

Du bon usage du corps

Selon Ignace de Loyola

... Pierre Emonet s.j.

Dans son autobiographie, Ignace de Loyola laisse entendre qu'au temps de sa jeunesse, fier de son corps, il lui vouait une attention toute particulière. La chevelure (qu'il avait fort belle) toujours bien soignée, les mains impeccables, les ongles des pieds soigneusement coupés, il attachait la plus grande importance à sa forme physique. Sa passion pour les exercices des armes et ses entreprises galantes l'exigeaient. Pour réussir à la cour, mieux valait être beau et en bonne santé. C'est précisément à travers ce corps, objet de toutes ses sollicitudes, que la grâce va le rejoindre.

Lors du siège de Pampelune, le 20 mai 1521, un boulet français lui fracasse une jambe et endommage sérieusement l'autre. Blessure physique, certes, mais aussi psychique. Voilà le beau gentilhomme à terre. Soigné sur place dans l'urgence, la fracture est mal réduite et exige une nouvelle intervention à Loyola, une vraie boucherie, dira-t-il plus tard. Les chirurgiens ont travaillé maladroitement ; les deux os se chevauchent, la jambe présente une belle bosse et, surtout, il est certain qu'il restera boiteux pour le restant de ses jours.

Incapable de supporter cette perspective, plus soucieux de son apparence et de sa forme physique que des souffrances imposées par une nouvelle intervention extrêmement douloureuse, Ignace exige que l'on coupe l'excroissance disgracieuse. Le résultat sera acceptable, il en gardera tout de même une légère claudication sa vie durant.

Au cours de la convalescence, prisonnier d'un corps affaibli, Ignace ne peut que lire et rêver de hauts faits et d'exploits. Si les armes et les femmes occupent encore fortement son imaginaire, l'Évangile et la vie des saints lui ouvrent d'autres horizons. Une nouvelle carrière se dessine peu à peu, où il pourra faire de grandes choses au service d'un autre roi, le Christ, comme ont fait les saints dont il lit la vie et les œuvres.

Un changement s'amorce en lui. Parce qu'il avait été particulièrement soucieux de son corps autrefois, il va désormais le haïr ; ce sera sa manière d'affirmer sa conversion.¹ A Manresa, il ne mange plus de viande ni ne boit de vin, il laisse pousser ses cheveux à la diable, sans les peigner ni les tailler, ainsi que ses ongles de pieds et de mains - « parce qu'il en avait été aussi très soucieux »² - il dort peu, jeûne tous les jours à l'exception des dimanches, ne veut manger que des herbes et se flagelle autant que possible. Jusqu'au jour où il comprend

spiritualité

Idolâtrer son corps ou au contraire le mortifier nous éloigne de Dieu. Cette expérience vécue dans sa chair par saint Ignace l'a mené à prôner le respect de la santé. Car prendre soin de son corps, c'est d'abord préserver ses forces pour mieux servir Dieu ; mais c'est surtout se mettre en condition de « sentir » les mouvements de l'âme et ainsi d'entrer en relation avec Dieu.

1 • *Autobiographie*, n° 11.

2 • *Id.*, n° 19.

spiritualité

que pour faire du bien et « aider les âmes », il vaut mieux se laver, être présentable et ne pas vivre comme un sauvage.

Du coup, il découvre que son corps peut être un instrument apostolique. Le regard est rectifié : alors qu'autrefois, par une sorte de souci narcissique, son corps était l'objet d'attentions exagérées, il va désormais en prendre soin pour le mettre au service du Christ. Il veillera sur sa santé irrémédiablement délabrée par ses excès de néophyte, et il fera preuve d'une sollicitude émouvante pour celle de ses compagnons, les mettant en garde contre les excès de zèle dans les jeûnes, les veilles, les pénitences corporelles et les travaux physiquement éprouvants. Dans chaque maison, il y aura un confrère chargé de veiller sur la santé des membres de la communauté et de prendre soin des malades et des vieux.

Dans la troisième partie des *Constitutions* de la Compagnie de Jésus, qui traite des jeunes jésuites en formation, Ignace consacre tout un chapitre aux

soins qu'il faut avoir envers son corps.³ Si un jésuite doit éviter de trop se préoccuper de sa santé et de dorloter excessivement son corps, il doit pourtant veiller à le conserver en bonne santé, afin d'avoir toujours les forces nécessaires pour le service divin. Aussi, lorsqu'il sentira que quelque chose ne lui convient pas dans la nourriture, le vêtement, le logement, les charges qu'on lui confie ou le travail à assumer, il devra en informer son supérieur.

L'horaire de la maison, qui règle les détails de la vie pratique, l'heure des repas, les heures consacrées au sommeil, l'habillement, les chambres, etc., devra être appliqué avec souplesse, en tenant compte des besoins des personnes. Si un peu d'effort physique fait du bien à ceux qui travaillent intellectuellement, il faut prendre soin de ne pas les accabler au point de les épuiser ou de les décourager et - détail plein de saveur - il faut éviter les efforts violents pendant une heure ou deux après les repas, surtout en été ! D'une manière générale, il ne faut jamais travailler trop longtemps de suite sans s'interrompre et se détendre. Même la fameuse mobilité, si caractéristique de la vocation du jésuite, sa disponibilité à partir en mission dans n'importe quel point du globe, doit tenir compte des capacités physiques des personnes : on ne maintiendra pas un jésuite dans un pays dont il ne supporte pas bien les conditions de vie ; au contraire, on le déplacera dans un endroit plus favorable à sa santé.

Cette préoccupation d'Ignace pour la santé des corps se retrouve tout au long des *Constitutions*, jusqu'au tout dernier article, qui est une recomman-

Les Français vainqueurs enlèvent Ignace du champ de bataille. Détail d'une fresque de A. Pozzo (1685-1692), voûte du chœur de l'église Saint-Ignace à Rome



3 • *Constitutions*, n°s 292-306.

dation pour situer les maisons et les collègues de la Compagnie dans des lieux salubres où l'air est bon.⁴

Plus que par un simple souci d'hygiène et d'équilibre physique, ces normes sont inspirées par une attitude spirituelle, par le désir de mieux suivre le Christ et de le servir plus efficacement. Autrefois adulé comme une chance pour une ambition mondaine, puis haï comme un obstacle dans la poursuite d'un rêve plus spirituel mais irréaliste, le corps a retrouvé sa place et sa dignité : il est désormais un instrument apostolique, dont il faut prendre soin en vue d'un service concret et réaliste.

Lieu de l'expérience spirituelle

Mais il y a plus. Pour Ignace, le corps n'est pas seulement un instrument en vue de l'apostolat, il est le lieu de son expérience spirituelle, le milieu à travers lequel il prend conscience de ce que le Seigneur attend de lui. Les grâces que le Seigneur lui accorde retentissent à travers des émotions, des sentiments, des sanglots, des soupirs pleins de dévotion, de la joie qui rayonne sur son visage, une paix qui lui permet de ne pas se démonter face aux adversités.

Dans le discernement des divers mouvements qui peuvent agiter une personne, le corps joue un rôle essentiel. La paix et la joie, l'angoisse et la tristesse, l'attraction vers « les choses basses » sont bien des sentiments de l'âme, mais ils résonnent à travers le corps qui s'en émeut et les rend perceptibles.

4 • Id., n° 827.

5 • *Exercices*, n° 2.

C'est encore à travers des représentations corporelles que nous parle la Parole de Dieu incarnée : la contemplation de la vie terrestre du Christ, l'écoute de son enseignement, le message des paraboles nous touchent dans la mesure où ils éveillent en nous des sensations, des images, des impressions qui appartiennent à notre vie quotidienne. La croissance de la graine, la fureur de la tempête, les cris d'un possédé, les larmes du Christ sur la tombe de son ami Lazare sont autant de chemins par lesquels le Seigneur nous rejoint. Le Verbe ne s'est-il pas fait chair pour traduire en langage humain - et donc charnel - les rapports entre Dieu et sa créature ?

Pour Ignace, un mot privilégié exprime l'articulation entre le corps et l'esprit, entre Dieu et l'homme : « sentir ». Une remarque placée au début des *Exercices* permet de comprendre ce qu'il entend par là : « Ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui rassasie et satisfait l'âme, mais de sentir et de goûter les choses intérieurement. »⁵

Il ne fait pas allusion à la sentimentalité, si fréquente chez les bonnes âmes qui confondent l'action de l'Esprit avec les sentiments éprouvés, mais au retentissement dans le corps d'une action divine plus intérieure. Les alternances de tempête et de paix, de forces vives et de ferments de mort qui nous envahissent lorsque nous sommes confrontés à des appels intérieurs ou à des sollicitations externes repérées comme des « visitations » ou des invitations de Dieu, nous renseignent plus sûrement sur notre relation à Dieu que les théories des spécialistes.

Ces divers mouvements, qui agitent la profondeur de notre être lorsque nous sommes à la recherche de notre bon chemin, sont l'écho d'une présence autre - divine, dirons-nous - qui sollicite notre liberté.

spiritualité

D'un côté, des troubles, de l'agitation, des angoisses, un repliement sur soi, un manque d'espérance et de confiance ; de l'autre, un dynamisme, une joie de vivre, du courage, de la force, de la créativité et une ouverture constructive de relations. Dans son langage d'époque, Ignace parle d'état de désolation ou de consolation, rendu perceptible au niveau somatique. Car pour lui, le spirituel et le sensible, l'esprit et le corps sont si étroitement liés dans l'unité de la personne que, dans sa pratique du moins, il semble ignorer le clivage traditionnel entre naturel et surnaturel. « J'avais comme l'impression de sentir sensiblement les veines ou les parties de mon corps », écrit-il dans son *Journal spirituel*, après avoir reçu de Dieu la confirmation que son choix, celui de la pauvreté pour la Compagnie, était accepté.⁶

Dans le monde réel

Dans les *Exercices* également, le retraitant est invité à prêter attention à tout ce qu'il vit à travers son corps et à le mobiliser dans sa quête de Dieu. S'il médite la Parole, il devra la situer dans la réalité très concrète de l'incarnation du Christ, en faisant une « composition de lieu » : qu'il mobilise donc son imagination pour camper le cadre géographique et culturel dans lequel elle a été prononcée. En impliquant ses cinq sens dans la contemplation des divers épisodes évangéliques, il entrera plus avant dans la compréhension de la Parole et, surtout, il évitera les pièges de l'idéologie ou du gnosticisme.

L'importance qu'Ignace attache à la médiation du corps dans la recherche spirituelle entreprise par le retraitant lui inspire toute une série de conseils pratiques, assez minutieux mais très réalistes. Lorsqu'il s'adresse directement

à Dieu, il convient que le retraitant se tienne dans une position pleine de respect. Par contre, lorsqu'il médite ou contemple la Parole, qu'il adopte en toute liberté la position corporelle qui lui convient le mieux, sans s'imposer des contraintes au nom de l'austérité ou de la mortification : à genoux, prosterné, étendu sur le dos, assis, debout, peu importe, pourvu qu'il trouve ce qu'il cherche. Qu'il sache profiter de la lumière du soleil ou de l'obscurité, de la douceur du climat, de tout son environnement physique pour créer une atmosphère propice à la rencontre avec Dieu. Plein de bon sens, Ignace recommande même à celui qui donne les Exercices de veiller à ce que le retraitant choisisse son menu ! Et s'il veut faire pénitence, qu'il mesure bien ses forces.

Au début de sa conversion, Ignace s'était imaginé que pour entrer au service de Dieu, il lui fallait haïr son corps. Les excès auxquels il s'était alors livré n'étaient que la transposition dans le domaine spirituel des exploits par lesquels l'ex-gentilhomme voulait faire carrière à la cour du vice-roi de Navarre. Entré au service du Christ, il avait cherché à se faire remarquer par son nouveau roi. La haine de son corps était inspirée par le même esprit mondain qui autrefois l'avait fait aduler. Si sa bonne volonté n'était pas en cause, le refus du corps l'avait tout de même entraîné dans une approche désincarnée de la Parole, dans un monde de rêves et d'illusions, jusqu'au jour où ses yeux se sont décillés. L'acceptation de son corps, la reconnaissance de son rôle de médiateur l'ont réintroduit dans le monde réel, là où les manifestations attribuées à Dieu sont moins suspectes.

P. E.

6 • *Journal spirituel*, n° 47.