

PÈRE GEOFFROY-MARIE

**ÉVANGÉLISER  
NOTRE VIE INTÉRIEURE**



*Éditions des Béatitudes*

## INTRODUCTION

Saint Jean Baptiste cria dans le désert d'une façon prophétique ce paradoxe étonnant : « *Au milieu de vous se tient quelqu'un que vous ne connaissez pas !* » (Jn 1, 26.) La présence du Christ est là, toute proche, mais encore faut-il avoir les yeux de la foi pour la découvrir. De leur côté, les Pharisiens, intrigués par l'enseignement du Christ, s'approchent de lui et l'interrogent pour savoir quand viendra le Royaume de Dieu. Le Christ leur répond : « *Le Royaume de Dieu est au-dedans de vous.* » (Lc 17, 21) Telle est la Bonne Nouvelle de la révélation évangélique : la présence divine est à découvrir comme une réalité au cœur de notre personne de croyant et le Royaume de Dieu est là, au cœur de notre vie de foi. Cette quête de la présence divine nécessite, par contre, un long chemin de conversion, comme l'a expérimenté celui qui est devenu un des plus grands apôtres de l'Occident, saint Augustin : « Tard, je t'ai aimée, Bonté si ancienne et si nouvelle. Tard, je t'ai aimée. C'est que tu étais au-dedans de moi et moi j'étais en dehors de moi ! Et c'est là que je te cherchais... Tu étais avec moi et je n'étais pas avec Toi. » (*Confessions* 10, 27) Après ses errances, il témoignera de la découverte de la présence divine dans l'intime de son âme

tout en affirmant la transcendance de Dieu : « Toi qui étais plus intime que l'intime de moi-même, et plus élevé que les cimes de moi-même. » (*Confessions* 3, 6)

La vie intérieure est le chemin le plus sûr pour entrer dans cette aventure amoureuse de la découverte de Dieu au plus profond de notre être. Elle nous conduit à tisser une relation audacieuse entre un Dieu transcendant, éternel, et sa petite créature confrontée à sa fragilité. Comment unir ces deux extrêmes, sinon en cherchant à mieux connaître les sujets de cette relation et en reposant sans cesse ces questions : *Qui est Dieu ? Et qui est l'homme ?* Ces questions sont aussi au centre de notre prière. Un des plus anciens spirituels du Carmel, disciple de saint Jean de la Croix, Jean de Jésus Marie, considère que l'on doit se préparer à la prière en se posant ces trois questions : « Qui est ce Dieu à qui je veux présenter ma requête ? Qui suis-je, devant Dieu ? Quel est l'objet de ma supplique <sup>1</sup> ? » Deux grands abîmes se présentent face à face : l'âme humaine et Dieu. L'abîme de la pauvreté de l'homme renvoie à l'abîme de la richesse divine qui attend de combler sa créature. Toute notre vie chrétienne est mobilisée par la réponse à cette tension qui nous habite : entre cet amour passionné de Dieu qui veut habiter notre cœur et nous-mêmes qui avons tellement de difficulté à nous laisser aimer par Dieu, tels que nous sommes. La vie intérieure est cet espace intime où se bousculent tant d'aspirations humaines et divines, mais aussi tant de peurs de se retrouver face à soi-même et tant de craintes que la rencontre avec Dieu exige une conversion de notre part. Cette vie divine en nous est aussi comme une source « d'eau vive » qui ne demande qu'à jaillir des profondeurs de notre cœur, mais nous constatons si facilement qu'elle est obstruée par tant d'éléments extérieurs qu'elle ne peut plus couler dans notre âme. Il s'agit d'entrer dans cette espérance que l'eau de la

---

1. *L'école d'oraison carmélitaine*. Études carmélitaines, oct. 1932.

grâce est bien là au fond de nous et qu'il nous faut aller à sa recherche en osant creuser inlassablement dans notre âme cette présence divine.

Au fil de ces pages, nous voulons éclairer la vie de notre âme d'une lumière nouvelle pour qu'elle puisse se développer et prendre toute sa vitalité, dans le but de lui redonner une fraîcheur spirituelle et la joie profonde d'être habitée par la présence de Celui qui nous conduit à la vie éternelle.

L'enjeu spirituel pour notre vie chrétienne est de taille et la réflexion sur l'intériorité n'est non seulement pas un luxe, mais une nécessité, voire une urgence aujourd'hui. Le contexte de notre société ne nous oblige-t-il pas à façonner en nous un « surcroît d'âme » pour nous prémunir contre les agressions quotidiennes qui stimulent nos sens, notre imaginaire ou notre affectivité et nous projettent vers l'extériorité de notre être ? Le bruit, la vitesse, le flot d'images et d'informations véhiculés par toutes les technologies que nous connaissons sont autant de vecteurs qui demandent à être assumés par une intériorité plus forte, sinon nous courons le risque de nous laisser happer à tout instant et d'être emportés par ces vagues d'agitation qui nous entraînent à la périphérie de notre personne. Il ne s'agit pas de nous mettre en dehors de la société mais d'être lucides et de prendre conscience que le rythme effréné de notre vie quotidienne nous appelle à découvrir une nouvelle dimension d'humanité pour ne pas être happés par la vie du monde et pour rester en union avec Dieu en toutes choses. Un surcroît d'émotion, porté par une affectivité fragile, caractérise aussi les réactions d'une société qui s'émeut si facilement des drames humanitaires que l'on orchestre régulièrement, sans avoir les moyens de se confronter réellement aux situations ou aux personnes, sinon par le biais des images. Cette approche de plus en plus virtuelle de la réalité permet-elle de nourrir véritablement l'intériorité humaine au-delà de la sensibilité exacerbée ? De même, à un niveau plus personnel, la sincérité subjective

de nos sentiments ou de nos émotions nous conduit-elle à une véritable intériorité ? Car si elle ne nous mène pas à la vérité objective, elle risque, là encore, de nous laisser dans l'extériorité, dans le vécu affectif.

Au cœur d'un monde si matérialiste, le vingtième siècle nous a offert paradoxalement une nouvelle approche de l'homme dans son désir de se réaliser. « L'estime de soi », « la quête d'un bien-être », « s'aimer » sont devenus les leitmotivs de l'homme moderne en quête d'un bonheur centré sur l'accomplissement de soi. Toute la question est de savoir si cette intériorité de l'ordre du vécu subjectif apporte une véritable découverte de soi. Car à force d'être face à soi-même dans le ressenti de ses émotions, ne risque-t-on pas de n'éprouver que le vide de son être ? Si la démarche pour mieux se connaître et mieux s'aimer demeure tout à fait légitime et bénéfique, autre chose est de définir la vie intérieure comme l'expression d'un sentiment d'harmonie et de bien-être. L'engouement, par exemple en France, de tant d'adeptes à pratiquer la spiritualité du bouddhisme est fort révélateur de cette tendance. Il faut dire que cette spiritualité a l'avantage - et c'est ce qui séduit - de proposer des moyens concrets avec des méthodes pour amener à l'éveil de l'intériorité. L'apprentissage du yoga ou du zen, entre autres, avec ses postures, l'écoute du souffle, permet d'atteindre une observation intérieure de soi. Celle-ci ne se borne pas uniquement au ressenti des sensations physiques et subtiles pendant les séances, mais elle se prolonge tout au long de la journée en apaisant le flot des pensées. L'intériorité permet de prendre conscience des différents mouvements qui nous animent, de voir notre conditionnement pour nous en détacher progressivement et un jour totalement. C'est un formidable chemin intérieur, mais qui nous emmène irrémédiablement vers la sortie totale de nous-mêmes. Car, pour les bouddhistes, notre existence terrestre n'est qu'une illusion, il s'agit de s'en émanciper totalement pour tendre

vers la vacuité, ce « repos » au-delà du cosmique.

Si nous voulons demeurer réalistes en restant au cœur de notre humanité, fixons notre regard sur l'homme tel qu'il se présente à nous, dans son existence réelle. Certains philosophes du vingtième siècle ont remis aussi en cause, mais d'une autre manière, l'appréhension de la vie intérieure. La distinction entre l'extériorité et l'intériorité semblait naturelle, mais la découverte freudienne de l'inconscient a ébranlé cette perspective. Plus encore, le courant existentialiste, avec son fondateur Sartre, a développé le « mythe de l'intériorité ». Ce philosophe va jusqu'à contester l'existence de l'intériorité psychique. Il critique en fait l'existence d'un sujet transcendantal, qui serait là avant d'exister dans un environnement culturel. Si l'existence précède l'essence, la vie psychique devient un champ de bataille où s'affrontent de multiples forces qui restent extérieures à nous-mêmes. Même si nous ne connaissons pas ces courants de pensées si divers, ils imbibent l'air ambiant que nous respirons quotidiennement et nous révèlent que parler de la vie intérieure aujourd'hui ne va pas forcément de soi. Ils sous-tendent une conception philosophique de la personne dans sa capacité à se façonner une intériorité réelle.

À la lumière de ces difficultés, peut-on alors prendre encore le risque d'aborder ce sujet de l'intériorité ? Oui, car il en va du Royaume de Dieu dans notre cœur ! Pourrait-on encore prétendre établir une relation avec Dieu sans une vie intérieure ? Cela nécessite l'expérience d'une rencontre personnelle avec Dieu mais aussi un travail de réflexion sur l'intériorité. Comprendre la vie intérieure exige de comprendre l'homme en lui-même et dans sa relation avec le transcendant. Si la vie intérieure est, psychologiquement parlant, le vécu réflexif de la personne, elle peut être plus ou moins développée dans le cadre d'une vie spirituelle et d'une vie religieuse. C'est pourquoi il est bon de distinguer

dès cette introduction les trois niveaux d'intériorité qui caractérisent le développement de la personne dans son chemin vers le divin.

– Une chose est l'intériorité psychique avec toute la complexité de la conscience chargée de l'inconscient qui se manifeste dans la subjectivité si aléatoire du vécu et de la représentation affective du réel.

– Une autre est l'intériorité spirituelle ou humaine qui se découvre quand on descend au fond de soi-même, au-delà des sentiments. Dans l'expérience de l'amour, la personne comprend progressivement qu'elle est capable d'aimer l'autre au-delà d'une attraction strictement émotionnelle ou captative, dans une certaine gratuité qui lui permet de rejoindre autrui dans son originalité et dans un respect infini. Grâce à cette faculté que les philosophes appellent « la volonté », la personne appréhende une intériorité toute nouvelle dans l'accueil et le don de l'amour. L'intelligence est cette seconde faculté spirituelle qui donne à l'homme la possibilité étonnante de connaître, non plus dans le champ strict de la représentation sensible ou affective que nous avons en commun avec les animaux, mais dans la recherche de la signification. N'est-ce pas le propre de l'homme de désirer sans cesse comprendre et chercher le sens des choses ? Cette quête de l'intelligence va plus loin que le simple fait de penser, elle est capable de chercher et de découvrir la vérité. La vie spirituelle permet une nouvelle intériorisation, celle d'un amour lumineux qui ouvre vers un nouveau regard plus qualitatif sur la vie.

– Enfin, la vie de la grâce chrétienne, déposée dans notre cœur depuis le baptême, permet à notre âme spirituelle de recevoir une nouvelle vérité et un nouvel amour pour aller à la rencontre d'une Personne qui nous habite. Cette présence « réelle » du Christ et de la sainte Trinité va être source d'une intériorité dans l'ordre de la vie divine. Sans rejeter l'intériorité psychologique ou spirituelle, ce cœur à

cœur avec Dieu invite la personne à descendre sans cesse au fond d'elle-même pour communier avec son Dieu et devenir l'enfant bien-aimé du Père. On se situe dans l'ordre de la vie théologique qui vient sur-naturaliser toutes nos capacités émotionnelles et spirituelles pour nous introduire dans l'intériorité d'un amour filial envers le Père.

L'intériorité morale ne se confond donc pas avec celle qui est vécue au niveau psychologique car, en cette dernière, l'homme reste trop préoccupé par le flux de ses sentiments. Et l'intériorité chrétienne, tout en s'inscrivant dans la complexité de notre humanité psychique et spirituelle, prend corps dans une nouvelle vie donnée par le Christ. Si ces trois niveaux se distinguent les uns des autres, dans l'ordre de la vie, on ne peut les séparer, ils sont pleinement unis. Voilà pourquoi un vrai combat spirituel est nécessaire pour faire sortir la véritable intériorité humaine et chrétienne de toutes les impasses que nous avons évoquées ci-dessus. Développer cette vie personnelle est l'œuvre d'un véritable travail, mais c'est aussi l'expression de notre dignité humaine et de notre coopération avec Dieu pour vivre un cœur à cœur avec Lui. Découvrir, approfondir et nourrir notre intériorité – sans laquelle toute pratique religieuse risque de rester stérile – nous conduit au cœur de la vie chrétienne. Pour que notre intériorité prenne toute sa force, sa profondeur et son ampleur, n'y a-t-il pas un véritable travail d'évangélisation à accomplir ? Évangéliser, pour l'Église, signifie porter la Bonne Nouvelle dans tous les milieux de l'humanité et, par son impact, transformer du dedans ou rendre neuve l'humanité elle-même : « *Voici que je viens faire un monde nouveau.* » (Ap 21, 5) Mais il n'y a pas d'humanité nouvelle s'il n'y a pas d'abord « d'hommes nouveaux », vivant de la nouveauté du baptême et de l'Évangile. Le but de l'évangélisation est d'opérer en premier lieu ce changement intérieur de la conscience personnelle des hommes, pour qu'ils puissent vivre autrement leur union à Dieu ou leurs



engagements.

Entrer dans l'évangélisation de notre vie intérieure nécessite de prendre le bon chemin. Ce livre veut être un itinéraire de l'âme qui cherche à comprendre comment se construit une intériorité forte. Il est moins la description d'une spiritualité mystique de la vie intérieure qu'une analyse de ce qui constitue notre véritable intériorité et qu'elle puisse prendre toute sa dimension. Car l'intelligence nous apprend à voir ce qui est. On ne peut édifier une vie personnelle sérieuse en demeurant dans l'imaginaire, le virtuel ou l'affectif. Une vie chrétienne se présente comme un effort perpétuel pour être vrai, pour voir clair en toutes circonstances avec un regard que la pureté d'intention rend transparent et que la foi illumine. La mystique est le simple épanouissement de ce réalisme surnaturel, de cette intelligence de l'amour sur-naturalisée par la grâce. La « petite » Thérèse de l'Enfant-Jésus, docteur de l'Amour, ne confiait-elle pas elle-même au terme de sa vie : « Oui, il me semble que je n'ai jamais cherché que la vérité. » (CJ 30/09/1897)

Dans cette quête de vérité et dans cet esprit de formation à la vie intérieure, nous voulons rendre plus autonome le chrétien désireux de construire son intériorité, pour qu'il puisse mieux entrer dans une dépendance réelle à l'Esprit Saint qui nous « *conduit à la Vérité tout entière* » (Jn 16, 13). Ces cinq chapitres proposent une progression pour entrer dans un chemin initiatique commençant par situer le juste rapport entre Dieu et nous-mêmes (chapitre I). Nous approfondirons cette connaissance de nous-mêmes avec la question délicate de la place de l'amour de soi dans la vie spirituelle (chapitre II). Le réalisme des fragilités de notre vie intérieure nous amènera ensuite à scruter la manière dont nos blessures peuvent être évangélisées par la miséricorde divine (chapitre III). Riches de cette réflexion, nous serons en mesure d'accueillir Celui qui est l'auteur premier de

la vie intérieure et qui en donne toute la vitalité : l'Esprit Saint (chapitre IV). Enfin, nous expliciterons combien une vie intérieure surnaturelle non seulement nous ouvre à l'amour du prochain, mais aussi s'en nourrit pour être habitée totalement par ce mystère de la charité, car nous ne pouvons aimer Dieu sans aimer notre prochain (cf. 1 Jn 4, 21).

À chaque chapitre s'entrecroiseront quatre regards complémentaires pour mieux cerner l'ampleur et la complexité de la vie intérieure afin d'« *aimer en actes et en vérité* » (1 Jn 3, 18).

– La prise en compte de l'approche psychologique s'impose, car la question de l'intériorité exige une certaine lucidité sur soi et une appréhension du vécu de la personne.

– Les éléments d'une analyse philosophique permettent de mieux comprendre ce que peut être une véritable intériorité avec ses embûches.

– Le regard théologique élève notre âme à la vie même de Dieu pour nous révéler le réalisme divin d'une intériorité nouvelle, celle d'une vie d'enfant du Père.

– Enfin, le point de vue mystique ou spirituel explicite cette intimité de l'âme envers Dieu et le prochain dans une communion silencieuse d'amour.