une perception clarifiée et affinée. La lucidité et la mobilité plus

aiguës de son esprit le rendent attentif à ce qui se trame dans son quotidien.

Par la médiation du manque, il unifie son intériorité. Ordonnant ses forces intérieures et son rapport au monde, faisant de son corps un sanctuaire à la Présence, il est ouvert à de nouveaux horizons. Découvrant combien, lorsqu'il est repu, il est en manque... du manque, il éprouve celui qu'il vit en solidarité avec ceux qui souffrent de la faim.<sup>5</sup>

Travailler ainsi son corps en vivant en autarcie a donc des implications concrètes. Le piège de l'autosuffisance évité (Mt 4,4), le sujet prend conscience de sa dépendance radicale envers la Création. Il éprouve concrètement le manque dans sa chair. Bénéficiant de l'eucharistie quotidienne, il vit de l'Unique nécessaire (Jn 6,22-59). Dans sa prière, il est disposé, grâce au ralentissement de son rythme corporel, à mieux entendre l'appel au recueillement. Intériorisé, il est rendu plus sensible à ce point de rassemblement de l'âme qui signe l'entrée dans cette oraison.

### ...par le mouvement...

Qui ne marche pas dans la Bible ? Abraham, le peuple en exode, Jésus parcourant les routes de Judée et de Galilée. Aujourd'hui, cheminer est à la mode : pèlerinages à Compostelle, marches individuelles ou en groupe, pro-

4 • Outre les centres spirituels, durant la période du Carême, des organisations caritatives (Action de Carême et Pain pour le prochain, en Suisse) et des Centres de rencontres (Forum 104, en lien avec la revue *Prier*, en France) proposent également de telles expériences.

5 • Le jeûneur verse ce qu'il ne dépense pas pour sa subsistance à un projet de développement

positions de retraites *Prier en marchant* ont la cote. Que l'on pense aussi aux déambulatoires des églises, aux cloîtres des monastères ou encore aux sesshins zen où la marche méditative est à l'honneur.

Celle-ci et la randonnée mettent l'homme debout. Cette prière par les pieds rend l'homme présent à lui-même. Elle lui donne d'être là lorsque le Seigneur se manifeste. Qui, déprimé ou stressé, n'a fait l'expérience des bienfaits de la mise en mouvement de son corps ? Qui n'a éprouvé combien la marche peut être apaisante ? Comment elle favorise le recueillement ?

La marche calme le mental affolé ; elle permet de le réguler en lui imposant un rythme. Le mouvement ainsi créé, le rythme ainsi donné influent sur une intériorité dispersée. Peu à peu, la concentration devient possible, l'âme se rassemble pour pouvoir à nouveau être disponible à un appel. Quittant la dispersion, elle trouve son centre par la mise en œuvre du corps.

Le mouvement permet donc de calmer l'imaginaire et d'apaiser les facultés de l'âme. Le champ intérieur de la conscience, où l'écho de l'appel trouve résonance, est délimité et clarifié. Le mouvement aide à y accéder. Il met en rapport mental et corps, intériorité et extériorité, conscience et monde, favorisant un *re-centrement* propice au recueillement.

Faire l'expérience du départ qui met en route, de l'arrêt qui provoque l'attention, du rythme qui génère des ouvertures ou des fermetures relationnelles dispose à Dieu. Etre interpellé par la voix intérieure qui incite à prendre une nouvelle posture corporelle et induit ainsi à trouver la porte (Jn 10,7) du recueillement démontre l'imbrication du mental et du corporel.

Certes, il ne s'agit pas de tomber dans un déterminisme physico-spirituel. Pourtant, il serait étrange que ceux qui se réclament d'un Dieu incarné ne soient pas attentifs aux mouvements du corps qui favorisent l'écoute de la Parole. Que la venue du Verbe dilate l'âme et lui donne de goûter une joie inconnue se mesure au dynamisme consolateur éprouvé par le corps.

### ...par le souffle

« Le Seigneur Dieu modela l'homme avec la poussière prise du sol. Il insuffla dans ses narines l'haleine de vie et l'homme devint un être vivant » (Gn 2,7). « Etre à



bout de souffle », « avoir le souffle coupé » ou au contraire « avoir du souffle » expriment combien le souffle est vital pour l'homme. Tous ceux qui pratiquent la méditation le savent. Ainsi du *hatha* yoga qui propose un exercice respiratoire destiné à purifier corps et mental.

Précédant la méditation, cet exercice (le *prāṇayāma*) est fondamental. Il s'agit d'aspirer l'air par une narine, de retenir sa respiration quelques secondes et d'expirer par l'autre narine, et ceci alternativement. Le souffle qui inspire (*ātman*) et l'énergie vitale de celui qui respire (*prāṇa*) doivent peu à peu se réunir sans se confondre. Le *prāṇa* n'est alors plus dispersé.

De même dans la méditation zen, outre le *koan*<sup>6</sup> et la posture, la concentration sur la respiration est essentielle.<sup>7</sup> Peu à peu l'expiration se fait plus longue, régulière, profonde. Elle provient du ventre (le *hara*). Il s'agit alors de s'abandonner à la respiration.<sup>8</sup> Dans la tradition chrétienne, la prière du cœur, que le priant articule au rythme de son souffle, est un autre exemple du rôle central de la respiration pour accéder au recueillement.<sup>9</sup>

Le souffle, reliant le mental au corps, unifie le sujet et le dispose à entendre l'appel à l'oraison de recueillement. L'Esprit saint, souffle de Dieu, accorde les puissances de l'âme et donne à l'homme intérieur de comprendre la largeur, la longueur, la hauteur et la profondeur du mystère de Dieu (Ep 3,19-20). Aussi est-il sage, tant qu'il ne l'a pas fait, de ne pas laisser l'entendement sans objet.

## Spécificité chrétienne

De manière habituelle, notre pensée a besoin d'un appui. C'est seulement lorsque le Seigneur, suspendant les puissances de l'âme, appelle celle-ci à l'oraison de quiétude que s'instaure le recueillement. Dans la vie chrétienne, l'Esprit est indissociable du Verbe qui s'est fait chair. N'est-ce pas d'ailleurs l'éveil spécifiquement chrétien ?

« Le vent souffle où il veut, et tu entends sa voix, mais tu ne sais ni d'où il vient ni où il va. Ainsi en est-il de qui-conque est né de l'Esprit » (Jn 3,8).



- 6 • « Courte phrase, sentence utilisée par un maître zen, qui donne à réfléchir et qui explique la philosophie zen ou une loi universelle. (n.d.l.r.)
- 7 • Voir à ce sujet l'article de **Patrick Afchain**, aux pp. 16-19 de ce numéro. (n.d.l.r.)
- 8 • Cf. les exercices 5-7 proposés par **Anthony de Mello**, *Sadhana, un chemin vers Dieu*, Montréal/Paris, Bellarmin/DDB 1997, pp. 31-49. Notons qu'à la différence du zen et comme pour la prière du cœur, la dimension mentale - fixer son esprit sur une pensée jusqu'à la contemplation - est prise en compte pour faire taire le discours désordonné de l'esprit.
- 9 • On trouvera dans le livre de **Franz Jalics**, *Ouverture à la contemplation*, DDB, Paris 2002, 456 p., une méthode inspirée de la spiritualité des Pères du désert qui insiste sur l'importance de la respiration.

Venues d'Orient, les différentes techniques de méditation, en insistant sur le rôle du souffle, rappellent à l'homme occidental sa dépendance et sa fragilité. Un chrétien ne peut pourtant faire l'impasse sur le mystère de l'Incarnation (Jn 1,14). Le souffle lui donne d'opérer en sa chair l'union du mental et du corps. C'est par toute son humanité que le disciple de Jésus accède au recueillement. Seul le souffle subtil de l'Esprit saint peut lui donner d'y entrer. Les trois méthodes abordées ici aident l'esprit à fixer son attention sur Celui à qui la prière est adressée. Elles apaisent le mental en l'incarnant et favorisent le contact vivant avec le Seigneur. Elles ne sont pas incompatibles avec d'autres méthodes qui usent des sens pour mettre l'âme en compagnie du divin Maître. Poser son regard sur une icône, prier vocalement, utiliser des objets rappelant la présence du Seigneur sont autant de moyens qui favorisent ou perpétuent le recueillement. La tentation des méthodes venues d'Orient est d'éviter le passage par l'image et par la parole. Celle de l'Occident est de séparer l'unité sous-jacente au réel, par un abord exclusivement analytique et discursif. Les méthodes de développement personnel se limitent souvent à la seule recherche de soi, tombant ainsi dans le piège narcissique, alors que les voies issues du New Age reflètent la confusion spirituelle de notre époque en manque de repères. Entrer en soi, se rassembler, se concentrer, s'isoler des soucis et des agitations, ordonner son rapport au monde par ces forces intérieures qui donnent au Moi un centre existentiel unifié, sont des exercices nécessaires. Ils ne sont pas suffisants.

## Le Tout-Autre

Pour un chrétien, le recueillement est avant tout donné. Il est orienté vers une expérience plus haute, plus vaste que le Moi ou le Soi. Le recueillement est comme la porte d'entrée de demeures inconnues. S'il est un état spirituel, il est aussi et surtout une voie qui mène plus loin.

Se recueillir ou être recueilli, pour accueillir plus que je n'ose désirer, tel est ce qui distingue la légitime recherche de soi de l'ouverture au Tout-Autre, au Dieu toujours plus grand. Ainsi le recueillement ne s'identifie pas à l'introspection, puisqu'il donne à l'âme de se rassembler tout entière en un point d'elle-même. Il marque la transition d'un état méditatif à un état contemplatif, où l'âme découvre de manière nouvelle Celui qui la fonde et l'excède.

Dieu est plus que le centre de l'âme. Celle-ci est amenée à l'expérimenter lorsqu'elle se laisse mener par l'Amour, dynamisme interne qui lui donne de se recueillir. Tout recueillement mène ainsi à un *décentrement* puis à un *recentrement* qui introduit à plus que soi. L'incapacité à le produire de soi-même, signifié par une perte de contrôle de la conscience et une passivité de l'âme, est la marque de son authenticité.

L. R.

# La méditation zen

## Un chemin spirituel

... **Patrick R. Afchain**, Werdenberg (St-Gall)  
Professeur de zen et coach<sup>1</sup>

*Patrick Afchain anime des sessions zen au Centre spirituel et de formation Notre-Dame de la Route (Villars-sur-Glâne). Chrétien pratiquant, il suit la voie tracée par K. Graf Dürkheim, pour qui le zen est à la fois une technique de méditation et une philosophie, un chemin d'expérience et d'exercice, où corps, psyché et esprit font un. Ainsi le corps est envisagé comme un instrument favorisant le cheminement spirituel.*

Dans la méditation de .zen trois attitudes sont importantes : celle du corps, celle de l'esprit et celle de l'âme. L'être humain fait le lien entre le Ciel et la Terre.

### L'attitude du corps

L'attitude du corps d'abord : dans le zen, on appelle l'assise *zazen*. Assis sur un coussin en lotus ou demi-lotus, à genoux assis sur un banc de prière ou, pour d'autres, assis sur une chaise, l'être humain s'étire vers le ciel. La colonne vertébrale est droite, la droiture physique étant une invitation à une droiture dans la vie. Dans cette position, on prête attention à être assis sur trois points : le coccyx et les genoux. Cette assise donne une bonne stabilité au corps.

La méditation assise ou debout nous amène à une pleine conscience de l'essentiel, alors que dans la position allongée nous dérivons pour entrer dans l'inconscient. Cette posture permet aussi à l'énergie de mieux circuler à travers le corps, avec l'aide de la respiration.

Le regard est posé vers le bas, dans un signe d'humilité, et les yeux sont fermés

au monde matériel pour mieux accéder à notre monde intérieur. Les mains, la main droite posée dans la main gauche, se rejoignent au niveau du plexus solaire. Dans le zen, la main droite représente notre côté masculin et matériel alors que la main gauche représente notre côté féminin et spirituel. On met donc le matériel dans le spirituel, auquel on donne juste un peu plus de valeur, car sans le spirituel, le matériel n'existerait pas, sans le divin, pas d'être humain.

Le plexus solaire, appelé *hara* dans le zen, est le centre de notre intelligence suprême. Le *hara* est également notre centre énergétique, le lieu de notre intuition. C'est aussi le centre, le départ et l'arrivée du méridien du triple réchauffeur. Pendant la méditation, ce méridien va se mettre à travailler et apporter de la chaleur dans tout le corps, en commençant au niveau de la taille, puis en montant vers le haut, pour ensuite redescendre vers le bas. Ainsi les personnes qui pratiquent la méditation se réchauffent.

La respiration est le moteur du *zazen*. Celle-ci se pratique lentement et uniquement par le nez, pour permettre à la glande du *prâna* de transformer l'air en énergie vitale. L'exercice de respiration est appelé le souffle ou le *muh*. C'est par l'inspiration et l'expiration que l'on se purifie. On inspire le divin, on expire le malin : c'est ce va et vient qui

1 • Patrick Afchain enseigne le zen en français et en allemand, dans cinq pays. Dans le texte suivant, il parle de .zen lorsqu'il se réfère à l'enseignement qu'il a lui-même développé. [www.zen.li](http://www.zen.li)

permet de peaufiner notre âme, pour la rendre plus lumineuse et ressembler à Celui qui est la lumière et l'amour du monde.

Entre le Ciel et la Terre, la méditation de .zen est une porte d'entrée pour un chemin spirituel. La pratique du zazen exerce un effet de transfiguration. Le méditant pratique cet exercice de verticalité, tandis que le corps le redresse de l'intérieur. Ce redressement de l'intérieur est à l'origine de guérisons subites de douleurs dorsales par l'exercice du zazen.

La pratique du zen nous apprend à habiter notre corps, ce corps que souvent nous transportons avec peine, comme s'il était un poids, une charge encombrante plutôt qu'un des outils principaux à notre situation d'être terrestre. Habiter notre corps signifie aussi reconnaître les signes qu'il nous donne pour comprendre les messages de notre âme. « Va devant, dit l'âme au corps, moi il ne m'écoute pas, peut-être toi, t'écouterait-il. »

Dans la méditation, nous sommes plus à l'écoute de notre intérieur que dans notre quotidien. Parmi les pensées qui nous viennent à l'esprit, il y a aussi celles qui viennent tout droit de notre âme et qui sont des invitations à la vie, des invitations à redresser le cours de notre vie pour mieux la réussir. Notre âme sait quel chemin nous avons à prendre pour vivre heureux. Dans le zen, *réussir* signifie être à notre place, avec les dons et les qualités que nous avons reçus, en donnant le maximum de nos possibilités, tout en respectant nos limites.

## L'attitude de l'esprit

Lorsque nous nous arrêtons, nous prenons conscience que notre cerveau travaille. Dans ces temps de repos avec nous-mêmes, l'esprit se manifeste. Des pensées, des idées, des souvenirs, des désirs et des envies, des sensations et des sentiments se manifestent et nous montent à l'esprit.

L'état d'esprit de .zen est de tout accueillir de façon neutre, sans jugement, de l'accepter et de ne pas s'en préoccuper. C'est un travail de réconciliation avec nous-mêmes, notre passé, notre vécu, avec les autres et avec notre environnement. Un travail qui nous permet de nous retrouver et d'accepter notre destin et notre condition d'être humain, avec toute la beauté qui est en nous.

Avec la respiration profonde, qu'on appelle le *Qi*, nous laissons l'air rejeté (lors de l'expiration) prendre les pensées, sensations, douleurs, fantasmes, rêves et visions qui sont montés vers notre cerveau, pour les déposer dans

*Méditation zen au  
centre spirituel jésuite*



notre *hara*, notre feu intérieur, où tout se met en ordre et devient calme. Dans le *hara*, tout ce qui est bon agrandira le feu et tout ce qui est mauvais sera détruit. Mais ce n'est pas nous qui différencions entre le bien et le mal. Cela se fait tout seul.

Ainsi, peu à peu, nous intégrons notre vécu. A chaque pensée qui nous vient et que nous acceptons, nous nous reconcilions avec nous-mêmes et avec notre environnement. Dans ce travail, notre esprit retrouve le calme. Les éléments de notre vie se mettent en ordre. Nos pensées et notre réflexion deviennent plus claires. Notre intuition peut se manifester et nous sommes à nouveau capables d'entendre les invitations à la vie, transmises par notre âme.

Cette attitude de l'esprit a une importante influence sur notre corps. Les pensées qui encombrant notre esprit, mais aussi les soucis qui entraînent ces pensées désagréables, sont transformées et deviennent neutres, donc plus agréables, ce qui procure un effet libérateur. Le calme détend les muscles, la peau et tout notre corps.

Nous le savons : nos rêves, lorsque nous dormons, ont beaucoup d'importance ; ils nous permettent d'intégrer notre vécu et de nous préparer à l'avenir. Dans la méditation, nous faisons la même chose, mais de façon consciente et plus rapide.

Celui qui médite gagne du temps sur son sommeil. Après une heure de méditation de nuit (on dit que le temps de méditation de nuit compte double), le méditant, de retour dans son lit, vivra un temps de contemplation couché et

dormira d'un sommeil réparateur et bienfaisant. Son esprit, mais également son corps, auront pu se détendre durant la méditation, et le sommeil n'en sera que plus profond. Cet exercice est aussi très bénéfique pour les personnes souffrant de problèmes physiques, de maladies psychiques ou mentales.

## L'attitude de l'âme

L'attitude de l'âme représente notre première porte d'entrée vers la spiritualité. Le zen est ouvert à tous, sans aucun besoin d'appartenir à une croyance religieuse précise. Chaque être humain a en lui une forme de croyance, de foi personnelle, qu'il croie en un Dieu créateur, en un rédempteur, en la création elle-même ou qu'il soit simplement d'une croyance neutre, c'est-à-dire qu'il croit en la vie, comme le dit le *koan* :<sup>2</sup> « Si tu plantes un arbre, crois-tu qu'il va pousser ? »

Dans le zen, on parle de Transcendance pour parler de Dieu sans devoir lui donner une couleur religieuse. Au début de la méditation, le méditant est invité à prendre conscience de l'attitude actuelle de son âme pour être attentif à la source d'où il va recevoir la force et la lumière. La philosophie zen nous invite à ne pas nous faire d'image de la Transcendance, afin que notre spiritualité puisse évoluer. Vivre cette attitude de l'âme, c'est donner de la place et du temps à la Transcendance, donc à l'essentiel.

La pratique selon .zen nous amène ainsi sur un chemin spirituel. La rencontre avec nous-mêmes, avec notre être profond nous permet de toucher l'essence de la vie en nous, qui est toujours la Transcendance, donc Dieu. Dans le *hara*, se trouve la semence de la vie, du divin en nous.

2 • Courte phrase, sentence utilisée par un enseignant zen, ici l'auteur de l'article, qui donne à réfléchir et qui explique la philosophie zen ou une loi universelle. (n.d.l.r.)

La pratique de zazen est un chemin. A partir d'un travail de concentration, il mène à une expérience de contemplation. Pour commencer à pratiquer le zazen, le débutant fait en quelque sorte un exercice de concentration. Il doit penser à se tenir droit, mettre les mains au niveau du plexus solaire et, les yeux fermés, inspirer et expirer en acceptant les pensées et en les laissant redescendre dans le *hara*. Dans un deuxième temps, ça se fera tout seul. Ce ne sera plus : « je respire », mais « ça respire en moi ». C'est la phase où l'on fait le vide. Dans la troisième phase, le méditant va plus loin. C'est un temps de contemplation, où la notion du temps disparaît, où le calme et/ou la paix s'installe, où des intuitions, des images ou des visions peuvent apparaître. C'est la phase de rencontre au plus profond de soi-même avec la Transcendance, lors de laquelle nous nous remplissons de l'essence de la vie, cette essence qui est la lumière, l'amour et la vie. Nos lampes à huile se remplissent.

## Guérir

La pratique de la méditation selon .zen nous réveille. Lorsque nous prenons du temps en silence pour ne rien faire et ne pas bouger, tout se réveille en nous. Tout ce que nous avons consciemment ou inconsciemment refoulé revient à la surface. Parfois ce sont des sensations ou des souvenirs douloureux et dans un premier temps, la douleur va ressurgir comme à l'origine. Ce chemin est nécessaire pour s'en libérer définitivement et en guérir. Car tout ce qui n'a pas eu sa place en nous, refera surface un jour ou l'autre. Cette méthode de méditation permet de vivre

ces retours consciemment, et ainsi de s'en libérer, puisque tout ce qui vient pendant la méditation est purifié.

La méditation se déroule à la fois à un niveau physique et subtil, le corps se stabilise et se transfigure tandis que les énergies subtiles se libèrent pour faire de nous des êtres de lumière et d'amour.

La philosophie zen nous invite à vivre dans l'instant, sans buts ni désirs. Elle nous invite à accepter notre destin et le chemin de notre vie. Exercer la philosophie zen, c'est vivre la méditation au quotidien. Cela reste une fin en soi, pour tout pratiquant du zen.

P. A.

## Témoignage d'une participante

« Il y a deux ans et demi, un accroc de santé m'a permis de prendre du recul et de réfléchir au sens de ma vie. C'est par ce biais-là que j'ai eu la chance de découvrir la méditation de .zen.

Lorsque j'ai vécu mon premier week-end de méditation, un important travail de réconciliation a eu lieu en moi : par la suite, une profonde et ancienne blessure psychique a pu être guérie, alors que de nombreuses années de psychothérapie n'y étaient pas parvenues.

Les bienfaits de la méditation se sont également fait sentir sur le plan physique : les douleurs liées à une hernie discale ont été nettement estompées au cours de ce week-end et ont pratiquement disparu par la suite.

Actuellement, la pratique régulière de la méditation fait partie de mon quotidien. Mon chemin spirituel a pris une nouvelle orientation et je vis ma spiritualité avec plus d'intensité et de profondeur. En résumé, la méditation a donné une dimension nouvelle à ma vie. »

# La méditation sous imagerie

●●● **Didier Grandjean**, Genève

Professeur à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation et au Centre interfacultaire en sciences affectives, Université de Genève

*La méditation, pratique millénaire du développement humain, a-t-elle un effet sur nos émotions et sur notre activité cérébrale ? Des études récentes en neurosciences visent à le démontrer. Un champ d'investigation scientifique, aux larges applications futures.*

Les recherches récentes à l'interface de la psychologie scientifique et des neurosciences ne se limitent pas à investiguer les processus psychologiques et cérébraux de perception, tels que la perception visuelle ou auditive. Ils s'intéressent également à des secteurs classiquement réputés du domaine des sciences humaines et sociales, comme par exemple l'émergence du sentiment subjectif.

Les émotions sont complexes et font appel à tout un ensemble de mécanismes impliquant des processus cognitifs (traitement de l'information), physiologiques périphériques (par exemple, l'accélération du rythme cardiaque), motivationnels (comme la tendance à la fuite) et enfin des processus expressifs moteurs (utilisés à des fins communicationnelles dans le groupe social). C'est ainsi que l'expression d'un sourire d'autrui est associée le plus souvent à un plaisir ou qu'une voix avec des intonations aiguës et des modulations importantes est perçue comme de la joie exprimée.

L'ensemble de ces mécanismes formerait ce qu'on appelle le sentiment subjectif. Cette composante du processus émotionnel est consciente et souvent verbalisable. Elle est ce qu'on appelle communément « l'émotion ressentie », que l'on va peut-être partager avec nos

amis ou notre famille. Elle reflète en quelque sorte l'ensemble des modifications des différents autres systèmes (expressif, cognitif, etc.) que nous venons d'évoquer.

## Réguler ses émotions

Un autre sujet étudié à l'interface de la psychologie et des neurosciences est celui de la régulation émotionnelle. Il s'agit de la capacité d'une personne de modifier son état émotionnel par toute une série de stratégies ou de mécanismes conscients ou non.

Les mécanismes de régulation émotionnelle peuvent être actionnés lors d'un épisode émotionnel singulier et ponctuel. Par exemple, une personne qui se présente pour un entretien professionnel important sera probablement stressée. Elle va repérer son stress en fonction de sa capacité de perception de son propre état et donc le ressentir par différents indices, comme des mains moites, une voix altérée, etc. Elle va peut-être alors tenter de transmettre à son interlocuteur une certaine image d'elle-même, en cachant son état de stress (en tentant par exemple de contrôler sa voix) ou au contraire en l'évoquant.

Il existe d'autres manières d'agir sur les émotions, et donc sur les états internes générés par des situations diverses. La

réévaluation cognitive, par exemple, consiste à modifier notre manière de percevoir une situation ou ses conséquences. Dans notre exemple précédent, l'importance que l'on donne à l'issue de l'entretien est cruciale pour la genèse des émotions. Si l'interviewé relativise l'importance de l'entretien, les émotions qui y seront associées seront diminuées. Il existe d'autres méthodes encore qui consistent à modifier à moyen ou à long terme la manière que nous avons d'appréhender les situations et donc à modifier la réactivité de notre système nerveux et périphérique.

Ces dernières années nous avons assisté à un essor de pratiques issues de visions orientales, comme les techniques de méditation, visant à modifier notre manière d'évaluer notre vécu. Il est impossible ici d'en faire une description exhaustive.<sup>1</sup>

## L'activité cérébrale

Les développements récents en neuroimagerie (IRM et EGG)<sup>2</sup> permettent de quantifier les changements d'activité cérébrale de manière systématique. Par exemple, d'étudier comment la pratique méditative modifie l'activité cérébrale.

- 1 • Des entraînements sur le ressenti corporel ont également émergé et se sont développés dans les années 1920-1930 en Europe, comme par exemple le *training autogène* de Schultz.
- 2 • Techniques issues de l'imagerie médicale, qui permettent d'étudier le fonctionnement du cerveau lors de situations spécifiques.
- 3 • A l'inverse, les mécanismes *bottom up* se caractérisent par l'importance de l'entrée sensorielle par les cinq sens habituels (vision, audition, etc.). Ils sont donc liés aux stimuli de l'environnement. Dans les situations quotidiennes, ces deux types de mécanismes interagissent pour que l'individu puisse se comporter de manière adaptée.

Plusieurs groupes à travers le monde s'intéressent à ce type de mécanismes, à travers deux techniques majeures de la neuroimagerie : l'électroencéphalographie (EEG) et l'imagerie à résonance magnétique fonctionnelle (IRMf). L'EEG permet de mesurer les fluctuations électriques de nos neurones cérébraux avec une grande précision temporelle - de l'ordre de la milliseconde - mais avec une précision spatiale médiocre. L'IRMf, à l'inverse, offre une grande précision spatiale, mais non pas temporelle.

Les travaux récents en neurosciences cognitive et affective qui utilisent ces techniques ont mis en évidence des modifications à long terme du fonctionnement cérébral par la pratique intensive de la méditation. Deux grands types de méditation ont été investigués : les pratiques centrées sur un objet ou un élément précis, par exemple la concentration sur la respiration, et les pratiques pour lesquelles il n'y a pas d'objet spécifique mais plutôt un entraînement à se dégager de tout objet et à laisser, par exemple, l'état de compassion se « répandre » et occuper tout l'espace mental de l'individu.

## L'attention

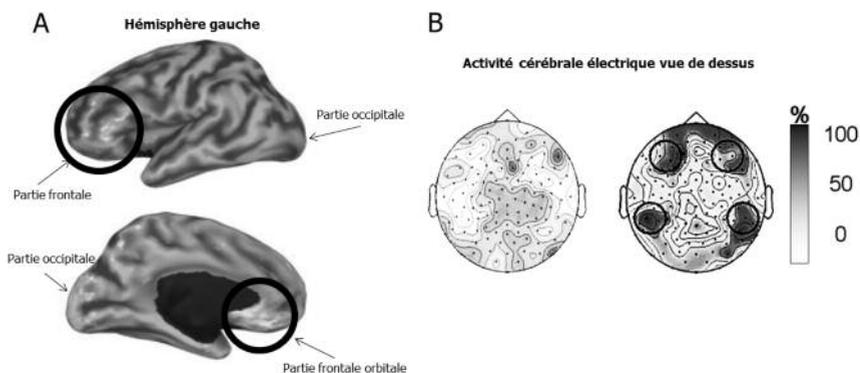
Les chercheurs ont ainsi vu qu'une focalisation de l'attention, sur des sensations corporelles ou sur des mantras par exemple, modifie les rythmes cérébraux en augmentant l'importance des rythmes lents, *alpha* et *thêta*. Ces résultats sont compatibles avec les connaissances actuelles sur les processus *top down*, c'est-à-dire les mécanismes cérébraux attentionnels volontaires, de préparation ou d'attente.<sup>3</sup> Par exemple, lorsque nous attendons l'arrivée d'une personne dans une pièce, nous

allons diriger notre regard vers la porte (attention volontaire).

Différentes recherches ont montré que les mécanismes *top down* sont liés à des réseaux de neurones qui oscillent à des rythmes *alpha* et *thêta* (comme dans le cas des méditations centrées sur l'objet). Ils visent donc, au moins en partie, à porter toute l'attention sur une partie de l'environnement interne ou externe du sujet, ce qu'on appelle une focalisation attentionnelle. Des travaux ont montré qu'un entraînement à une telle focalisation développe les capacités des individus à isoler des éléments et modifie les réseaux cérébraux impliqués. Par exemple, les individus auront une meilleure capacité à se concentrer sur leurs ressentis corporels, donc à agir dessus et, *in fine* peut-être, à réguler leurs émotions.

## Modifications du cerveau

Des recherches très récentes en neuro-imagerie ont mis en évidence des modifications structurelles du cerveau en lien avec des pratiques méditatives de type *focalisation attentionnelle sur le ressenti* lors de mouvements lents. L'épaisseur corticale des régions frontales, chez des personnes pratiquant ce type de méditation depuis plusieurs années, était augmentée, comparée à un groupe de personnes contrôles du même âge et du même niveau socio-économique. Quant aux régions postérieures, elles étaient plus fines. Les scientifiques ont observé en sus une plus importante connectivité des régions antérieures avec les autres parties du cerveau.



**A** : Carte cérébrale de l'augmentation significative de l'épaisseur corticale dans les régions frontales par un entraînement méditatif à long terme (parties claires, cerclées en noir) comparée à des personnes ne pratiquant pas la méditation. **B** : Pourcentage des participants montrant une augmentation de l'activité cérébrale rythmique rapide pendant l'entraînement méditatif : à gauche les personnes ne pratiquant pas la méditation, à droite les personnes pratiquant la méditation depuis plusieurs années.

Cette pratique méditative aurait donc la capacité de modifier non seulement l'activité neuronale à long terme, de manière fonctionnelle, mais également des aspects structuraux du cerveau. Ce qui démontre que ces techniques méditatives, grâce à la plasticité cérébrale, peuvent « sculpter », au moins en partie, notre système nerveux central (voir le graphique ci-contre, partie A).<sup>4</sup>

## Compassion

Une autre méthode de méditation est dite de *compassion*. Une étude EEG, réalisée avec huit moines bouddhistes pratiquant depuis 15 à 40 ans cette méditation, a montré des différences importantes au niveau cérébral entre ces bouddhistes pratiquants et des personnes contrôles intéressées à la méditation et ayant été entraînées durant seulement une semaine à cette pratique méditative.

La méditation induit un changement à long terme de l'activité cérébrale. En effet, on observe chez les membres du groupe des pratiquants une augmentation des rythmes cérébraux *gamma* (rythmes rapides) et une amélioration de la synchronisation neuronale à ce rythme

dans des régions cérébrales spécifiques (voir le graphique ci-contre, partie B).<sup>5</sup>

Ces différents résultats et d'autres issus de la littérature scientifique démontrent clairement l'impact que peut avoir la méditation sur l'organisation cérébrale, tant sur le plan du fonctionnement de nos réseaux de neurones que sur le plan structurel, avec des modifications anatomiques à long terme.

Bien sûr, ces deux travaux que nous avons évoqués ici ne se sont intéressés qu'à des personnes pratiquant la méditation dans le long terme, mais des travaux récents ont également mis en évidence la capacité de certaines pratiques méditatives, même à court terme, de modifier l'activité cérébrale.

Il a été également démontré que ces modifications cérébrales sont corrélées, et donc liées d'une certaine manière, à des modifications comportementales. Par exemple, à la capacité de réguler ses émotions.<sup>6</sup>

De futurs travaux pourraient avoir pour but de mieux comprendre comment différentes pratiques méditatives influencent de manière différentielle le développement cérébral et certaines capacités comportementales, en suivant sur plusieurs années des personnes qui pratiqueraient d'autres méthodes ou techniques méditatives.

D. Gr.

- 4 • Adapté de **Kang et collaborateurs**, *The effect of meditation on brain structure : cortical thickness mapping and diffusion tensor imaging*. *Social and Cognitive & Affective Neuroscience* (sous presse).
- 5 • In **Lutz, Greischar, Rawlings, Ricard, & Davidson**, *Long-term meditators self-induce high-amplitude gamma synchrony during mental practice*. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 101(46) : 16369-73, Washington 2004.
- 6 • Des méthodes fondées sur la méditation sont du reste utilisées sur le plan thérapeutique pour aider des populations cliniques, comme le *mindfulness* (pleine conscience), lors de douleurs chroniques, stress, etc.

# Récitatifs bibliques

## L'héritage de Marcel Jousse

●●● Noël Couchouron s.j., Paris  
Enseignant au Centre Sèvres, organiste

*Initiateur d'une anthropologie du geste, le jésuite Marcel Jousse (1886-1961) fut avant tout un ouvrier de la transmission de la Parole. On a souvent cantonné son œuvre à la simple redécouverte de l'oralité. Mais la spécificité de ses recherches anthropologiques tient dans la démonstration que l'oralité implique l'homme dans toutes les dimensions de son être : la voix bien sûr, mais davantage encore la mémoire, le cœur et son intelligence vive.*

Au début de ses recherches, le Père Marcel Jousse s.j. s'est posé la question suivante : « Comment l'homme, placé au sein des perpétuelles actions de l'Univers, réagit-il à ces actions et en conserve-t-il le souvenir ? »<sup>1</sup>

Pour y répondre, il repère un principe qui structure l'Univers : « L'élément essentiel du cosmos, c'est une action qui agit sur une autre action », et il qualifie ce principe de « geste interactionnel ». Puis il montre que cette structure fondamentale du cosmos se retrouve dans le langage humain, en tant que *geste propositionnel*.<sup>2</sup> Geste, car il s'agit de la réverbération orale d'une action de l'Univers ; propositionnel, car ce geste est fondé sur l'unité syntaxique de la proposition grammaticale « sujet-verbe-complément ».

Comme il est « le plus *mimeur* de tous les animaux » et que « c'est par le *mimisme* qu'il acquiert toutes ses connaissances »,<sup>3</sup> l'homme réagit aux perpétuelles actions de l'Univers par ses

propres gestes et en conserve le souvenir dans sa mémoire. Par conséquent, le geste *propositionnel*, constitutif de la mémoire, est le geste spécifique de l'homme, être de parole.

### Rythme binaire

Les recherches anthropologiques de Jousse mettent en évidence la structure binaire de l'être humain, qu'il qualifie d'« être à deux battants ».<sup>4</sup> En effet, quand il marche, l'homme avance selon un rythme binaire et non pas en sautillant. Son rapport à la parole porte également la marque du bilatéralisme. Dans l'acte de la pensée, l'homme pèse le pour et le contre, un peu comme sur les plateaux d'une balance ; les *gestes propositionnels* du langage s'ordonnent. Aussi, pour mémoriser un texte oral, l'homme lui applique-t-il généralement un rythme spécifique, qu'il élabore selon les lois du parallélisme binaire.

Sur la base de ces considérations anthropologiques, Marcel Jousse a étudié les traces d'oralité dans les saintes Écritures. Il a relevé dans la structure des psaumes, le « balancement » parallèle et bilatéral caractéristique de tout style oral : *Car mon péché moi je le connais, / ma faute est toujours devant moi. Contre toi, toi seul, j'ai péché, / ce qui est mal à tes yeux, je l'ai fait* (psaume 50).

- 1 • Marcel Jousse, *L'Anthropologie du geste*, Paris, Resma 1969, p. 9.
- 2 • Ceci dès 1925 dans son œuvre *Le style oral*. Cf. le ch. VIII du *Style oral rythmique et mnémotechnique chez les verbo-moteurs*, Paris, Gabriel Baron, Fondation Marcel Jousse 1981, pp. 96-123.
- 3 • Aristote, *Poétique*, IV,2. Citation reprise par Jousse au moment où il présente le « rythme-mimisme », in *L'Anthropologie du geste*, op. cit., p. 54.
- 4 • *L'Anthropologie du geste*, op. cit., p. 194.

Etudiant le phénomène des unités de souffle, Jousse a en outre repéré que dans l'original hébreu, la structure des psaumes tient compte des nécessités de la respiration. Ainsi, dans le psaume 50 cité ci-dessus, chacune des quatre incises correspond à une unité de souffle.<sup>5</sup>

Le jésuite releva encore dans la Bible plusieurs autres caractéristiques du style oral. Ainsi les versets 5 et 6 du prologue de l'Evangile selon saint Jean montrent bien ce balancement parallèle. Tous les autres versets sont ensuite construits selon le système des *mots-crochets* : le mot par lequel se termine une incise, est le même par lequel commence l'incise suivante : « En commencement était la Parole / et la Parole était face-à-face en Dieu / Et Dieu, elle l'était la Parole / Elle était en commencement face-à-face en Dieu. »

Ces éléments se retrouvent dans toutes les cultures orales - dont la culture sémitique dans laquelle est né l'Evangile selon saint Jean - parce qu'ils permettent la mémorisation des textes.

## Souci pédagogique

La mère de Marcel Jousse elle-même avait enseigné oralement à son fils les textes de l'Écriture (qu'elle connaissait dans le dialecte sarthois). Aussi fut-il conquis par le rapport amoureux qui unit

le peuple juif à la parole. Jousse étudia tout particulièrement la culture orale des paysans des bords du lac de Tibériade et de Galilée, dans laquelle s'insère la prédication de Jésus (comme l'attestent les analogies de la vigne, du grain de sénevé ou du grain de blé tombé en terre). Pour Jousse, Marie, Jésus et les apôtres avaient été enseignés, et ont enseigné à leur tour, selon les schémas d'oralité de leur milieu. Les disciples de Jésus étaient en effet capables de retenir au mot près ses enseignements, avant de les transmettre.<sup>6</sup>

*La manducation de la parole*,<sup>7</sup> pour reprendre le titre d'un de ses ouvrages, constitue l'une des plus grandes intuitions de Jousse. De même que dans la nutrition l'homme tire son énergie des énergies qui l'entourent, de même la parole de l'« enseigneur » doit être assimilée par l'« appreneur », à fortiori lorsqu'il s'agit de la Parole de Dieu : « Pourquoi les premiers chrétiens mettaient-ils côte à côte le Verbe-Parole et le Verbe-Pain ? Parce qu'ils avaient la

Marcel Jousse



- 5 • Après le concile le Vatican II, une disposition graphique des textes par unités de souffle fut adoptée pour le bréviaire et tous les livres de la liturgie catholique et romaine, afin de faciliter la respiration et la diction des lecteurs.
- 6 • De façon similaire aujourd'hui, on peut entendre des Africains de culture orale restituer au mot près tout un récit qu'ils ont mémorisé à la première écoute.
- 7 • Paris, Gallimard 1975, 288 p.

tradition qui remontait à léshoua lui-même (...) Vous faites faire la première Communion à vos enfants, pourquoi ne leur faites-vous pas faire aussi leur première Récitation de la Parole de Dieu ? »<sup>8</sup>

C'est ainsi que débuta vers 1928, dans un souci pédagogique, la rythmo-catéchèse,<sup>9</sup> laboratoire ou atelier pratique de l'anthropologie biblique de Jousse. Parallèlement, le jésuite mit en scène des récitatifs bibliques au Théâtre des Champs-Élysées. Par rapport aux traditions juives et musulmanes qui recourent aussi à la mémorisation des textes sacrés, Jousse ajouta ainsi l'usage des gestes.

On sait combien dans l'Évangile, la parole efficace du Seigneur s'accompagne de nombreux gestes, pour prier, guérir, enseigner... L'eucharistie et le lavement des pieds sont pour Jousse les deux « mimodrames » liturgiques qui montrent que la transmission s'appuie sur les gestes. Le geste ressort donc de la pédagogie et aide la mémoire. Pour mémoriser, Jousse avait donc recours à la jonction du texte, de la cantillation<sup>10</sup> et de la gestuation que sous-tend le mouvement rythmique du balancement.

## Mémoire vivante

La gestuation de la parole est un enjeu très actuel pour la catéchèse, au sens étymologique de ce terme qui signifie « récitation en écho ».

Les mémoires technologiques et donc artificielles sont hautement développées aujourd'hui, mais la vie réelle qui traverse l'homme en son corps, en son cœur et en son intelligence lui impose de retrouver l'usage de la mémoire vivante. Car le corps humain garde effectivement la mémoire vivante des enseignements de l'Écriture et des évé-

nements de l'existence, comme la tradition chrétienne le dit de Marie, figure accomplie de la femme et fille d'Israël. De nombreux chrétiens voient dans l'œuvre du Père Jousse une invitation à recevoir et à garder en mémoire la Parole de Dieu, à se rassembler autour d'elle et à se laisser transformer par elle. Ils pourront ainsi favoriser parfois l'unité des communautés et la fécondité des échanges œcuméniques.

Marcel Jousse était un prophète de *Rabbi léshoua*. Sa connaissance approfondie de l'*anthropos* ouvre sur la connaissance de Jésus, vrai homme et vrai Dieu, le « parlant » par excellence.<sup>11</sup> En devenant à leur tour des « parlants », par la *manducation de la parole* vivante du Seigneur, les chrétiens sont invités à retrouver le dynamisme de leur foi ; une foi à mettre concrètement en œuvre dans les gestes de l'existence, à l'exemple de ce qu'a vécu et commandé Jésus.

N. C.

8 • **Gabrielle Baron**, *Mémoire vivante*, Paris, Le Centurion 1981, p. 88.

9 • En 1932, Marcel Jousse créa l'Institut de rythmo-pédagogie avec un groupe d'anthropologistes et de pédagogues. (n.d.l.r.)

10 • Lecture psalmodiée d'un texte. (n.d.l.r.)

11 • Selon un autre titre de **Marcel Jousse**, *La parole, le parlant et le souffle*, Paris, Gallimard 1978, 330 p., expression jousienne du mystère de la Trinité.

# Catéchèse

## Pratiquer les récitatifs

● ● ● **Catherine Gachet**, Genève  
Service catholique de catéchèse

Mémoriser et « mâcher » la Parole à travers les récitatifs bibliques fait que celle-ci s'inscrit dans tout notre corps.<sup>1</sup> Mon expérience personnelle me montre qu'un récitatif appris et vécu est une Parole qui reste ancrée durablement et qui continue à faire écho dans ma vie.

Après une première étape d'apprentissage du récitatif biblique, après avoir pu l'intégrer, puis le vivre pour soi-même, un deuxième temps permet le partage de ce qui a été vécu : comment tel geste, telle parole m'a touché-e, questionné-e ? Qu'est-ce que cela me fait découvrir aujourd'hui ? Ainsi, les expériences des un-e-s et des autres viennent encore enrichir le vécu personnel. Les récitatifs peuvent être appris par des personnes de tous âges et de toutes cultures. Ils se vivent par ailleurs très bien dans des groupes intergénérationnels. « Les récitatifs peuvent être pratiqués pour entrer dans la découverte ou l'approfondissement d'un passage biblique, mais aussi pour introduire un temps de prière ou de célébration ou encore dans un cadre catéchétique. Ils

sont proposés à des groupes restreints comme à une assemblée plus large. D'une grande souplesse, ils sont susceptibles d'enrichir des propositions spirituelles ou catéchétiques. »<sup>2</sup>

### La Parole au centre

Dans le cadre de la catéchèse actuelle, qui souhaite favoriser une rencontre personnelle avec le Christ, les récitatifs sont non seulement un outil supplémentaire, mais surtout une très belle façon de mettre la Parole au centre, de pouvoir la découvrir, l'habiter, la méditer. La nouvelle collection catéchétique *A la rencontre du Seigneur* intègre dans ses modules et autres propositions quelques-uns de ces récitatifs, tantôt pour découvrir un récit biblique, pour vivre un temps d'atelier ou pour un moment de méditation.

En collaboration avec l'association française Parole & Geste, le Service catholique de catéchèse à Genève organisera dans le canton, le 12 janvier 2013 une journée-découverte.<sup>3</sup>

C. G.

pastorale

*Un récitatif biblique permet de vivre une Parole de Dieu avec tout son être : par le texte, la mélodie, le rythme, le geste. Très intéressé par cette démarche, le Service catholique de catéchèse à Genève souhaite la faire connaître à d'autres : assistants pastoraux, prêtres, animateurs en catéchèse, parents...*

1 • Voir l'article de **Noël Couchouron**, aux pp. 24-26 de ce numéro.

2 • Site de l'association Parole & Geste : <http://parole-et-geste.org>.

3 • Pour en savoir plus, Service catholique de catéchèse, 14, rue du Village-Suisse, 1205 Genève, ☎ ++41 22 807 12 65, [info.scc@cath-ge.ch](mailto:info.scc@cath-ge.ch).

# La prière des mains

●●● **Michel Wackenheim**, Strasbourg

Archiprêtre de la cathédrale, compositeur,<sup>1</sup>

rédacteur en chef de « Signes d'aujourd'hui » et « Signes musiques »

*La liturgie n'est pas au service de la prière individuelle, qui permet toutes les attitudes et tous les gestes qu'on voudra, mais au service d'un peuple que l'Eglise invite à s'exprimer par des attitudes et des gestes transmis de siècle en siècle. Parmi ces gestes, ceux qui sont accomplis par les mains sont particulièrement déterminants.*

La main est, après la parole, le signe qui dit le plus puissamment les pensées et les sentiments de l'être humain. Dans la liturgie catholique, cela se traduit, tout d'abord, par les gestes (simplement expressifs) qui accompagnent des paroles et en amplifient la portée. Ainsi en est-il des mains étendues lors du premier souhait du prêtre à l'assemblée eucharistique : « Le Seigneur soit avec vous. » Elles soulignent la grandeur de ce souhait, le même que celui adressé par l'ange Gabriel à Marie (Lc 1,28). Ou encore lorsque nous nous frappons la poitrine au moment du « Je confesse à Dieu » et du « Seigneur, je ne suis pas digne » ; ou lorsque le prêtre tient les mains jointes et invite le peuple à la prière en disant : « Prions ensemble » ; ou lorsqu'il lève les mains vers le Père et l'invoque dans une oraison ou lorsqu'il les étend sur les offrandes pour invoquer l'Esprit ; ou lorsque les fidèles lèvent les mains en récitant le *Notre Père* (qui aident tout l'être à s'élever vers le lieu mystérieux où habite le Père de toute grâce) ; etc.

Dans l'histoire, le geste des mains levées est pratiqué dès la plus haute Antiquité. Massivement présent dans la prière du psalmiste (Ps 27,2 ; 43,21 ; 62,5 ; 76,3 ; 87,10 ; 133,2 ; 140,2 ; 142,6), il a été très tôt celui du peuple chrétien, comme en témoignent certaines peintures des catacombes ainsi que la pre-

mière épître à Timothée : « Je veux donc que les hommes prient en tout lieu, levant vers le Ciel des mains saintes, sans colère ni dispute » (1 Tm 2,8).

Signe de supplication, le geste des mains levées évoque aussi, pour Tertullien et d'autres Pères, l'offrande du Christ qui, les bras étendus sur la croix et les mains traversées de clous, prie son Père : « Entre tes mains, je remets mon esprit » (Lc 23,46).

Sur la croix, Jésus est désarmé et pourtant victorieux. Le geste du vaincu (auquel on dit : « Haut les mains ») est un pur acte de reddition : le vaincu n'a plus ni puissance ni possibilité d'agir par lui-même. Le geste du chrétien qui, à la suite du Christ, tient ses mains levées vers le Père est, au contraire, un geste de haute espérance. « Les mains levées, dit saint Jean Chrysostome dans l'une de ses homélie baptismales, signifient que vous êtes [les catéchumènes] le butin du Christ et que vous allez au-devant d'une nouvelle captivité [après avoir été délivrés de celle de Satan]. »

D'autres gestes de la main (éminemment symboliques) donnent à voir une réalité d'ordre spirituel : le geste baptismal (« Je te baptise... ») ; le geste de la confirmation (« Sois marqué par

1 • Auteur d'une centaine de chants liturgiques.

l'Esprit saint ») ; celui du pardon (« Au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit, je vous pardonne tous vos péchés... ») ; le geste du lavement des mains du prêtre après l'encensement des oblates au seuil de la prière eucharistique (pendant qu'il dit à voix basse : « Lave-moi de mes fautes, Seigneur, purifie-moi de mon péché ») ; le geste de paix qui, à la messe, suit la prière pour la paix et qui signifie la paix du Christ, reçue pour être transmise aux frères (...et qui appelle autre chose qu'une vulgaire et banale poignée de main) ; le geste de la fraction du pain, qui, avant la Communion, n'a pas seulement un motif pratique, mais signifie avec force « que les multiples fidèles, dans la Communion à l'unique pain de vie qu'est le Christ, mort et ressuscité pour le salut du monde, deviennent un seul corps »<sup>2</sup>...

le signe de l'appartenance à Jésus le Christ, condamné par Ponce Pilate à mourir sur une croix. La branche verticale rappelle au baptisé qu'il est enfant du Père des cieux, et la branche horizontale que le Fils fait de lui un frère ou une sœur de tout homme et que l'Esprit saint l'unit à l'humanité entière. Sur cette croix, Jésus va jusqu'à l'extrême limite de l'amour : « Il n'y a pas de plus grand amour, a-t-il dit, que de donner sa vie pour ceux que l'on aime » (Jn 15,13). Ce mystère de la vie livrée, la prière eucharistique IV l'exprime par ces mots qui s'adressent au Père : « Quand l'heure fut venue où tu allais le glorifier, comme il avait aimé les siens qui étaient dans le monde, il les aima jusqu'au bout... »

*Prière eucharistique*

## Le signe de croix

Un geste, enfin, est d'une haute importance, car il est le signe par excellence de l'espérance des chrétiens : le signe de croix. Dès le début de la célébration du baptême, le prêtre, les parents, le parrain, la marraine, éventuellement les grands-parents et les amis, marquent le front de l'enfant du signe de croix : celui qui est mort sur la croix le Vendredi saint est aussi celui que le Père a ressuscité au matin du saint jour de Pâques. Ainsi, le signe de croix est le tout premier geste d'accueil de l'Eglise. Cet enfant commence à être configuré au Christ.

En effet, le signe de croix, que l'enfant apprendra bientôt à faire lui-même, est



2 • *Présentation générale du Missel romain* (PGMR) 2002, n° 83.

**Michel Wackenheim,**  
*Gestes & signes de la*  
*foi*, Paris, Salvator  
 2009, 156 p.

En fait, la croix nous dit qui est notre Dieu : il est Dieu Trinité. Parce qu'il veut nous faire prendre part à sa vie, le Père envoie son Fils. Parce qu'il veut être fidèle au désir de son Père, le Fils accepte de mourir sur une croix. Et parce qu'il est le souffle du Père et du Fils ressuscité, l'Esprit saint fait de nous les enfants de Dieu.

Tracer sur nous le signe de croix, c'est nous marquer de l'amour passionné de Dieu et c'est en même temps y répondre : à celui qui se donne à moi sans réserve, je veux moi aussi me donner sans réserve, en l'aimant comme il m'aime.

## Lors de la messe

On ne s'étonnera donc pas que la messe, elle aussi, s'ouvre sous le signe par excellence de l'espérance des chrétiens. L'entrée de la *Croix au milieu du peuple* signifie que le Salut nous est venu et nous vient par le mystère de la Croix glorieuse. C'est autour d'elle que nous nous rassemblons et que nous « levons les yeux vers celui qu'on a transpercé » (Za 12,10 ; Jn 19,37). Et le signe de croix *sur lui-même* fait prendre conscience au baptisé de sa relation au Père, par le Fils, dans l'Esprit, et par-là même de sa vocation d'enfant de Dieu.

Mais ce n'est pas tout. Au moment de la proclamation de l'Évangile, le prêtre, après avoir dit « Évangile de Jésus Christ selon saint... », trace le signe de croix sur l'évangéliste et sur lui-même au front, à la bouche et à la poitrine, pour signifier l'impact que la Bonne Nouvelle de la croix-résurrection doit avoir sur notre pensée, notre langage et notre volonté. Plus tard, au moment de l'épiclese sur les dons, il fera le signe de croix sur le pain et le vin. Enfin,

quand viendra le rite de conclusion, il bénira l'assemblée en faisant le signe de croix sur elle : « Que Dieu tout-puissant vous bénisse, le Père, le Fils et le Saint-Esprit. »

Que ce soit lors d'un baptême, d'une messe, d'un autre sacrement ou encore lors d'un sacramental, les signes de croix que fait le prêtre pour consacrer ou bénir ont tous le même sens : c'est par le Christ, mort sur la croix et vivant au matin de Pâques, que vient du Père toute bénédiction et que remonte vers lui, dans l'Esprit, toute bénédiction.

Dans son livre célèbre *Les signes sacrés*, publié en 1922, Romano Guardini consacre un chapitre au signe de croix.<sup>3</sup> Son propos n'a rien perdu de sa vigueur : « Vous faites le signe de croix ? Faites-le bien. Pas de geste estropié, hâté, qui n'ait plus aucun sens. Non ! Un signe de croix, un vrai ; lent, large, du front à la poitrine, d'une épaule à l'autre. Sentez-vous comme ce geste vous enveloppe ? Recueillez-vous, rassemblez dans ce signe toutes vos pensées et tout votre cœur : vous sentirez combien il vous saisit, vous sacre, vous sanctifie. Pourquoi ? C'est le signe du Tout, le signe de la Rédemption. Sur la croix, Jésus sauva l'humanité entière ; par elle, il sanctifie tous les hommes jusqu'au plus profond de leur être... Songez-y, chaque fois que vous faites le signe de croix, le plus saint des signes qui soit. Faites-le bien : lent, large, avec attention. Il enveloppera ainsi tout votre être, intérieur et extérieur, pensées et vouloirs, cœur et sens, tout ; il le fortifiera, le signera, le sanctifiera par la force du Christ, au nom du Dieu en trois Personnes. »

**M. W.**

3 • Traduction en français, Paris, Spes 1930, 96 p. (n.d.l.r.)

# Une histoire des corps ?

●●● **Philippe Lefebvre o.p.**, Fribourg

Professeur en Ancien Testament à l'Université de Fribourg<sup>1</sup>

Il y a quelques années, travaillant sur le livre des Juges, je m'aperçus que les derniers chapitres (Jg 17-21) étaient désignés dans plusieurs Bibles modernes comme un « appendice » à ce livre.<sup>2</sup> Il est vrai qu'ils racontent des faits du terroir et ne proposent pas, comme les chapitres précédents, des notices sur des Juges d'Israël.

Cependant le terme « appendice » relève d'un choix éditorial fort, connotant l'idée d'une présence accessoire, voire superflue. Or y figure le récit terrible d'un viol collectif. Une femme, concubine d'un lévite, est abusée par les hommes de Guibéa, une cité de la tribu de Benjamin, puis son corps est dépecé par le lévite, en un geste aussi atroce qu'énigmatique, chacun des douze morceaux étant envoyé à une des douze tribus (Jg 19). Les conséquences de cette affaire, lesquelles touchent tout Israël, sont racontées dans les deux chapitres suivants qui

terminent le livre : l'ensemble de ce fait divers, qui prend une ampleur nationale, occupe le sixième du livre.<sup>3</sup>

Qualifier d'appendice une partie si importante, d'abord au point de vue quantitatif, semble donc inapproprié. Mais surtout, Juges 19 place au centre du récit le corps d'une femme, un corps abusé, mis à mort, découpé. Classer une telle histoire dans un « appendice », n'est-ce pas, d'une certaine manière, participer à la violence évoquée dans ces pages ? Comme si l'humiliation et l'anéantissement d'un corps n'étaient finalement que des phénomènes marginaux, sans rapport avec le propos essentiel du livre.

Pourtant le récit de Juges 19 est objectivement en liens étroits avec d'autres chapitres du livre des Juges consacrés aux femmes et éventuellement aux violences qui leur sont faites ; et puis, il inaugure une série de textes, qui lui sont apparentés dans les livres suivants.

On place parfois le livre de Ruth après celui des Juges parce que cet opuscule raconte un récit du temps des Juges : deux femmes, Noémi et Ruth, passent de l'humiliation au relèvement, faisant avec Dieu un chemin de salut.<sup>4</sup> Viennent ensuite les deux livres de Samuel qui évoquent l'émergence des rois messies en Israël. Ils mettent d'abord en scène Elqana et Anne (1 S 1-2), un couple venu de la même région que le lévite et sa concubine : la montagne

*La Bible développe-t-elle une histoire des corps ? L'auteur de cet article est enclin à le penser et même à militer pour cette proposition. Voici un bref parcours qui en appelle à une lecture de la Bible centrée sur les corps.*

- 1 • Voir la recension de son dernier ouvrage, *Joseph*, à la p. 49 de ce numéro. (n.d.l.r.)
- 2 • La Bible de Jérusalem emploie ce mot en titre pour les cinq chapitres finaux. Osty et la nouvelle TOB l'utilisent en note pour présenter cette dernière partie.
- 3 • 103 versets sur les 618 que comporte le livre des Juges.
- 4 • Le classement le plus ancien du livre le situe après le livre des Juges dans la grande division des Prophètes ; dans l'ordre adopté dans le judaïsme désormais, Ruth appartient aux « cinq rouleaux » placés dans les Ecrits.

d'Ephraïm. Anne prie au temple de Silo, dans l'ambiance délétère qu'y font régner deux prêtres infâmes, qui s'emparent du meilleur des sacrifices et violent les femmes venues au sanctuaire. Anne annonce, dans un cantique inspiré, que le Seigneur enverra à son peuple un roi ayant reçu l'onction (1 S 2,10).

## Les lieux du corps

Ce premier messie, quelques décennies plus tard, est Saül : c'est un homme de la tribu de Benjamin, issu de la cité de Guibéa, qui devient désormais sa capitale. Le premier messie d'Israël est donc établi là même où un corps anonyme a été violenté et mis en pièces. Le premier geste officiel de Saül en tant que roi est de réunir le peuple dans l'urgence afin de combattre l'ennemi ammonite. Pour battre le rappel, Saül, envahi par l'Esprit du Seigneur, immole ses bœufs, les dépèce et en fait porter une part à chacune des douze tribus (1 S 11). C'est comme si le corps de la concubine avait laissé, à Guibéa, une trace tangible dans l'espace et le temps, qui se réactualise longtemps après les faits. Le verset qui évoque l'immédiat rassemblement du peuple après réception d'une part du bœuf immolé reprend exactement celui qui racontait comment le peuple s'était rassemblé après avoir reçu une part du corps de la concubine : tout le monde se réunit « comme un seul homme » (Jg 20,1 et 1 S 11,7). Un corps fractionné peut-il être fauteur d'unification ? Apparemment oui. On voit par cet exemple rapidement évoqué que le fait de prendre en compte le corps ou de le reléguer à une place subalterne sans voir en lui un élément substantiel du texte change considérablement la lecture. On peut aboutir à une histoire sans chair, qui tente de

déceler dans le texte biblique l'expression alternée de différentes tendances (pro-monarchique, anti-monarchique, etc.) ou bien on peut lire la Bible comme une histoire de la chair, où le corps est le « lieu » de ce que l'on appelle révélation.

## Déni ou souci du corps

Notre exemple de la concubine de Guibéa dit suffisamment que le corps peut d'abord se définir négativement : c'est ce que l'on oublie. Les habitants de Guibéa font peu de cas du corps de la femme qu'ils violentent ; ensuite, ils ne veulent rendre aucun compte : selon eux, il ne s'est rien passé, le corps est dénié. Chez les biblistes aussi qui éditent ce texte, le corps mis à mal est rétrogradé à l'état d'appendice...

Beaucoup de textes bibliques montrent comment, quand le souci du corps des autres disparaît, le meurtre pointe son museau bestial. Quand Caïn commence à voir d'un mauvais œil son frère Abel, le Seigneur aborde Caïn et lui pose des questions : « Pourquoi est-ce que cela te brûle et pourquoi ton visage est-il tombé ? » La traduction, souvent moralisée (« pourquoi es-tu irrité ou jaloux et pourquoi as-tu le visage abattu ? »), tend à émousser des paroles qui portent avant tout sur le corps : Dieu évoque des symptômes.

Si Caïn arrivait à verbaliser les manifestations physiologiques qui le perturbent (échauffement et affaissement), cela amorcerait peut-être un dialogue - une consultation - avec Dieu. Prenant conscience de son corps et de ses affects, les analysant devant le témoin averti qui s'adresse à lui, il se distancierait de la pulsion qui l'assaille et pourrait, comme le Seigneur le dit, « la dominer » (Gn 4,7). En apprenant à tenir compte de son corps, il s'habitue-

rait aussi à prendre en considération le corps des autres, de son frère Abel en tout premier lieu.

Mais Caïn ne répond pas au Seigneur, pas plus qu'il n'adresse la parole à Abel. Il l'emmène dans une promenade sans retour : « Tandis qu'ils étaient dans les champs, Caïn se dressa contre son frère Abel et le tua » (Gn 4,8). L'attitude qui consiste à « oublier » le corps perdu alors : quand Dieu l'interroge, Caïn prétend ne pas savoir où se trouve Abel. Mais Dieu lui répond par un propos gorgé de termes se référant au corps, ce corps dont Caïn ne veut pas entendre parler : « La voix du sang de ton frère crie vers moi du sol (...), le sol qui a ouvert sa bouche pour prendre de ta main le sang de ton frère » (Gn 4,10-11).

Désormais le souci du corps est au centre de bien des histoires de la Bible. Il sert à révéler une situation et à en qualifier les protagonistes : ceux qui sont prêts à jeter aux oubliettes de l'histoire les corps gênants et ceux qui, au contraire, promeuvent le corps, le mettent au centre de leurs préoccupations.

Dans les psaumes, les méchants sont décrits comme des prédateurs, toujours prêts à « manger la chair » des autres, à sortir leurs crocs,<sup>5</sup> même si tout se passe dans une ambiance feutrée. On y fait souvent allusion à la langue flatteuse, caressante de ces rapaces qui, une fois qu'ils ont happé leurs victimes, les engloutissent dans le « tombeau béant » de leur gosier (Ps 5,10). Tout au contraire, le roi que l'on espère est celui qui « rachètera la vie [des pauvres] de l'oppression et de la violence. Leur sang est d'un grand prix à ses yeux » (Ps 72,14).

Le début de la Genèse mentionne le corps perdu d'Abel ; la fin du livre est tout occupée par le corps de Joseph. Ses frères, qui ont voulu le tuer, l'ont finalement vendu comme esclave, mais ils font croire à leur vieux père, Jacob, que le jeune homme a été mis en pièce par une bête féroce (Gn 37) - le corps dépecé est décidément une réalité récurrente dans la Bible. Joseph fait son chemin en Egypte et y devient vizir. Il rencontrera ses frères bien des années après et, au terme d'une longue préparation, se donnera à reconnaître. Le corps résurgent de Joseph s'impose à eux et Joseph leur explique avec insistance son secret : « Ce n'est pas vous qui m'avez envoyé ici, c'est Dieu » (Gn 45,8).

La vie du corps, son déploiement opéré contre toute attente ne découlent donc pas d'une force interne ni d'un principe de résilience se déclenchant automatiquement. Le corps trouve son authentique définition dans ce que Dieu fait pour lui. Le corps de Joseph se donne à voir dans toute sa vérité corporelle en ce qu'il est retrouvé, redonné.

## Présence de Dieu

Le corps n'est donc vraiment corps que dans l'intimité qu'il partage avec Dieu. « Je suis avec toi », dit le Seigneur dans un songe à Jacob qui part, seul, chez son oncle Laban (Gn 28,15). Et Jacob, au réveil, développe cette affirmation : « Si Dieu est avec moi et me garde sur la route où je vais, s'il me donne du pain à manger et des habits pour me vêtir, si je reviens sain et sauf chez mon père, alors le Seigneur sera mon Dieu » (Gn 28,20-21). On peut trouver ce propos un peu décevant : Jacob n'est-il pas en train de marchander sa foi en faisant de sa santé per-

5 • Voir par exemple psaumes 7,3 ; 27,2 ; 57,5 ; 58,7 ; 59,3-4, 7-8, 15-16 ; 124,2-6.

**Philippe Lefebvre et Viviane de Montalembert,**  
*Un homme, une femme et Dieu. Pour une théologie biblique de l'identité sexuée,*  
Paris, Cerf 2007, 480 p.

**Philippe Lefebvre,**  
*Livres de Samuel et récits de résurrection. Le messie ressuscité selon les Écritures*,  
Paris, Cerf 2004, 512 p.

sonnelle le registre où il attend que Dieu se manifeste ? En fait, Jacob situe les choses au bon endroit : dans le concret de la chair qui aspire d'abord à être secourue et protégée.

Dans l'Évangile de Matthieu, Jésus donne comme ultime enseignement avant d'entrer dans sa passion la fameuse scène du jugement final. Le roi réunit tous les humains et les distingue uniquement en ce qu'ils ont eu - ou pas - le souci du corps des autres : « J'ai eu faim et vous m'avez donné à manger (...), j'étais nu et vous m'avez vêtu (...). Dans la mesure où vous l'avez fait à l'un de mes frères - à ces tout petits - c'est à moi que vous l'avez fait » (Mt 25,35-36). Le souci du corps qualifie donc Dieu et ceux qui pratiquent ses mœurs.

Si Dieu est si présent au corps, si soucieux du corps, c'est qu'il en est le Créateur et le protecteur. Disons-le d'une manière audacieuse : le corps attire Dieu ; c'est là qu'il espère nous rejoindre de la manière la plus intime possible - ce que les chrétiens nommeront l'Incarnation. Déjà dans l'Ancien Testament, il semble se faire connaître parfois « en chair et en os ». Il vient en effet auprès d'Abraham avec deux acolytes (Gn 18,1) : ces deux « hommes », appelés ensuite « anges », sont distingués du Seigneur qui, lui, « se tenait devant Abraham » (Gn 18,22 et 19,1).

## Le corps dansant

Il est un être mystérieux qui appartient à la sphère divine et qui est évoqué dans sa réalité corporelle : la Sagesse. Dans le livre des Proverbes, elle prend la parole à plusieurs reprises et se présente longuement : « Quand les abîmes n'étaient pas, je fus enfantée » (Pr 8,24). Présente avant toute création, « enfantée » et non créée, la Sagesse affirme

qu'elle était au côté du Seigneur quand il organisait le monde : « Je faisais ses délices jour après jour, m'ébattant tout le temps en sa présence, m'ébattant sur la surface de sa terre et trouvant mes délices parmi les enfants des hommes » (Pr 8,30-31).

Le verbe traduit par « s'ébattre », *sahaq*, signifie « rire, jouer ». La conjugaison à laquelle il est employé ici renforce son sens, d'où « s'ébattre » ou « danser ». La Sagesse, par sa danse de jubilation, accompagne le geste créateur de Dieu. Si, selon le chorégraphe hongrois Rudolph Laban, il n'y a que deux grands modes de l'activité humaine, faire et danser,<sup>6</sup> alors la Sagesse complète le « faire » divin par cette exultation corporelle. Elle manifeste qu'il n'y a pas d'acte authentique qui ne soit doublé par la joie.

Au commencement, Dieu créait vraiment parce que la Sagesse accueillait son travail au rythme de sa danse heureuse. Les chrétiens ont reconnu très tôt dans cette Sagesse la figure du Fils, né avant tous les siècles, se déployant au rythme du Père. Un personnage de la Bible donne une visibilité corporelle à cette danse inaugurale de la Sagesse : le messie David. N'ayant gardé qu'un pagne de lin, il « s'ébattait devant le Seigneur » (l'expression est la même qu'en Pr 8,30) dans la joie filiale d'être en présence de Dieu (2 S 6,5-21).

Il serait juste et bon de parler de l'Incarnation en terme de corps dansant. Le Christ, Sagesse éternelle et messie fils de David, révèle en son corps sa joie d'être à Dieu, de vivre parmi les humains, et son désir de nous faire entrer dans sa danse.

Ph. L.

6 • Voir **Michel Guérin**, *Philosophie du geste. Essai philosophique* (édition augmentée), Arles, Actes Sud 2011, p. 69.

# Danser

## Et ouvrir son univers

●●● **Interview de Claudia Gemsch**, Zurich  
professeur de danse et de yoga  
par **Lucienne Bittar**, Genève  
rédactrice en chef

**L. B. :** *Claudia, comment êtes-vous venue à enseigner la danse ?*

**Cl. G. :** « J'ai dansé très jeune enfant grâce à ma mère. Mais à onze ans, après sa mort, et sa maladie que j'ai vécue de près, le temps s'est arrêté pour moi. Je suis restée dans le deuil très longtemps. Les seules choses qui m'apaisaient étaient la musique et la danse. Mais une danse tournée vers le Ciel, vers ma mère... Je n'avais plus de racines.

» Des années plus tard, je suis partie étudier la danse en Afrique. Un de mes professeurs a repéré mon déséquilibre et m'a fait faire des danses guerrières. C'était la dernière chose à laquelle j'aspirais ! Evidemment, j'ai été initiée à bien d'autres danses primitives, liées aux éléments : la terre, le feu, etc. Ça a été très positif. J'ai trouvé l'équilibre entre ces deux pôles : les racines et l'espace. Et surtout j'ai renoué avec la joie et ma source de vie. Cette force que j'ai reçue, je veux la transmettre à mon tour. »

*Y a-t-il des cultures plus propices pour développer le lien à la Vie ?*

« Sur un plan inconscient, oui, je crois. C'est la vieille Afrique, vieille car le continent change sous l'influence de l'Occident. Ce qui m'a particulièrement frappée, c'est la capacité des Africains à être dans la gratitude. Après le tremblement de terre en Haïti, nous pouvions les voir ouvrir les bras, chanter et danser pour dire merci, dans une attitude de confiance en la vie. Leurs corps semblaient sans blocage en dépit des horreurs vécues. »

*Lorsque vous enseignez, vous vous référez souvent aux forces de la nature. Vous parlez de la « clarté du soleil », de « traverser les nuages »... Des phrases accompagnées de gestes d'ouverture ou de fermeture. Est-ce une forme de prière ?*

« Pour moi, la danse, c'est la prière, car l'esprit, le corps et l'âme vont ensemble. Les premières personnes qui m'ont d'ailleurs ouvert les portes de leur institution pour que j'y enseigne, ce sont les bénédictines des monastères de Bonn et de Cologne. »

*Vous vous référez durant vos cours à l'énergie et à la spontanéité du petit enfant qui habite son corps de façon naturelle.*

*De père médecin et de mèreoureuse des beaux-arts, Claudia Gemsch' n'a cessé d'explorer la danse, parallèlement à une formation en sciences de l'éducation et en histoire de l'art à l'Université de Bonn. Elle a ensuite étudié la danse à Haïti et en Afrique, Sénégal, Togo) où elle a développé sa réflexion sur les liens entre mouvements du corps et mouvements de l'âme. Elle anime aujourd'hui des ateliers de processus créatif à travers la danse africaine, en Suisse et en Allemagne, et collabore avec l'Université de Bâle et avec Santé suisse.*

« Oui, mais il ne s'agit pas de retrouver notre enfant intérieur à un âge fixe, 3, 4 ou 5 ans, mais de se reconnecter à notre enfant en développement. Il y a des gens qui, sous certains aspects, ont cessé à un moment donné de grandir suite à un traumatisme. A travers la danse, la personne peut rejoindre cet enfant, le prendre par la main, pour l'accompagner dans son développement. »

***Rester curieux, expérimenter de nouveaux mouvements, oser se risquer à quitter un chemin connu, c'est important ?***

« Quand une personne arrive à dépasser les limites qu'elle s'est fixées, à s'élargir, à percevoir et à recevoir ce que la vie peut lui donner, c'est pour elle un soulagement et un chemin éducatif pour son esprit. Elle se sent fière et retrouve une dignité. C'est pour cela que je parle de processus créatif. Nul n'est établi dans un état d'être. Nous sommes tous en chemin, comme les nomades, et nous pouvons donner une direction à ce chemin, même si nous ne savons pas où il nous mènera.

» Cependant il faut un guide. Si on laisse une personne seule avec elle-même, elle va répéter toujours les mêmes gestes, ceux qui lui appartiennent déjà. Le professeur est là pour aider l'élève à intégrer des mouvements qu'il n'imaginerait même pas pouvoir accomplir. Danser transforme la façon d'appréhender la vie, d'où qu'on vienne et quelle que soit notre apparence. Chacun peut apprendre d'autres gestes, d'autres pas, un autre langage. Et expérimenter que ce qu'il connaît de lui-même n'est pas exhaustif.

» Une femme, qui suit mes cours depuis 20 ans, m'a dit dernièrement : "J'ai 59 ans et aujourd'hui j'ai découvert des espaces en moi dont j'ignorais

l'existence. C'est une grande joie." Chacun de nous a plus de sagesse en lui que ce qu'il perçoit consciemment. Notre corps, nos cellules sont habités de l'expérience des générations précédentes.

» Danser, c'est donc comme voyager, s'instruire et se transformer grâce à la rencontre avec autrui. Pendant que tu danses, tu ouvres une porte, puis une autre, tu atteins des couches de plus en plus profondes. Tu dépasses ton nom, tes étiquettes, tes rôles, pour découvrir que tu es beaucoup plus, pour arriver à ton centre, à l'âme. La danse aide à refaire le lien avec son cœur, ses émotions, son intériorité. C'est là le processus. »

***Pourquoi commencez-vous vos cours par un « nettoyage des énergies » ?***

Quand les élèves arrivent au cours, après une journée de vie, ils emmènent avec eux leurs contrariétés, leurs inquiétudes. Ils sont dans le mental. Leur corps est bloqué. Le travail de départ consiste à les faire entrer dans le corps physique, dans une énergie positive. Le premier pas sera de leur faire sentir leurs pieds, puis leur souffle. Lorsque nous respirons par le ventre, nous revenons "chez nous", dans notre moi, de plus en plus profondément. Jusqu'à entrer dans un silence habité. C'est alors que le processus créatif peut commencer.

***Es-ce la raison pour laquelle vous ne rentrez pas dans les plaintes des participants ?***

Oui, j'ai appris cela avec certains élèves malades qui viennent tout de même danser. S'ils se focalisaient sur leur maladie, ils pourraient quitter la salle ! Mais ils se concentrent sur leur potentiel, sur les parties du corps qui vont

bien. Ils dansent, selon leur possible, en douceur certes, mais ils dansent. S'ils commençaient à s'arrêter sur leurs maux, à tenir à leur douleur, physique ou psychique, ils s'affaibliraient. Ce serait comme la mort avant la mort. Alors ils se centrent sur la vie.

» Parfois, à la fin d'un atelier, certains viennent vers moi et me parlent de leur maladie. C'est toujours un choc pour moi. J'apprends avec mes élèves. Leur ouverture dans la danse est si grande ! Ils ont conscience que la vie est courte. Alors, quand ils dansent, ils sont vraiment là, et ils se donnent la permission de vivre. »

### ***C'est d'autant plus important quand on travaille en groupe ?***

« Oui, dans un orchestre symphonique, si un violoniste a un rhume, il doit jouer tout de même. Dans la danse, c'est pareil. Chaque danseur a la responsabilité de préserver l'ensemble. C'est pourquoi je commence les ateliers par un travail en cercle. Le cercle renvoie à la symbolique du centre sacré, mais il symbolise aussi l'Univers et l'amitié. Nous qui vivons séparés, nous avons besoin de partager cet espace particulier.

» Quand tout un groupe fait le même mouvement, partage le même rythme, le champ énergétique change. C'est comme un corps qui tient. Dans le ballet classique, on parle d'ailleurs d'un corps de ballet. Je vois la classe comme un corps. C'est pour ça que je n'aime pas quand une personne quitte la salle ou casse le cercle. C'est comme un courant d'air. C'est, je crois, le sabotage inconscient d'une personne qui ne se permet pas d'entrer dans le processus. »

### ***Comment aider ces personnes ?***

« Si je suis au courant du problème d'une personne (et même si je ne le suis pas, car il y a des choses qui se sentent sans mots), je vais intégrer dans mon cours la faiblesse de cette personne, trouver des images pour la calmer. Les métaphores aident les personnes à se libérer, à exprimer ce qu'habituellement elles n'osent pas. Car l'auto-jugement est souvent très sévère : « Je dois ouvrir ces mains que je ne veux pas regarder... » Si j'introduis alors un symbole, comme recueillir un rayon de soleil, les gestes deviennent doux. Et si un élève respire très serré, je lui dis qu'il inspire le parfum des fleurs ; ainsi il peut s'ouvrir.

» Et il y a surtout le groupe, qui peut être très porteur et un véritable soutien. Quand on danse ensemble, le poids de la rencontre a une autre qualité que lorsqu'on discute. Quand un danseur regarde l'autre, qu'il l'entend, ça dépasse ses yeux et ses oreilles. Cela touche son cœur. Cela lui permet de s'ouvrir, de ne pas rester enfermé dans ses propres pensées et conceptions de vie, dans son petit cadre qui n'est pas la réalité de l'être humain. Il sent qu'il y a autre chose au-dessus de lui, au-delà de lui. Il expérimente qu'il n'est pas seul. »

**L. B.**

# Vieillir dans l'espérance

●●● **Rosette Poletti**, Lausanne

Infirmière en soins généraux et psychiatriques,  
formatrice à l'accompagnement de personnes en fin de vie

*Le nombre de personnes âgées augmente sans cesse. Il y a toujours plus de personnes entre 80 et 100 ans et plus. Les ouvrages qui traitent du vieillissement sont légion. Pourtant, il est un aspect du vieillissement qui n'est pas souvent traité, c'est celui du corps vieillissant comme catalyseur de développement spirituel.*

Aujourd'hui, le corps vieillissant est de plus en plus camouflé. On achète à grands frais des crèmes « anti-âge », on tente d'effacer les rides avec du botox ou des interventions de chirurgie esthétique. On colore ses cheveux blancs et lorsque quelqu'un nous donne dix ans de moins que notre âge, on se sent rassuré pour quelque temps.

Tous ces artifices n'y feront rien, un jour « des ans l'irréparable outrage » se fera sentir à nouveau et le processus du vieillissement continuera à avancer, à produire une lente décrépitude.

Ce qui complique le chemin du vieillissement, c'est surtout la tendance à créer un stéréotype et une discrimination contre les personnes âgées apparentée aux autres racismes. Ainsi, les vieux sont perçus souvent comme étant rigides, incapables d'évoluer, différents des autres humains, obsolètes. Ceci contribue à les isoler, les exclure, les rejeter, à les reléguer dans l'oubli et à dévaloriser leur expérience et leur sagesse. Trop souvent, on parle des problèmes de la vieillesse, du fardeau social et financier qu'elle engendre. L'*âgisme* est une manière de voir la vieillesse et de traiter les vieux qui doit disparaître ! Andrew Weil, un professeur de médecine américain bien connu,<sup>1</sup> postule que le vieillissement, la conscience de ce vieillissement et de la mort sont parmi

les rappels les plus puissants qui stimulent l'éveil spirituel.

Dans la vision chrétienne, le vieillissement peut être perçu comme un chemin vers Dieu, vers une plus grande ouverture au travail de l'Esprit en nous, vers le développement d'une intériorité et d'un sentiment de plénitude.

## Vitalité spirituelle

En Suisse et en France, il existe peu de retraites et de sessions de formations spécifiques visant à accompagner les personnes vieillissantes sur ce chemin spirituel. Ces temps de formation sont plus développés aux Etats-Unis, par exemple, où des cours par Internet sont proposés aux seniors sur le thème *Vieillesse et spiritualité* ou *Clés pour une vitalité spirituelle des seniors*. Des religieux, formés en gérontologie, proposent des parcours intitulés, *Vers une spiritualité du vieillissement*. L'un d'entre eux, André Mathieu,<sup>2</sup> Frère passionniste, propose un chemin en six points.

1 • Directeur du Programme de médecine intégrative à l'Université d'Arizona.

2 • Théologien et gérontologue au Bronx (New York).

1. *Vivre dans le présent.* Le passé est important. Les bons souvenirs renforcent le sentiment de bien-être et les souvenirs plus pénibles signalent qu'il y a encore un travail de guérison et de pardon à accomplir. Cependant, la vie ne peut être vécue que dans le moment, ce moment précieux qui nous est donné. C'est là que Dieu existe avec nous.

2. *Revoir sa vie* périodiquement, se donner l'occasion de la revisiter. Cela permet de voir la présence de Dieu tout au long du chemin et aussi de prendre conscience de ce qui peut encore être un obstacle ou un travail de l'Esprit en nous.

3. *Créer la paix en soi.* Revoir sa vie est un processus qui peut faire apparaître des situations inachevées, des conflits non résolus, des rancunes et des regrets. Toutes ces situations empêchent la paix du cœur et de l'esprit et ont besoin d'être considérées, en vue d'arriver au pardon et à la compassion.

4. *Développer son potentiel de croissance.* Contrairement au développement physique, la croissance spirituelle ne s'arrête jamais. Jusqu'au dernier souffle, l'accueil de l'Esprit saint peut agir et créer des transformations inattendues.

5. *Devenir un signe d'espoir.* La présence de personnes vieillissantes ou âgées, qui vivent parmi les autres en manifestant de la compassion, en étant concernées par ce qui les entoure, avec un sourire sur leur visage et un cœur grand ouvert, témoignent de la promesse du Christ : « Je suis venu afin qu'ils aient la vie et qu'ils l'aient en abondance. »

6. *Accepter le mystère de la souffrance et de l'injustice* en renonçant à trouver des réponses et en divisant en deux le mot *pourquoi* afin de découvrir *pour quoi* ? (pour faire quoi ?). Qu'est-il possible d'apprendre de cette situation de souffrance ou d'injustice ?

## Réconciliation

« L'évangélisation des profondeurs », pour reprendre un terme inventé par Simone Paccot, est l'une des tâches essentielles de la vieillesse. Le corps qui vieillit, le mental qui parfois trahit... on oublie, on peine à comprendre le fonctionnement du dernier gadget technologique. Qu'on le veuille ou non, le signal se fait entendre : la vie a une fin. Ce n'est pas la panne sèche, c'est plutôt comme sur les tableaux de bord des voitures récentes : il y a tout d'abord une inscription qui s'affiche, « niveau d'essence bas », puis viendra la petite lampe rouge, qui finalement se mettra à clignoter, annonçant l'urgence de trouver une station d'essence. « Temps de vie restant "bas". » Voilà ce que réalisent les personnes vieillissantes.

Certaines d'entre elles ignorent le signal ou tentent désespérément de se maintenir le plus « jeune » possible en apparence, comme pour tromper la mort. D'autres vivent ce rappel de leur finitude comme une possibilité d'apprendre à lâcher prise, à développer la non-interférence dans les relations avec les autres. Elles prennent conscience de l'importance des relations avec les autres et avec Dieu (lorsqu'elles croient en Lui) et de cette réconciliation profonde avec leur Créateur. Elles commencent à reconnaître la beauté de la nature, du silence, elles pratiquent la méditation, la prière, posent moins de jugements, augmentent leur capacité de compréhension et de pardon.

Elles se préparent ainsi à faire face aux quatre grands défis qui confrontent la vieillesse : la finitude, la solitude, le détachement et la mort.

Pour en savoir plus :  
**Anselm Grün, L'art de bien vieillir**, Paris, Albin Michel 2008, 208 p.

Qu'en est-il du développement spirituel lorsque le cerveau perd ses facultés ? C'est une grande interrogation ! Que reste-t-il lorsque la mémoire n'est plus là ? Lorsque la parole n'est plus possible ?

## Au-delà de l'observable

Il existe quelques témoignages poignants. Aude Zeller, dans son ouvrage *A l'épreuve de la vieillesse*,<sup>3</sup> décrit le chemin de sa mère, très croyante, menant à l'anéantissement de l'intégrité corporelle et psychique, son « combat » et aussi son ouverture à une conscience spirituelle malgré toutes les pertes de ses capacités cognitives.

« La foi, c'est de rester fidèle, dans les ténèbres, à ce qu'on a vu et à ce qu'on reverra, dans les moments de lumière. »

**Louis Evelyn**<sup>5</sup>

### Rosette Poletti à Notre-Dame de la Route

Rosette Poletti donne des sessions de développement personnel, notamment des week-ends psycho-spirituels, au Centre spirituel et de formation Notre-Dame de la Route (Villars-sur-Glâne). Pour ses prochaines interventions, voir <http://www.ndroute.ch>, rubrique sessions/Formation-psychologie.

Elle donne aussi régulièrement ailleurs en Suisse, des conférences et des journées de formation sur l'art de vieillir en pleine conscience.

Elle est co-auteur avec Barbara Dobbs d'un grand nombre d'ouvrages portant sur le développement de la personne.

Dernier en date : *Oser la liberté et choisir le bonheur*, St Julien-en-Genevois, Jouvence 2011, 96 p.

Ram Dass, dans son ouvrage *Vieillir en pleine conscience*,<sup>4</sup> apporte lui aussi quelque élément de réponse à ces questions.

Ces auteurs posent l'hypothèse suivante : la perte des fonctions cognitives, dans les maladies telles que la sénilité ou l'Alzheimer, n'interrompent pas la croissance spirituelle ; l'âme reste en relation avec son créateur au-delà de ce qui peut être observé.

Le corps et l'esprit vieillissant représentent des catalyseurs de la vie spirituelle pour beaucoup d'hommes et de femmes avançant en âge. La spiritualité de la vieillesse, c'est la spiritualité de la vie en plénitude, c'est le dernier bout du chemin qui permet à l'être humain d'accueillir Dieu en lui.

Vieillir dans son corps et dans toute sa personne, cela comporte des inconvénients. Il s'agit de trouver des moyens de vivre aussi bien que possible malgré ces difficultés. Vieillir, c'est aussi intensifier sa vie spirituelle, s'ouvrir à la grâce, à l'Esprit saint. C'est « le laisser croître en nous alors que nous diminuons ».

**R. P.**

3 • Paris, Desclée de Brouwer 2003, 192 p.

4 • Paris, Le Relié 2005, 224 p.

5 • *Et si tout avait un sens*, Epagny, Monte-Cristo Editions 2005, 284 p.

# Au nom du lien

●●● **Sylvain Thévoz**, Genève  
Ecrivain, anthropologue et théologien

Je suis, à l'origine, issu d'une rencontre (celle, incontournable, d'un spermatozoïde et d'un ovule). Si, avec les progrès de la science, la rencontre des corps physiques n'est plus nécessaire - la reproduction a été séparée de la sexualité (fécondation in vitro) et la sexualité s'est affranchie de la reproduction (contraceptions) - la rencontre d'un spermatozoïde et d'un ovule demeure néanmoins incontournable, mais elle peut, en quelque sorte, être dé-localisée.

Si je jaillis d'une rencontre, je crois d'un cordon qui me re-lie. Cordon ombilical de 50 cm environ, dans lequel passent nutriments et oxygène, mes ressources vitales. Lorsque ce cordon est coupé, je respire pour la première fois à l'air libre. La double circulation du sang - échange indispensable - se met en place. Je ne fais pas un dans le ventre de ma mère, il y a du jeu pour qu'il y ait du je, de la distance ; de la séparation pour qu'il y ait existence. Il n'y a pas fusion mais élasticité et plasticité du lien ; en un mot, de l'espace.

Cette distance de 50 cm n'est-elle pas plus ou moins celle à partir de laquelle un autre me devient trop proche ? Je dis alors qu'il entre dans *ma bulle*. Mais n'est-ce pas aussi la dimension de l'intime, celle d'être proche à se toucher, se confondre ; à moins de 50 cm, faites-en l'expérience, le corps ressent quelque chose... et cela change bien des choses.

Je nais orphelin d'un vis-à-vis, je nais *orphelin* de fait. Je perds, en naissant, l'autre de l'autre bout du cordon, mais le retrouve autre dans un visage et sa parole. Est-ce cela qui me donne vie, en-vie d'être en lien ? Mon nombril est une cicatrice. Témoignage d'une coupure, mais pas d'une séparation ; mémoire d'un lien inédit avant la conscience de l'être et de son changement. Mon existence n'est-elle pas alors une em-bouchure, le débouché d'un lien défait ? Un estuaire à la jointure de deux espaces, porte de sortie ou d'entrée (ce qui revient au même, c'est un lieu/lien de passage) ? On parle de bouche à bouche, de bouche à oreille aussi, toujours par des orifices qui n'ont pas été noués et qui, s'ils demandent à être comblés, demandent aussi, simultanément, à être libérés, pour que ça circule, justement.

## Une spiritualité du lien

Et si nous étions jouets du lien, ou plutôt : sujets des liens ? Peut-être que la spiritualité est avant tout une histoire de liens, de liant ? Une manière de s'occuper du lien primordial avant tout, de reprendre le fil de l'archaïque lien tranché, laissant aux autres liens - non mineurs mais seconds -, comme des défluent, découler de ce lien premier ? Spiritualité du lien sans corps à corps, l'absence de l'Autre permettant de le penser. Spiritualité : thérapie d'un lien en son absence ?

*A l'origine  
était le lien*

## essai

Mon premier cri m'a mis hors de moi. Je suis, en ce sens, un aliéné, et c'est l'état de l'humain. A-liénés, nous sommes des sans liens, des privés de liens. Mis d'entrée de JE hors du lien. Notre existence entière serait un constant tissage et dé tissage de liens sur le métier de la vie, entre mort et naissance. Mais qui tisse et qui enroule le cordon existentiel qui me rattache au fil des jours ? (Les Grecs avaient des déesses pour cela : les Parques. Nous avons, aujourd'hui, une toile : Internet... seu-



lement cela ?) Qu'est-ce qui me lie, me fait adhérer à la vie au point de m'y confondre ; que j'en sois devenu une fibre même ? Quelques expressions portent cette trace de la vie comme « vie en lien ». *Il a un fil à la patte, il tire trop sur la corde, il est sur la corde raide ; il s'est mis la corde au cou* (lien trop étroit ?), *brûle la chandelle par les deux bouts ; ça se jouera à un fil, sur un fil. Il a perdu le fil, se défile maintenant...*

De tous ces liens, comment y voir clair, les démêler ? Liens qui font corps avec d'autres liens et composent parfois des nœuds sur lesquels il s'agit doucement, très doucement parfois, de tirer, en ramenant son lien à soi, en se re-liant à soi-même ; et en laissant l'autre partir avec le sien. Mais dans ce manque de l'autre qui viendrait faire rupture, il s'agit parfois, pris au nœud, de ne pas faire mouvement. Cela pourrait nouer encore plus ce qui l'est déjà trop, et rendre le lien si comprimé que ni sang ni oxygène ne pourraient y passer. Laisser alors le lien se délier, se déliter lui-même, mourir peut-être. Le nœud comme geste marquant la fin de la souplesse des mouvements d'encordage et de liant. Une fixation, étape ou fin du lien.

Arrivé là, le besoin d'un tiers se fait sentir. Autre qui viendrait dénouer ou peut-être, qui sait (Dieu sait ?), trancher le fil pour permettre la libération et du nœud et du lien. La FO-LIE ne serait-elle pas une manière différente, créative de faire du lien (pas si fausse que cela) mais aussi de s'en défaire ? Ce n'est pas là LE lien qui meurt, mais une expression, une forme du lien qui se métamorphose.

## Solitude du lien

Quand ça manque cruellement de liens, de quoi est-ce que ça manque, qu'est-ce qui vient vraiment à manquer ? Si être c'est être en lien, qu'il y ait ou non personne, être en lien avec personne c'est être seul, et la solitude sans qui-conque, un isolement.

La spiritualité, en ce sens, est l'inverse et du nœud et de l'isolement. Elle est une forme de complétude, d'abondance du lien, expression vivante des limites des contraintes et contradictions des liens, mais avec la permanence d'un lien primordial. Certains le nomment *Dieu*, d'autres *la Vie*, *le Tout-Autre*... Lien primordial, privilégié, permanent, hors duquel rien ne se dé-roule. Lien du plus profond, ouvert à l'invisible, qui s'en nourrit.

Croire, c'est croire à ce lien-là, dans ce lien, en tirer force, ressourcement, énergie, sachant qu'il est impossible de ne pas être en relation avec lui, impensable d'envisager la vie sans. Religion vient bien du latin *re-ligare*, lier à nouveau. La spiritualité est un lien qui ne manque de rien, le métier même où se façonne ce lien.

## Dénouement

Je suis né d'une cicatrice qui est un nœud. Je suis né noué. Je suis né d'un besoin de réparation, d'une coupure et d'un désir de dé-nouement, avec peut-être autant la nostalgie du lien que celle du nœud, car les deux sont liés. Il est une parole biblique (Mt 18,18) qui l'exprime : « En vérité je vous le dis, tout ce que vous lierez sur la Terre sera lié au Ciel, et tout ce que vous délierez sur la Terre sera délié au Ciel. »

Il n'y a pas de liens sans nœud et pas de nœuds sans liens, dont la mort est le dernier outil tranchant.

La mort : un dénouement final ? Oui, je crois. Dans cette mort, ce qui a été noué sera dénoué et nous déliérons, délirerons alors en paix. Et peut-être même que ça recommencera à faire du lien et à guérir dans la mort de notre mort, dans cet Autre vie ? Quel lien inédit se tissera alors dans la mort ? A cela, assisterons-nous, en serons-nous partie prenante ? Je ne sais pas, car nous serons loin, même si, je crois, nous y serons, d'une manière ou d'une autre... liés.

S. Th.

essai



Crêt-Bérard

La Maison de l'Eglise  
et du Pays  
CH-1070 Puidoux

### - Retraite œcuménique selon les Exercices spirituels de St Ignace de Loyola

Donnée par une équipe œcuménique, dont le Père P. Emonet s.j., le pasteur J.-Ph. Calame et C. Deppierraz, accompagnatrice spirituelle.

*Connaître personnellement le Christ, l'aimer davantage et se laisser conduire par lui.*  
Du vendredi 10 août à 17h,  
au dimanche 19 août 2012, à 10h.

### - Création artistique à partir d'un texte biblique

Animatrice : Viviane Socquet Capt, comédienne, danseuse, théologienne et enseignante

*Plongée dans un récit de l'Ancien ou du Nouveau Testament, depuis la lecture à la mise en scène, en passant par l'exégèse, la mise en voix, la mise en espace. Au terme de la session, présentation d'un spectacle joué à Crêt-Bérard.*

Du lundi 30 juillet à 9h,  
au vendredi 3 août, le soir.

Renseignements : ☎ +41 21 946 03 60  
e-mail : info@cret-berard.ch www.cret-berard.ch

# Le corps à cœur ouvert

●●● **Geneviève Nevejan**, Paris  
Historienne de l'art

Les profondes évolutions dans les domaines de la génétique et des biotechnologies, ainsi que les possibilités réelles ou supposées de la chirurgie esthétique suscitent autant de fascination que de problématiques, peut-être vouées à demeurer irrésolues. A ce contexte, on doit sans doute imputer

l'intérêt de nombre d'artistes pour les multiples représentations du corps. En Suisse, deux expositions actuelles illustrent, dans des registres et des techniques fondamentalement différents, des inquiétudes devenues collectives.

Steeve Luncker,  
« A jeudi, 15h »



## Un protocole compassionnel

Né en 1969, le photographe Steeve Luncker est peut-être trop proche de la réalité vécue pour pouvoir se considérer comme un artiste. C'est au plus proche du sensible, dans la chair même, qu'il scrute le réel. Le corps, il le traque dans des situations extrêmes, sauvant sa peau à Gaza ou soumis au scalpel rajeunissant des chirurgiens plasticiens. Steeve Luncker souhaitait depuis longtemps travailler sur le corps confronté à l'imminence de la mort. Lorsqu'il rencontre Xavier en 1996, le « patient en fin de vie » ne ressemblait déjà plus à lui-même ; le sida avait entrepris son invincible travail de sape.

A la trithérapie qu'il supporte mal, le photographe propose un autre protocole, aussi méthodique que systématique, qui consiste à réaliser chaque jeudi douze clichés en noir et blanc de format carré. « Je lui ramenaient les images de la semaine précédente, et il choisissait celle qu'il préférerait, celle que

j'avais faite de lui et celle qu'il avait faite de moi, en expliquant en une phrase les raisons de son choix. »

Steeve l'a donc photographié tous les jeudis à 15 heures pendant 95 semaines. Il s'agissait bien d'un protocole « compassionnel », ainsi que le qualifiait Hervé Guibert (1955-1991), fauché lui aussi par le virus dont il avait consigné les meurtrissures en écrivain. Ses derniers textes dominés par la maladie sont l'équivalent littéraire des autoportraits photographiques qu'il réalisa jusqu'à sa mort. Hervé Guibert en France et Xavier en Suisse, six ans plus tard, ont porté le masque défigurant, les tristes oripeaux et autres humiliations de la maladie.

Les portraits de Xavier par Steeve luncker éliminent le contexte, l'accessoire, au profit, le plus souvent, du seul visage, qui devient, par la proximité du gros plan, un proche, un ami dont on aurait côtoyé les peines. Au-delà du chagrin et de la pitié, Steeve luncker a aussi su retenir les joies, la drôlerie et le regard immense de Xavier qui s'interroge, sans jamais cesser de dire son amour de la vie.

Le livre et l'exposition dans les sous-sols de la maison Tavel rendent hommage à la souffrance, que tempère la réciprocité des regards. Le malade a aussi observé le photographe, son embonpoint plein de santé, sa timidité devant l'objectif et peut-être aussi l'impuissance un peu honteuse du bien portant. « J'étais gêné de le photographe sachant qu'il allait mourir. Je lui ai tendu mon appareil photo. Je voulais qu'il participe à ce travail. » Ce « travail » a duré deux ans, jusqu'en novembre 1998, date de sa disparition, un jeudi.

## Corps des femmes, cœur de l'œuvre

Le corps est pour nombre de femmes artistes un mode d'expression privilégié de la vie intérieure et spirituelle. Est-ce le fait d'enfanter qui leur donne une sensibilité plus grande à la réalité charnelle ? On ne sait jamais les motivations profondes desquelles naissent les œuvres. Reste que la problématique du corps se situe au centre des préoccupations de Louise Bourgeois, Carol Rama, Berlinde de Bruyckere ou Maria Lassnig, exposées au Kunstmuseum de Saint-Gall.

La douleur n'échappe à aucune d'elles, sans doute pour mieux l'exorciser. Disparue en 2010, Louise Bourgeois considérait l'art comme un remède à la maladie mentale. A l'évidence, l'acte créatif l'a sauvée du traumatisme d'un père qui ne se donnait pas la peine de dissimuler ses infidélités ni à son épouse ni à ses enfants. Toute l'œuvre de Louise Bourgeois plonge dans sa propre enfance, dont elle disait avoir gardé « la magie, le mystère et le drame ». Confectionnée à partir de bandages aux coutures visibles, la tête rose de *Cell* (prison), présentée à St-Gall, ressemble d'ailleurs à une poupée de chiffon. Enfermée dans une cage selon un dispositif qui apparaît dans ses installations dans les années 1980, elle est ce corps meurtri de la femme emprisonnée dans son rôle de mère et d'épouse.

La poupée comme symbole de l'éducation des filles est le thème récurrent de Loredana Sperini (1970), jeune artiste d'origine italienne et zurichoise d'adoption. Usés, abîmés et d'un autre âge, poupées et baigneurs en celluloïd sont collés les uns aux autres. Dans d'autres assemblages, l'expressivité des mains s'associe à la fragilité des papillons, rap-

expositions

*A jeudi, 15h.*  
Steeve luncker,  
à la Maison Tavel,  
Genève, jusqu'au  
26 août.  
Catalogue préfacé par  
Christian Caujole,  
éd. Le Bec en l'air,  
Marseille

pel sensible de la brièveté de la vie, sous la forme du *memento mori*.

La Polonaise Alina Szapoczikow (1926-1973) se nourrira de cette même poésie de l'objet trouvé, tout d'abord chez les surréalistes, puis, dans les années 60, chez les nouveaux réalistes et les artistes pop. Ses agrégats de fragments de réalité issus de notre société de consommation soulignent la décrépitude des choses sacralisées par la publicité. Quant à ses *lampes-bouches* et aux moulages de son ventre transformés en coussins, ils dénoncent avec humour la banale chosification de la femme dans les médias.

## Mémoire collective

*Body awareness* ou la « conscience du corps », selon les mots de l'artiste, a dominé la longue carrière de l'Autrichienne Maria Lassnig. Née en 1919, elle est de la même génération que Louise Bourgeois, dont elle partage l'admiration pour les surréalistes. Elle rencontra d'ailleurs André Breton à Paris durant l'entre-deux-guerres. Les membres bandés, soutenus par des béquilles ont là aussi pour fonction symbolique de renvoyer à cette blessure de l'histoire, lorsque les nazis qualifieront son œuvre de « dégénérée ».

Le corps, part intime de nous-mêmes, rejoint également la mémoire collective quand Olga Carol Rama en fait une arme contre l'Italie fasciste, dont elle bravait la censure par son irrévérence et ses provocations. Ce qui lui vaudra dans les années 40 plusieurs interdictions d'exposer.

Par-delà les traits d'époque, l'art contemporain ne renonce jamais totalement aux inquiétudes de toute éternité. La volonté de rupture avec le passé, le radicalisme dans la recherche effrénée

de modernité ne changent en rien les questions essentielles de l'existence. Née dans les Flandres, Berline de Bruyckere est peut-être l'artiste qui illustre le mieux l'idée de continuité avec l'histoire de l'art et plus précisément avec une vision biblique de la femme.

Elevée dans la rigueur d'une institution religieuse, elle vit le péché originel comme une honte, qu'elle exprime par des corps presque exclusivement de femmes nues, informes, à la peau bleue et dépourvues de tête. Telle Marie-Madeleine la pécheresse pénitente, *Hanne* (2003), exposée à St-Gall, se dissimule derrière une longue chevelure de crin de cheval, attribut de la séduction qui porte en elle sa propre condamnation. Elle est la femme-objet réduite à sa seule chair, comme une sorte de viande dont l'image avait été suggérée à l'artiste par l'étal de son père boucher.

Même lorsque la création paraît s'abstraire du réel, elle ne s'élabore jamais vraiment hors du temps. Les artistes ont toujours été de grands témoins, voire des visionnaires. La place accordée au corps, son omniprésence parfois obsessionnelle dans le discours artistique depuis plusieurs décennies, souligne sa contemporanéité. Force est de constater l'importance de l'enveloppe corporelle qui dit des choses de notre vie intérieure et de notre rapport au monde. Il convient d'en écouter les messages dictés par le bon sens et la raison, dont les artistes sont parfois les révélateurs.

Au-delà de la souffrance et des angoisses, l'art n'a peut-être pas d'autre message que celui de l'harmonie du corps et de l'esprit, gage de bonheur sans doute.

G. N.

*Menschenzellen / Human Capsules. Huit artistes issues des collections Ursula Hauser, Kunstmuseum St. Gallen, jusqu'au 12 août*

## Législation suisse et recherche

*Cher Jacques Neiryck,*

*Vous savez que j'admire bien des combats que vous menez en tant que parlementaire ou écrivain. Vous me permettez donc aussi un avis critique sur votre article intitulé « Législation suisse. L'influence du créationnisme », in choisir n° 629, mai 2012.*

*Je laisse de côté la discussion sur le créationnisme, le « dessein intelligent », les mythes et les superstitions, pour aller à ce qui me paraît l'essentiel. Vous plaidez en faveur d'une plus grande liberté de recherche scientifique, en vue d'une plus efficace maîtrise technique de la nature. Je partage ce souhait, mais à une condition.*

*L'homme est certes appelé à dominer la nature, la première page de la Bible l'affirme (Gn 1,26-28), mais pour mériter le nom de maîtrise, et non de saccage, cette domination doit s'exercer avec prudence et raison. Sans la sagesse, la liberté scientifique s'égare, les exploits scientifiques deviennent destructeurs. D'où la nécessité d'une éthique, d'une réflexion politique, d'un encadrement juridique.*

*Je me plais à croire que vous conviendrez en principe de cela. Illustrons donc le propos par deux exemples tirés de votre article. En bioéthique, vous ne mentionnez pas la principale question qui se pose à propos du DPI, des cellules souches embryonnaires, des embryons surnuméraires. L'embryon, dès le stade du zygote, est-il une chose ? ou autre chose ? Si les animaux ne sont plus considérés comme des choses dans notre législation, qu'en est-il de l'embryon humain ? Simple matériau à disposition des chercheurs ? Quand devient-on humain ? Qui en décide ? Quand n'est-on plus manipulable, utilisable ou jeta-*

*ble, comme un objet ? Qui décide si une vie humaine vaut d'être vécue ? Autant de questions que nous aurions tort de balayer d'un revers de main, sous peine de tomber, concession après concession, dans un eugénisme pervers, diabolisé à juste titre.*

*En ce qui concerne les OGM, d'autres questions surgissent, tout aussi cruciales, évoquées par Philippe Roch dans ce même numéro de choisir. Une série d'entre elles concerne l'impact humain des cultures d'OGM. Qui tire profit de ces cultures ? Qui en subit les effets négatifs ? Quels sont les bienfaits constatés de ces cultures, notamment sur les populations défavorisées ? Quels sont les dangers qu'elles font courir à ces populations ? Leur développement va-t-il dans le sens d'une meilleure répartition mondiale des ressources alimentaires et économiques ? D'autres questions concernent l'impact de ces cultures sur la nature, notamment sur la biodiversité. Comment mesurer cet impact ? Pendant combien de temps faut-il le faire pour obtenir un résultat probant ? Sur quels espaces ? Par qui ? Quels sont les possibles dangers naturels à craindre ? Parmi ces dangers, lesquels constitueraient des menaces pour les humains, notamment les plus pauvres ? Comment les prévenir ?*

*Si nous ne cherchons pas de bonnes réponses à ces questions, patiemment, résolument, la liberté de recherche et la maîtrise technique ne seraient rien d'autre qu'une liberté de scier la branche sur laquelle nous sommes assis, avec une tronçonneuse de plus en plus perfectionnée. Ou, qui pis est, de scier, depuis notre branche confortable, la branche où survivent à grand-peine des millions d'humains qui ne possèdent ni notre argent ni notre pouvoir ni nos laboratoires ni nos supermarchés ni nos écoles ni nos droits démocratiques.*

**Michel Salamolard,**  
Sierre

# Le vêtement dans la Bible

Le vêtement, qui est l'un des éléments les plus importants de la puissance symbolique des apparences, participe, à son niveau, à la révélation biblique. A travers son étude de la Bible, l'auteur démontre que le dit vêtement peut devenir un vrai symbole théologique.

Son livre est divisé en trois parties : le vêtement dans l'Ancien Testament, puis dans le Nouveau et enfin dans le christianisme. Trois versets du livre de la Genèse, lui offrent une base incontournable pour son étude : il y a l'innocence dans la nudité, puis la honte de cette nudité, enfin l'espérance portée par les tuniques de peau.

Dans le Deutéronome, puis chez les Prophètes, les vêtements décrits sont soit de fête soit de pénitence soit de deuil ou déchirés. Quand le vêtement est perdu, il exprime la perte de la liberté ou la négation de l'identité - les captifs, les esclaves, les prostituées, les fous ne disposent pas plus de leurs vêtements que d'eux-mêmes. Ainsi de tout temps, lorsque des hommes veulent faire perdre à d'autres leur dignité ou leur identité, ils imposent la nudité comme signe d'abaissement, de dégradation et de destruction des rapports sociaux. Mais le vêtement va aussi symboliser la situation spirituelle des hommes : dureté des cœurs, perversité, pénitence et enfin Salut.

Le passage de l'Ancien au Nouveau Testament entraînera une réinterprétation d'un grand nombre de symboles et l'apport d'autres nouveaux et suggestifs, dans la continuité de l'Ancien.

Ainsi, avec Jésus, le vêtement et la parole agissent en médiateurs : « Si je touche au moins ses vêtements, je serai sauvée » (Mc 5,28). Le blanc, qui manifeste l'appartenance au monde de Dieu, est moins une couleur qu'un éclat de lumière dans le Nouveau Testament. Dans les vêtements de la passion, on donne à Jésus un vêtement rouge - le rouge ornant les idoles pour les honorer. Aux yeux de ses ennemis, Jésus, qui se prétend roi, peut être ainsi assimilé aux fausses divinités. Jean, voyait-il l'image de l'Eglise répandue aux quatre coins du monde, mais cependant indivisible, dans la tunique sans couture ? Ou encore, pour Paul, revêtir le Christ exprime le rapport étroit qui unit le baptisé au Christ.

Enfin, la troisième partie nous parle des vêtements du chrétien. Le vêtement blanc, que le chrétien revêt aux grandes étapes de sa vie, devient une image désignant la nudité glorieuse. Il montre le baptisé en marche vers la résurrection. Si l'habillement est une conception de soi que l'on porte sur soi (Henri Michaud), les exemples confirment qu'il est aussi une interférence dans le regard d'autrui et donc un moyen de communication, disant quelque chose de celui qui le porte avant même qu'il ne s'exprime (Marie Balmary). Les ordres religieux ont ainsi toujours eu à cœur de spécifier, à travers leurs habits, le charisme de leur ordre. Les amateurs de symboles se régaleront de ce livre.

**Marie-Luce Dayer**

**Alban Cras,**  
*La symbolique du  
vêtement dans la Bible,*  
Paris, Cerf 2011,  
165 p.

## ■ Bible

**Philippe Lefebvre**  
**Joseph**

*L'éloquence d'un taciturne*  
Paris, Salvator 2012, 268 p.

N'est-ce pas une gageure de la part d'un exégète renommé d'écrire tout un livre sur un personnage qui ne dit rien et dont les Evangiles parlent si peu ? L'auteur, dominicain, sait allier avec talent l'Ancien et le Nouveau Testament. Il se propose donc ici d'appréhender les textes des Evangiles évoquant Joseph, l'époux de Marie, à la lumière de la Bible hébraïque.

Pour arriver à Joseph, Matthieu déploie une longue généalogie, depuis Abraham. Joseph préside au début de l'Evangile. Il est au commencement de la Bonne Nouvelle, et c'est un endroit stratégique.

Instruit dans son sommeil par l'Ange, Joseph reçut comme un don du Seigneur Marie, son épouse, ce que fit déjà Adam, lorsque, le sortant de sa torpeur, Dieu Créateur lui amena sa *isha*, la chair de sa chair. Autre ressemblance : celle avec Moïse. L'ange qui s'adresse à Joseph pour l'envoyer en Egypte, et le rappeler ensuite, utilise les mêmes paroles que Dieu employa jadis pour rappeler Moïse du pays de Madian où il s'était exilé. Matthieu propose de lire les pérégrinations de Joseph et des siens, à la lumière de celles de Moïse et de sa famille. Joseph va et vient, obéissant à l'ordre reçu. Il illustre par avance la vie filiale de Jésus qui, dès le début de sa mission, vivra avec le Père et agira selon sa parole.

Autre similitude parmi bien d'autres, Joseph dut fuir en Egypte à cause de l'angoisse meurtrière d'Hérode, comme David dut s'exiler pendant des années par crainte de la jalousie féroce de Saül. Tous deux seront avertis par un envoyé de Dieu de regagner l'un, « la terre de Juda », chère à David, l'autre « la terre d'Israël », où Jésus va naître et croître, entouré d'une mère et d'un père nourricier.

Le lecteur est entraîné dans la perception de nombreuses finesses exégétiques, psychologiques et spirituelles, grâce à la virtuosité du Père Lefebvre qui nous édifie.

Monique Desthieux

## ■ Spiritualité

**Daniel Maurin**

***Les secrets de santé et bien-être de sainte Hildegarde de Bingen***  
Bernex, Jouvence 2012, 156 p.

A l'heure où le pape Benoît XIII sort de l'oubli une future docteure de l'Eglise, ce petit livre, revisité par Daniel Maurin, nous donne une foule de conseils pratiques pour bien vivre entre Ciel et Terre.

Il fallut attendre la fin du XIX<sup>e</sup> siècle pour redécouvrir, dans des manuscrits anciens, une œuvre latine tout à fait étonnante, brochant un tableau d'ensemble cohérent des trois aspects de l'être humain : physique, psychique et spirituel, dans une vision prophétique digne des grands patriarches et prophètes de la Bible. Si la recherche dans les sciences médicales et humaines nous donne en effet une idée des deux premiers plans, on trouve rarement une doctrine qui tienne compte des trois.

Cette œuvre n'était pas le fruit du travail laborieux de quelques savants de génie, mais celui d'une religieuse, peu instruite, consciencieuse, notant avec le dernier détail ce que son écran céleste lui présentait. Si elle n'avait révélé, dans ses écrits du XII<sup>e</sup> siècle, des vérités de découvertes récentes (tels les mécanismes du cancer, de l'artériosclérose et la genèse de maladies pour la plupart inconnues à son époque), on aurait peut-être oublié son œuvre médicale.

La grande découverte de la médecine de sainte Hildegarde est d'aller toucher des plans habituellement inaccessibles, tels celui qui conditionne notre tristesse et notre joie.

Josy-Anne Rigotti

**Carlo Maria Martini*****Le don de l'amour***

Paris, Parole et Silence 2011, 64 p.

Ce petit livre, nous dit la préfacière Cristina Ugocioni, est né presque par hasard. En effet, en fouillant sa bibliothèque à la recherche d'un article universitaire, elle tombe sur un petit fascicule gris datant de 1987, contenant des méditations du cardinal Martini, proposées aux professeurs et aux étudiants de l'Université du Sacré-Cœur de Milan. Les ayant lues, elle est séduite et décide de les faire publier.

Il s'agit donc de méditations sur le geste de la femme qui verse du parfum sur la tête de Jésus (Mt 26,6-13) et de réflexions sur la spiritualité du laïc. Au sujet de la première méditation, il y a problème : pourquoi Jésus donne-t-il une valeur aussi grande au geste de la femme ? En lisant le récit, il semblerait qu'on ne pourrait qu'approuver les disciples : « tant de gaspillage... alors qu'il y a tant de pauvres ». Mais, relève le cardinal, cette femme sans nom incarne une humanité qui se donne dans une authenticité d'amour, d'affection, de sympathie, de gratuité. Son geste n'est pas à ranger parmi les œuvres efficaces mais parmi celles qui font « la personne », de la même manière que les béatitudes sont des attitudes adaptées par la personne. C'est une action inattendue, originale et créative.

Si nos « gestes » sont chrétiens, poursuit l'auteur, c'est qu'ils sont prophétiques, car la femme de l'Évangile ne comprend sans doute pas la portée de son acte. De même le chrétien est appelé à faire de bonnes œuvres en renonçant à idolâtrer l'argent, à valoriser toutes les personnes et capacités créatrices, en vue d'un développement qui puisse répondre aux besoins de chacun. Les deux annexes relatives à la spiritualité du laïc prolongent la méditation.

Marie-Luce Dayer

**Louis Lallemand**  
***Doctrine spirituelle***

Paris, Desclée de Brouwer 2011, 484 p.

La spiritualité du Père Lallemand est une mystique pour l'action, une mystique de la décision. Sa *Doctrine spirituelle* n'est pas une initiation ni une méthode, mais bien un traité de vie spirituelle. L'auteur décrit de manière très fine l'oraison contemplative. Même si notre époque demande plus de pédagogie et de psychologie dans l'ouverture à la contemplation, le lecteur saura tirer profit de maints passages dans lesquels Lallemand décrit la vie intérieure. Ainsi quand il traite de l'oraison de silence, la contemplation : « L'oraison de silence est une simple et respectueuse vue de Dieu, une amoureuse attention à la présence de Dieu et un doux repos de l'âme en Dieu. » Cet ouvrage a en plus un intérêt historique, pour comprendre un moment de la spiritualité jésuite. C'est la présentation que faisait

le Père Lallemand pour le troisième an du noviciat. Parmi les novices qu'il forme à Rouen, se trouve Jean Joseph Surin, édité par Michel de Certeau.

Le jésuite Dominique Sallin présente ici une édition entièrement renouvelée de la *Doctrine spirituelle* (par rapport à l'édition de 1959, parue dans la même collection, *Christus*). Son manuscrit est de l'écriture du Père Rigoleuc et l'éditeur fait l'hypothèse que Rigoleuc a recopié le texte de Louis Lallemand. En effet, on considérerait jusqu'ici ce manuscrit comme des notes prises au cours par Rigoleuc. Aussi le Père Sallin réintroduit-il dans le livre plusieurs chapitres - une quarantaine de pages - qui avaient été publiés sous le nom de Rigoleuc.

Ainsi le chapitre *De la garde du cœur* propose une mystique du discernement que Dominique Sallin considère comme le centre de gravité de la *Doctrine*. La garde du cœur « demande seulement une attention d'esprit modérée, qui produit un fond de paix intérieure et qui est la source des plus douces consolations qu'on puisse goûter en cette vie » (Lallemand).

La nouvelle édition donne des notes plus importantes, pour indiquer qui sont les auteurs cités par Lallemand, pour situer aussi ce dernier par rapport à Ignace de Loyola ou pour indiquer les références des textes bibliques.

Jean-Daniel Farine

**Pietro De Paoli**  
***Petites conversations avec ma nièce sur la question de Dieu***

Paris, Plon 2011, 140 p.

La pertinence des réponses et le charme de ce dialogue par e-mail rejoignent bien l'esprit ouvert et observateur de l'auteur de *Dans la peau d'un évêque*, *Lettres à un jeune prêtre*, etc.

Dans l'émergence des multiples interrogations concernant les valeurs humaines, la spiritualité et Dieu, Pietro De Paoli apporte un éclairage intéressant face aux questions posées par sa nièce de 18 ans. Jeunes et moins jeunes trouveront dans ces pages une certaine lumière. Un livre à l'écriture directe et simple, pour « le chercheur de Dieu » dans son quotidien.

Willy Vogelsanger

## ■ Philosophie

**Lucien Jerphagnon**  
***De l'amour, de la mort, de Dieu***  
**et autres bagatelles**

*Entretiens avec Christiane Rancé*  
 Paris, Albin Michel 2011, 264 p.

Le philosophe Lucien Jerphagnon, directeur des *Études augustiniennes* (de ce St Augustin qui pleurait en lisant Plotin), est décédé en septembre 2011. Cette dernière publication, présentée sous forme d'entretiens, nous permet de le retrouver. Jerphagnon y parcourt l'évolution de la pensée en Occident et nous invite, assis à sa terrasse, à partager un verre d'hydromel. Ce faisant, il nous raconte les avatars pour arriver à l'édification de cette pensée et nous transmet sa vision de l'histoire de la philosophie. A la mythologie a succédé la philosophie, qui est devenue la mère des sciences après qu'une religion devenue hégémonique eut engendré des excès (affaire Galilée, Inquisition, etc.). Vinrent ensuite la Renaissance, le siècle des Lumières, la Révolution (la Raison devient tyrannique) puis, au XIX<sup>e</sup> siècle, la multiplication des sectes.

Jerphagnon souligne à quel point la science s'est hyper-développée et s'est éloignée de sa mère, la philosophie, oubliant que l'homme est au centre et non un ajout. Il dit admirer Jankélévitch (disciple de Bergson, lui-même admirateur des néoplatoniciens). L'auteur parle de Julien l'Apostat, à la fin de l'Empire romain et au début de l'expansion du christianisme, à qui il a consacré un livre très documenté. Il nous montre la fragilité de ce christianisme naissant au cœur de l'Empire romain, qui s'étendait de Merida à Palmyre.

Cet ouvrage divertit parce que l'auteur manie l'ironie avec succès, en explorant les contradictions de la pensée humaine. Il se définit comme croyant, revendique le droit de savoir : ce qui n'est pas incompatible avec la foi, « le Cru et le Su ». Car l'auteur nous dit aussi son choc existentiel : quand il était enfant, son père lui remit un ouvrage sur la mythologie et un autre sur la Bible. Se promenant dans la forêt, il fut saisi d'effroi à l'idée qu'il aurait pu ne pas être, tout comme la forêt.

Pour lui, c'est l'émerveillement de chaque instant. La contingence de ce monde l'interpelle. L'existence d'un Tout-Autre au-

dessus de tout lui permet de temporiser ses émotions et de ressentir l'Éternité : « Quoique qu'il advienne, rien ne peut effacer le fait que j'ai existé. »

Enrique Bermejo

Sous la direction de  
**Pierre Bühler et Daniel Frey,**  
**avec la collaboration de Lucie Kaennel,**  
**Paul Ricoeur : un philosophe lit la Bible**  
*A l'entrecroisement des herméneutiques*  
*philosophique et biblique*  
 Genève, Labor et Fides 2011, 254 p.

Dans une remarquable introduction, les deux directeurs de publication Pierre Bühler et Daniel Frey donnent un précieux et détaillé résumé d'un livre complexe par la diversité de ses auteurs et par la densité du propos.

Issu d'un colloque interdisciplinaire tenu à Strasbourg en 2009, cet ouvrage rassemble les contributions de neuf philosophes et théologiens appelés à analyser une situation intellectuelle très originale. Il s'agit de l'apport du philosophe Paul Ricoeur à une interprétation savante de la Bible, alors même qu'il s'était de tout temps imposé la discipline de séparer nettement son travail philosophique de ses convictions religieuses (protestantes).

Il s'agissait dès lors de montrer comment, d'une part, le philosophe, issu de la phénoménologie, décrit la réalité de l'homme faillible, puis assume la tâche de dire le Mal, à la limite entre Kant et la Bible. Et, d'autre part, comment son cheminement théorique - de la phénoménologie au langage symbolique, et de la métaphore à une théorie de l'interprétation (l'herméneutique) - recoupe le religieux, notamment avec la lecture savante et croyante de la Bible.

Traversant l'épaisseur d'un champ théorique d'une rare densité, les neuf auteurs se partagent un travail soit très philosophique, comme celui de Jean-Luc Petit, soit beaucoup plus théologique, tel celui de Hans-Christoph Askani. L'ouvrage se termine sur un texte un peu oublié de Paul Ricoeur sur le langage religieux. A lire patiemment.

Philibert Secretan

## Conversion

*La nuit dernière, je me suis convertie. Comme ça. D'un coup. Hop ! Retournement total, après des années d'atermolements. Renoncement définitif à la chair. Inutile donc, ô vils tentateurs, d'essayer de me faire changer d'avis en me brandissant sous le nez un cervelas grillé. Vous tomberiez sur un os. C'est pesé, tranché, emballé. Décision irrévocable. Désormais, je suis végétarienne.*

*Ça s'est passé bêtement. Il était trois heures du matin et je n'arrivais plus à dormir. Alors, j'ai allumé la télé. Nonobstant le risque de tomber sur quelque scène porno peu ragoûtante, le zapping nocturne offre parfois d'intéressantes surprises. Tiens, par exemple, cette émission sur France 3, dont le titre bucolique m'interpelle : Adieu, veaux, vaches, cochons, couvée. Voilà qui devrait me changer agréablement des matches de foot, des débats politiques et des anges de la télé-réalité.*

*Donc, toute guillerette, je commence à regarder l'émission - pour me rendre compte aussitôt qu'elle n'a rien de bucolique. Loin, bien loin des Fables de La Fontaine, le reportage concerne en fait les « usines à viande ». A savoir les*

*élevages industriels intensifs, qui, sous prétexte de rentabilité, soumettent les animaux à une vie de torture strictement planifiée. Images insupportables que celles de ces bestiaux, de ces volailles, devenus de simples « protéines sur pattes », privés d'espace, de lumière, de mouvement, confinés, mutilés, engraisés, et finalement exécutés selon des procédures à vous glacer le sang. Certes, personne ne demande aux éleveurs de pleurer le départ de leurs vaches pour l'abattoir, ou de porter le deuil de leurs poulets défunts, mais quand même. Il y a des limites à ne pas dépasser. Des limites éthiques. Comment peut-on traiter un animal de la sorte ?*

*Les partisans du profit à tout prix répondent qu'ils ne font qu'obéir aux impératifs du marché, et à notre appétit grandissant de viande. La plupart d'entre eux, au surplus, ne manifestent pas la moindre trace de compassion à l'égard des bêtes qu'ils martyrisent - lesquelles ne sont plus des bêtes à leurs yeux, mais seulement des numéros surveillés par un ordinateur. Et pourtant, comment rester insensible devant la souffrance de ces truies coincées entre des barres de fer les empêchant de bouger et qui passent leur triste vie à fabriquer des porcelets ? Une portée après l'autre, sans répit, jusqu'à ce*

*que le couteau de l'abatteur vienne enfin mettre fin au supplice. Ou devant le traitement réservé à ces poules pondeuses, entassées pêle-mêle dans des sortes de tiroirs grillagés à plusieurs étages, afin d'optimiser le rendement ? Et comment ne pas plaindre ces vaches laitières, obligées de mettre bas des veaux en continu, dont elles sont séparées dès la naissance, et qui finissent elles aussi sur la chaîne d'abattage, pendues par une patte, se débattant et meuglant, avant d'être saignées à vif. Quelle horreur ! J'en ai eu l'estomac retourné, surtout en entendant certains éleveurs exprimer leur satisfaction devant les bienfaits de la technologie moderne, qui leur permet d'accroître leur productivité.*

*Du coup, je suis allée sur Internet pour en savoir plus sur ces méthodes inhumaines, et c'est comme ça que j'ai reçu le coup de grâce : une vidéo de Paul Mac Cartney intitulée Si les abattoirs avaient des vitres, tout le monde deviendrait végétarien. Avec des scènes si insoutenables que je ne parviens pas à les raconter.*

*Sans doute me demandera-t-on pourquoi je prends tellement à cœur le sort des bêtes, alors que celui de tant d'hommes, de femmes et surtout d'enfants est bien pire. A cela, je réponds*

*que le mal est le mal, sous quelque forme qu'il se manifeste. La manière dont nous traitons nos animaux n'a rien d'anecdotique. Elle est un emblème, un symbole puissant. Elle en dit long - plus long que ne le croient ces paysans dégénérés qui confondent leur bétail avec des machines - sur notre rapport au vivant. Dans ce contexte, dénoncer le martyr des poulets ou des cochons n'équivaut nullement à minimiser celui des êtres humains victimes de la cruauté de leurs semblables.*

*Si je savais - ah ! si seulement je savais - quoi faire pour empêcher ce massacre des innocents qui endeuille continuellement notre propre espèce, je vous jure que je le ferais. Mais je suis impuissante et cela me ronge. Alors, je prie, je crie, et en attendant que justice se fasse, je compatis à la souffrance des vaches et je jette mon steak aux orties en signe de protestation. Ce qui m'arrange bien, vu que je n'aime pas la viande, de toute façon.*

**Gladys Théodoloz**





# Notre-Dame de la Route

Centre spirituel de formation et de réflexion

1752 Villars-sur-Glâne / Fribourg, tél. 026 409 75 00

## Retraites ignatiennes

### Retraite individuellement guidée

11 - 18 août ~ sa 18h00 - sa 13h00

avec Beat Altenbach sj

11 - 18 décembre ~ ma 18h00 - ma 13h00

avec Bruno Fuglistaller sj

### Retraite itinérante

21 - 28 juillet ~ sa 18h00 - sa 13h00

avec Beat Altenbach sj et Georges Lugon

### Retraite à la carte

03 - 18 août ~ ve 18h00 - sa 13h00

avec Luc Ruedin sj

### Retraite ignatienne

“Il se tient au milieu d’eux”

29 juillet - 05 août ~ di 18h00 - di 09h00

avec Louis Christiaens sj et une équipe

### Retraite d’initiation

23 - 27 septembre ~ di 18h00 - je 13h00

28 oct. - 02 nov. ~ di 18h00 - ve 13h00

avec Beat Altenbach sj

### Retraite sur Maurice Zundel

La vie du monde, espérance de Dieu

04 - 09 novembre ~ di 18h00 - ve 13h00

avec Albert Longchamp sj

### Retraite avec thème

“Si tu savais le don de Dieu...” Jn 4.10

18 - 24 novembre ~ di 18h00 - sa 13h00

avec Beat Altenbach sj

### Retraite ignatienne de fin d’année

26 - 30 décembre ~ me 18h00 - di 13h00

avec Luc Ruedin sj



[www.ndroute.ch](http://www.ndroute.ch)

## Contemplation / Haltes spirituelles

### Semaine de méditation

05 - 10 août ~ di 18h00 - ve 13h00

avec Erwin Ingold

### Atelier d’iconographie

13 - 18 août ~ lu 10h00 - sa 17h00

avec Tatiana Chirikova et Luc Ruedin sj

### Calligraphie et Enluminure

28 - 31 août ~ ma 09h30 - ve 17h00

avec Gérard Touzé

### Initiation à la contemplation

05 - 07 octobre ~ ve 18h00 - di 13h00

14 - 16 décembre ~ ve 18h00 - di 13h00

avec Luc Ruedin ou Erwin Ingold

### ZEN

26 - 28 octobre ~ ve 18h00 - di 16h00

avec Patrick Afchain

### Chemins de contemplation

03 - 07 décembre ~ lu 18h00 - ve 13h00

avec Luc Ruedin sj

### Exercices philosophiques spirituels et ignatiens

21 - 23 sept. ~ ve 18h00 - di 13h00

16 - 18 nov. ~ ve 18h00 - di 13h00

avec Alexandre Jollien et Luc Ruedin sj

## Couples et familles

### Vacances spirituelles en famille

19 - 22 juillet ~ je 18h00 - ve 13h00

avec Luc Ruedin sj et Anna Bernardo

### Week-end de préparation au mariage

30 nov. - 02 déc. ~ ve 20h00 - di 16h00

avec Xavier Maugère et Luc Ruedin sj