

BEATA MARIA VERSEGI

ET SI LA MESSE CHANGEAIT MA VIE ?

humanité • liturgie • vie pratique

Ed||B

PRÉFACE

La présence eucharistique du Christ compte parmi les plus grands dons de Dieu à l'humanité et constitue une ressource spirituelle sans équivalent pour les chrétiens. Pourtant, c'est précisément le caractère concret, tangible et même comestible de ce don divin qui peut dérouter ceux à qui il est fait. Depuis l'époque de Jésus, l'Eucharistie, Corps et Sang du Christ, a bouleversé la compréhension de la Présence réelle tangible et invisible. Elle est une nourriture pour les affamés et un remède pour les malades. Elle est aussi un défi divin qui appelle une réponse pleine et entière. Aujourd'hui, plus que jamais, ceux qui veulent répondre pleinement à ce don ont besoin de guides sages, authentiques et dotés d'un bon esprit pratique.

Ce petit livre est un guide plein de sagesse. Il évite de tomber dans la simplification d'un mystère qui nécessite du temps et de l'attention pour dévoiler ses profondeurs à ceux qui l'approchent. Il oriente le lecteur avec douceur mais fermeté, en tenant ensemble deux aspects inséparables : celui de l'expérience humaine, et celui des paroles ancestrales de la liturgie : comment la messe vécue au cœur de notre humanité change nos vies, de façon concrète. La manière dont cet ouvrage est présenté et organisé lui confère un aspect pratique qui nous invite à aborder de façon nouvelle et enthousiasmante notre vécu de la messe. Il met tout en œuvre pour maintenir le lecteur orienté vers l'essentiel, c'est-à-dire pour l'aider à

recevoir le don divin exceptionnel, de manière à rendre possible cette transformation inouïe de l'être : « **Comme cette eau se mêle au vin pour le sacrement de l'alliance, puissions-nous être unis à la divinité de celui qui a pris notre humanité¹.** »

János Lukács, sj

1. Cf Missel romain.

INTRODUCTION

À QUI S'ADRESSE CE LIVRE ?

À ceux qui sont en recherche, mais n'ont jamais participé à une messe catholique, simplement parce qu'ils pensent que cette cérémonie n'a rien à voir avec leur vie.

À ceux qui se sont sentis touchés par le carillon des cloches, par des espaces sacrés ou des événements liturgiques, mais qui ne peuvent pas encore formuler pour eux-mêmes une interprétation de ce que ces expériences les invitent à faire.

À ceux qui ne vont plus à la messe parce qu'ils ne font plus le lien entre leur vie et les événements liturgiques qui se déroulent dans l'église. Pourtant, ils éprouvent parfois la nostalgie d'une ambiance et d'une expérience spirituelle qui les avaient enchantés dans leur enfance et leur jeunesse.

À ceux qui vont régulièrement à la messe et souhaitent approfondir le mystère de l'Eucharistie, ou encore, saisir dans la célébration de la messe l'écho de la réalité de leur vie et de leurs désirs les plus profonds.

CLÉS DE LECTURE

Dans cet ouvrage, nous explorons notre expérience humaine, comme si nous étions à l'écoute de quelqu'un qui cherche à mieux comprendre ce que signifie être une personne, un être de désir, qui appréhende la vie à travers ses joies, ses douleurs, ses péchés, la libération, l'amour, le sacrifice, la rupture, la rencontre, la communauté, l'extase. Bref, tout ce qui fait notre expérience d'une pulsation de la vie.

Nous arrivons à l'église avec toutes ces expériences vivaces. Que nous le formulions ou non, nous désirons « dépasser », ne serait-ce qu'un instant, cette vie quotidienne ordinaire. L'espace et le temps sacrés nous font sortir de la routine. Ils nous ouvrent aux dimensions invisibles de la réalité : les lumières, senteurs, musiques, vêtements liturgiques et gestes rituels parlent du sacré. Ils nous disent qu'il est possible d'aller au-delà des frontières de ce monde et de percevoir les reflets d'une divine Présence. Là, l'Église, la messe et le sacrement de l'Eucharistie sont précieux en eux-mêmes. La grâce qui en jaillit comme d'une source accomplit son œuvre, en particulier lorsque nous nous laissons former et façonner par ce que nous célébrons, avant de le traduire dans toute notre vie.

Ce livre veut nous faire découvrir que notre vie, la messe à laquelle nous participons, le sacrement que nous célébrons, sont tous trois organiquement liés.

Dans le paragraphe qui suit, je mets en parallèle les mots « messe » et « Eucharistie ». Dans la pratique catholique, nous disons habituellement que nous allons à la messe ou que nous

célébrons l'Eucharistie. Ces deux expressions recourent une seule et même réalité sur laquelle je souhaite m'attarder un peu maintenant.

✿ L'EUCARISTIE : UNE ACTION DE GRÂCE

Le mot grec *eucharistein* signifie « action de grâce ». En effet, lors de la dernière Cène, Jésus prononce une prière d'action de grâce qui accomplit ce qu'elle dit : le pain qu'il bénit devient son Corps, le vin son Précieux Sang.

✿ DU SACREMENT DE L'EUCARISTIE À LA CÉLÉBRATION DE LA MESSE

Par ses paroles « **Ceci est mon corps ; ceci est mon sang** », Jésus institue la messe. Il demandera à ses disciples de la célébrer désormais « en mémoire de » lui. Ainsi, « l'action de grâce » ou sacrement de l'Eucharistie s'élargit dans l'expression liturgique de la messe.

✿ DE LA MESSE À L'ADORATION DU SAINT-SACREMENT

Le pain et le vin sont consacrés pendant la messe. Ils gardent la forme matérielle du pain et du vin, mais en substance², ils

2. L'Église différencie ici, selon les termes de saint Thomas d'Aquin, la *substance* et l'*accident*. L'*accident* est ce qui est perceptible par nos sens, et la *substance* est la nature profonde de ce que nous percevons. Pour comprendre cela, on peut prendre pour exemple une même personne à deux âges de sa vie. En *substance*, c'est toujours la même personne, mais elle se présente à nous un jour sous l'*accident* d'un bébé, et plus tard sous l'*accident* d'un adulte. Lors de la consécration, c'est le contraire qui se produit : l'*accident* (la forme perceptible du pain et du vin) reste le même, mais la *substance* change pour être le Corps et le Sang du Christ. Ce changement de substance opéré lors de la consécration s'appelle la transsubstantiation (N.D.E.).

deviennent le Corps et le Sang de Jésus livrés pour nous, que nous appelons le « Saint-Sacrement ».

La richesse du mot Eucharistie embrasse la vie divine et humaine de Jésus, et sa communion avec les hommes. Dieu et les hommes, les hommes et Dieu se retrouvent à travers le sacrement de l'Eucharistie, même lorsque la messe est célébrée dans le plus grand dépouillement. Celle-ci n'est peut-être pas spectaculaire ni pompeuse ; pourtant, un grand miracle se produit : Dieu vient à nous pour se donner en nourriture sous la forme du pain et du vin.

De temps en temps, l'Église catholique organise un Congrès eucharistique international qui expose aux yeux de tous le trésor caché dans l'Eucharistie. Budapest, par exemple, a accueilli ce grand événement en 1938, et, plus récemment, en 2020. La devise du congrès était : « *En toi toutes nos sources*³. » Ce verset du psaume 86 est une déclaration de foi, une fondation solide. Nous pouvons nous appuyer sur elle en pensant : « Oui, dans l'Eucharistie je trouve toutes mes sources. » En même temps, cette devise nous interpelle : « Que signifie cette source pour moi ? Quelles sont mes sources ? En quoi l'Eucharistie est-elle une source pour moi ? Quels domaines de ma vie en sont irrigués ? Comment l'Eucharistie me renouvelle-t-elle, en quoi me vivifie-t-elle ? »

Le titre de ce livre⁴ s'inspire de la devise du Congrès. J'espère ainsi aider le lecteur à se l'approprier et à devenir un chercheur d'eau vive tous les jours de sa vie.

3. Ps 86, 7.

4. Titre original : « Fontaine de vie » (N.D.E.).

✿ CE QUI SOUS-TEND LA STRUCTURE DE L'OUVRAGE : UNE VIE SPIRITUELLE EN 3 D

En tenant ce livre en main, vous percevrez d'emblée que vous feuillotez un petit guide plein de vie. Nous espérons que, en parcourant les titres des chapitres, vous trouverez des thèmes attrayants. En regardant les sous-titres, vous repérerez une sorte de pulsation intérieure, un rythme récurrent qui vous guidera au fil de la lecture. Ce livre est structuré comme une respiration, au rythme de l'inspiration et de l'expiration : vous reporterez votre attention alternativement sur l'extérieur puis au-dedans de vous. Vous commencerez par regarder ce qui se passe autour de vous, puis vous vous concentrerez sur ce qui vous touche à l'intérieur. Vous pourrez même penser à une musique rythmée ou à une danse. Les chansons, les morceaux de musique, les chorégraphies ont chacun leurs éléments constitutifs fondamentaux. La musique et la danse prennent vie en nous à condition de ressentir leur rythme et de nous mettre en mouvement en formulant une expression qui jaillit du plus profond de notre être. La structure de ce livre n'est rien d'autre qu'une invitation à une danse spirituelle commune, à jouer de la musique ensemble.

L'ouvrage comporte trois chapitres :

I. S'accorder pour dialoguer

II. Un sacrifice peut-il être un don ?

III. Notre chemin vers la communion

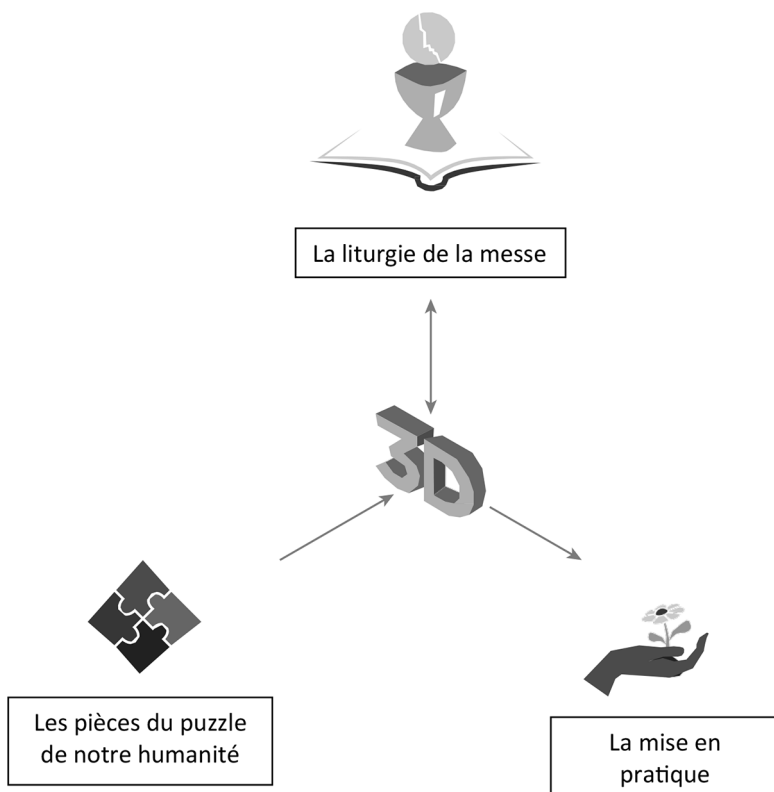
Chacun d'eux s'articule autour de sous-titres correspondant aux trois dimensions de la vie spirituelle : l'être humain, la liturgie eucharistique, la mise en pratique.

Nous commençons par nos expériences humaines fondamentales. C'est pourquoi j'ai intitulé cette première partie : « Les pièces du puzzle de notre humanité. » Elle montre certains aspects de la réalité complexe de notre être ; cependant, leur assemblage nous donne un aperçu du tableau dans son ensemble. Sur la page appelée « Quête spirituelle », vous trouverez différentes prières. Lorsque vous vous tournez vers Dieu, vous donnez une direction à vos questions et à la recherche de sens qui jaillit de vos expériences.

La deuxième partie est une réflexion sur la liturgie de la messe et ses étapes. Nous commentons d'abord le rite d'introduction et la liturgie de la Parole ; puis nous nous arrêtons sur la liturgie eucharistique proprement dite ; enfin, nous nous penchons sur le rite de communion et l'envoi.

La dernière partie est la mise en pratique. Vous découvrirez des actions très concrètes à mettre en œuvre, des témoignages vécus et des exercices spirituels adaptés à la vie de tous les jours. Ces derniers suggèrent différentes attitudes et approches spirituelles qui peuvent être pratiquées dans la vie ordinaire. Grâce à eux, nous réussirons à mieux intégrer dans notre quotidien les grâces reçues pendant la messe. De cette manière, l'Eucharistie devient une source vivifiante pour nous et pour notre entourage.

Nous entrons de la sorte dans une « vie spirituelle en 3D » en faisant référence à l'être humain, à la liturgie eucharistique et à sa mise en pratique dans la vie quotidienne.



🧩 UN RYTHME À QUATRE TEMPS

Le rythme de base de l'ouvrage est à quatre temps : je me rends présent ; je perçois la réalité, source de révélation ; je coopère avec Dieu ; et enfin, je rends grâce. Ces moments clés ont une signification humaine, théologique et pratique qui nous aide à voir et à vivre nos vies en 3D pour grandir dans la vie spirituelle.

Explorons la signification de ces quatre temps :

Je me rends présent partout où je suis, de tout mon cœur et de toute mon âme. Dieu a dit oui à ce monde en le créant, et il nous assure de sa Présence, en particulier dans l'Eucharistie.

Je perçois la réalité, source de révélation, à travers mon corps et mon âme. Je vois, j'entends et je touche ce qui m'entoure. J'accède aussi à la réalité de l'autre. J'écoute la Parole de Dieu et j'accueille en toute conscience l'événement qu'est la liturgie de la messe.

Je coopère : je prends part, non à ce qui pourrait ou devrait être, mais à ce qui est, ici et maintenant. Je coopère de manière responsable à ce qui se révèle à l'extérieur et à l'intérieur de moi. Jésus envoie son Esprit Saint afin qu'il vive en moi, en nous et que nous collaborions à son action.

Je rends grâce : je suis capable de me souvenir des bonnes choses que j'ai vécues et qui m'ont été données. Ma capacité à rendre grâce me relie à mon existence. Ma vie n'a pas été créée par moi pour moi-même. Elle m'est offerte comme un cadeau. Aussi, ma capacité à découvrir les signes et les valeurs de la vie, quelles que soient les situations belles ou difficiles que je traverse, me ramène au fondement de mon existence, à la réalité de la vie comme don. Elle me relie au Créateur. Ma vie devient plus forte grâce à l'action de grâce, renouvelée encore et encore. Si je reconnais ce qui est beau, vrai et bon – même sous leur apparence la plus modeste – je découvre la pulsation de la vie en moi. Je prends conscience que je n'ai pas un second rôle : je deviens l'acteur principal de ma vie. Or, l'Eucharistie est une action de grâce : elle est la source nourricière de chaque action de grâce de ma vie quotidienne.

POUR CONCLURE

À la fin de ce livre, vous trouverez un chapitre intitulé « Pour conclure ». Vous pourrez vous y référer chaque fois que vous déciderez d'interrompre votre lecture et de poser le livre. Il vous aidera à réintégrer consciemment la vie quotidienne et à mettre en pratique ce que vous y avez découvert, afin de vivre une vie proprement « eucharistique ».

SE METTRE AU DIAPASON

Pour mieux vous familiariser avec ce livre, je vais maintenant passer brièvement en revue les expériences humaines que je décris dans les trois chapitres. Ainsi, vous comprendrez la structure de l'ouvrage et vous pourrez vous y repérer plus facilement. Nous allons en quelque sorte contempler ce paysage à vol d'oiseau pour nous en faire une idée générale et en saisir les principales caractéristiques, avant de le détailler à la longue-vue. Cela nous aidera à nous sentir chez nous et à nous y déplacer plus librement.

1. S'ACCORDER POUR DIALOGUER

Nous avons la capacité de percevoir la réalité divine. Saint Augustin le formule succinctement : l'être humain est *capax Dei*, « capable de Dieu ». Cette capacité se révèle lorsque je pense par exemple qu'il existe quelque chose au-delà de ce que je perçois par mes sens ou appréhende par mon intelligence. Pour entrer en relation avec les autres, j'ai besoin de regarder, de toucher, de parler. Or, la prière est l'activité humaine par laquelle nous entrons en relation avec Dieu. Nous ne faisons pas de monologue, nous ne regardons pas dans le vide et nous ne tâtonnons pas non plus dans le néant. Si nous pouvons être en harmonie avec Dieu, cela provient d'une relation qui existe déjà : Dieu, en effet, a accordé sa divinité à notre humanité avant même que nous soyons accordés à lui.

La prière est donc la réponse humaine à la relation et au dialogue initiés par Dieu. Le prophète Isaïe le constate : « Comme la pluie et la neige qui descendent du ciel n'y retournent pas avant d'avoir arrosé la terre, la fertilisant et la faisant germer pour fournir la semence au semeur et le pain à celui qui doit manger, ainsi en est-il de la parole qui sort de ma bouche : elle ne me reviendra pas sans résultat, sans avoir fait ce qui me plaît, sans avoir accompli sa mission » (Is 55, 10-11).

La Parole de Dieu est une pluie rafraîchissante qui vient gonfler et remplir de vie les grains, surtout lorsqu'ils sont secs, pour les féconder et leur faire produire du fruit. Nous le savons bien : celui qui met en pot une plante d'intérieur ne peut pas s'attendre à ce qu'elle prenne racine sans arrosage.

La vie en évolution a besoin de soleil, de lumière et de pluie venant d'en haut : tout cela aide la plante à croître. Et l'homme assure l'indispensable entretien du sol.

De la même manière, considérons la prière comme un dialogue offert par Dieu. Il a un message pour nous. Dans ma relation avec lui, je suis le destinataire. Dieu m'invite à une rencontre personnelle qui touche toute mon humanité, mon corps et mon âme, comme la pluie imprègne le sol et pénètre partout.

2. UN SACRIFICE PEUT-IL ÊTRE UN DON ?

Offrir un cadeau est une façon privilégiée d'exprimer son affection dans la relation. C'est une dimension incontournable du partage. L'un donne et l'autre reçoit. Je peux faire cadeau de mon temps, de mon attention, de mon argent et même, de moi-même à l'autre. Quand cette relation devient

importante pour moi, je cherche ce que je pourrais lui donner, ce qui lui ferait plaisir, ce qui lui serait utile.

Parfois, notre profession exige que nous offrions notre temps, nos connaissances, notre créativité, notre force physique ou spirituelle aux autres. Nous faisons l'expérience qu'il n'y a pas d'engagement ni de croissance sans don de soi. L'expression « consacrer sa vie » à son travail, à sa famille, à une œuvre, est entrée dans le langage courant. En disant cela, nous exprimons notre gratitude à une personne pour sa constance et son engagement. Il arrive que nous ne comprenions pas comment quelque chose puisse être si important au point d'y consacrer sa vie. De l'extérieur, nous ne sommes pas sûrs que cela vaille la peine d'agir de la sorte.

Pensons par exemple à ceux qui pratiquent des sports extrêmes : les alpinistes, les explorateurs de l'Arctique, les marins qui font le tour du monde à la voile. Peut-être ne comprenons-nous pas pourquoi ils consacrent leur vie à ces activités. Pourtant, nous les honorons en raison de leur engagement et de leurs sacrifices. Nous percevons en quelque sorte qu'à travers le don de soi, il est possible de se dépasser et de transcender l'ordinaire de nos vies.

La Bible dit : « *Que chacun donne comme il a décidé dans son cœur, sans regret et sans contrainte, car Dieu aime celui qui donne joyeusement* » (2 Co 9, 7).

La liberté et l'altruisme sont l'essence du don et de la générosité. Quand nous éprouvons la joie de donner, nous expérimentons cette liberté intérieure et cet altruisme. Nous nous oublions, tout simplement ; nous ne nous demandons pas si cela vaut la peine d'investir une telle énergie, parfois douloureuse. Nous pensons au bien de l'autre. Un tel don désintéressé a un pouvoir créateur. Là où nous donnons, une

fête est créée : celui qui donne et celui qui reçoit célèbrent ensemble.

L'élan d'offrande gratuite et désintéressée caractérise l'amour avec lequel la personne veut se donner à l'autre – même en acceptant quelque sacrifice – pour laisser naître la joie d'une fête.

3. NOTRE CHEMIN VERS LA COMMUNION

Sur les réseaux sociaux, nous envoyons et recevons des messages. Ils sont souvent très courts ; nous nous exprimons parfois avec des émoticônes, auxquelles il n'est pas toujours facile d'associer des concepts bien définis. Il arrive parfois qu'on nous confie la mission de transmettre un message à quelqu'un. Lorsque nous acceptons cette tâche, nous devenons des messagers.

On peut considérer le messenger comme un ambassadeur : il assure la relation entre deux pays, deux mondes. Le succès de sa mission exige qu'il connaisse et interprète correctement l'intention de l'expéditeur ; en même temps, il doit être capable de faire comprendre cette intention à ceux vers qui il est envoyé. Lorsqu'il assure une médiation entre deux pays, il lui est utile de connaître leur langue. C'est un grand atout de connaître également les coutumes, la culture, l'histoire, le climat et la gastronomie locale.

Le messenger voyage. C'est sa caractéristique : il peut faire plusieurs allers-retours d'une personne à l'autre. Il a parfois l'impression de marcher dans un *no man's land*. Il transmet toujours son message, même s'il éprouve de l'incertitude, même si les circonstances le rendent vulnérable. Il se demande parfois si le message est compris ou non.

Le messager est aussi un interprète en quelque sorte. Lorsqu'il délivre son message, il en donne inévitablement une interprétation par le ton et la gestuelle qu'il emploie. Il faut reconnaître que le message affecte également le messager. Ses pensées, ses actes et sa vision des choses en sont influencés. De plus, ses expériences personnelles interviennent aussi dans la façon dont il délivre le message, ce qu'il souligne, ce qu'il met en valeur. Il peut aller jusqu'à se dire : « Ne serait-il pas plus simple que les deux parties communiquent directement ? Est-ce que je me souviendrai correctement du message à transmettre ? Serai-je capable de le délivrer de la bonne manière ? Comment ce message sera-t-il perçu ? »

Jésus envoie ses disciples devant lui. Saint Luc écrit : « Le Seigneur en désigna soixante-douze, et il les envoya deux par deux, en avant de lui, en toute ville et localité où lui-même allait se rendre » (Lc 10, 1). Leur travail consiste à préparer sa venue. Or, ils partent deux par deux : à leur tâche missionnaire s'ajoute celle de se soutenir mutuellement. Leur relation fraternelle est déjà en elle-même un message. Jésus précise ce qu'ils n'ont pas besoin d'emporter pour le voyage. Une seule chose est absolument nécessaire : la paix du cœur. Il leur demande de franchir le seuil d'une maison en offrant aux habitants la paix qui les habite. En effet, la Bonne Nouvelle, joyeuse et vivifiante, est recevable parce qu'elle est exempte d'arrogance, de supériorité et de violence. Une atmosphère de paix crée le terreau d'ouverture et de réceptivité indispensable à la mission.

Le messager est un être de communion. Il relie les personnes, les mondes, les pensées, les sentiments et les actions. Le sens littéral du mot communion est extrêmement riche : il inclut et exprime l'unité, la communauté et la communion spirituelle.

La plupart des langues l'utilisent également pour désigner l'acte de la communion eucharistique.

Un messenger est donc une personne de communion, car il peut s'identifier à l'expéditeur, au message, à ses compagnons, mais aussi à ceux vers qui il est envoyé.

L'atmosphère de paix et l'attitude calme et équilibrée permettent de s'accorder les uns aux autres et de créer l'unité. Le fait que nous soyons différents rend nos vies plus riches et plus colorées.

1

S'ACCORDER POUR DIALOGUER

LES PIÈCES DU PUZZLE DE NOTRE HUMANITÉ



La conversation est l'activité constitutive de toute relation. Lorsque nous nous rencontrons, il est naturel que nous nous parlions. Toutefois, deux personnes qui communiquent ne dialoguent pas nécessairement. À l'issue de certaines conversations, nous avons l'impression que, bien que nous ayons dialogué, nous ne nous sommes pas rencontrés. À l'inverse, parfois, après avoir échangé seulement quelques mots ou même s'être regardés sans un mot en silence, nous avons l'impression de nous être rapprochés. Le dialogue exige de se prêter attention et de se mettre au diapason de l'autre. Parfois, nous nous sentons touchés au cours d'une conversation. Dans ce cas, nous sommes présents avec tout notre être – corps et âme.

Dans les pages suivantes, nous aborderons les thèmes du dialogue, de l'appel, du corps et de l'âme.

✿ LE DIALOGUE

Nous ne pouvons parler de dialogue que lorsque nous sommes présents les uns aux autres ; quand nous avons suffisamment de temps, d'espace et d'attention, conditions nécessaires pour nous rencontrer. Nos pensées et nos sentiments s'expriment à travers nos paroles. Parfois, en entendant nos propres mots, nous cherchons à les modifier pour trouver l'expression la

plus appropriée qui traduise notre monde intérieur. Nous ressentons également la présence et l'attention de l'autre qui nous aide ou nous empêche de nous exprimer clairement. La parole, l'écoute ainsi que la reformulation nourrissent la dynamique du dialogue. Je m'exprime et j'écoute l'autre. Les paroles et l'écoute s'amplifient mutuellement ; leur harmonie donne naissance à une compréhension plus profonde.

Le mot *dialogue* implique que deux personnes se parlent : elles ont des messages l'une pour l'autre et s'intéressent l'une à l'autre. Le dialogue n'est pas qu'une conférence. Il n'est pas seulement une communication de soi mais une ouverture au message de l'autre.

Le dialogue exige que nous soyons capables de nous remettre en question. Quelque chose qui semble sans ambiguïté pour nous peut apparaître douteux à d'autres. Quelque chose peut être clair pour nous, mais obscur pour eux, ou bien logique pour nous, mais incompréhensible pour d'autres. Dans le dialogue, nous laissons transparaître notre volonté de nous repenser et de reformuler notre monde intérieur. Le dialogue avec mon interlocuteur me donne l'occasion de faire une nouvelle rencontre avec moi-même.

Ce dialogue va bien au-delà de la rencontre sincère avec moi-même, puisqu'en écoutant l'autre, je m'efforce de m'imprégner de son monde. J'acquiers ainsi de nouvelles connaissances. Je peux percevoir ce qui est important, voire essentiel pour lui, ainsi que ce qui lui cause de la joie ou de la tristesse. Lorsque je cesse de faire un monologue, j'entre dans l'espace d'une rencontre possible : un nouveau monde s'ouvre devant moi. Je m'oublie un instant, je sors de ma propre fermeture et j'offre à l'autre la possibilité d'être vraiment lui-même avec ses pensées, ses émotions et ses efforts. Puisque le dialogue

est inévitablement une interaction, je m'expose aux effets des expériences de l'autre. De cette façon, je reçois non seulement ses informations, mais aussi ses impressions et ses sentiments.

Même si ma seule intention est de l'écouter, je réalise soudain que sa parole, sa personnalité exercent une influence sur moi. Si j'entre sincèrement dans ce dialogue, je prends le risque de changer – ne serait-ce qu'un tout petit peu – après celui-ci. Si ce n'est pas le cas, cela signifie probablement que je ne suis pas entré dans l'espace de rencontre : je n'ai pas quitté ma zone de confort ni l'attitude de celui qui sait déjà tout. J'ai défendu ma position, et je n'ai pas saisi l'occasion du dialogue pour changer et grandir.

Lorsque je m'expose aux effets de l'autre, je prends le risque de sortir de ma zone de confort. Je renonce au repli sur soi ou la fuite pour me sentir en sécurité. C'est souvent la raison pour laquelle nous avons peur des vraies rencontres. Demandons-nous donc quels effets mon interlocuteur a eus sur moi pendant le dialogue. Quels sentiments ai-je ressentis en l'écoutant ? De quelle manière ai-je été inspiré par ses paroles ? Comment vais-je m'y prendre avec ces sentiments et ces pensées qui ont surgi en moi ? Quel est leur message ? Qu'est-ce que je veux en faire ?

Nous ne pouvons dialoguer efficacement avec nous-mêmes que si nous osons rencontrer les autres et si nous permettons à leur altérité d'avoir un réel effet sur nous. Sinon, la matrice de nos pensées ne fera probablement que se répéter et se prouver à elle-même qu'elle a raison, ce qui ne nous permettra pas de changer et de grandir.

L'APPEL

Dans la Bible, l'être humain est appelé à l'existence par Dieu qui s'adresse à lui comme à une personne. Selon le récit de la création, Dieu dit : « *Que soit* » et cela fut. Sa parole n'est pas qu'un simple transfert d'informations ; elle a un pouvoir créateur. Lors de la création de l'être humain, il dit : « *Faisons l'humanité* » (Gn 1, 26). Cela ressemble à un dialogue intérieur en Dieu lui-même. L'être humain a été appelé à l'existence par une parole créatrice qui jaillit du dialogue intérieur de Dieu. Les autres êtres vivants sont créés selon leur espèce, mais les êtres humains le sont à l'image et à la ressemblance de Dieu, afin d'être et de vivre en relation avec Dieu.

Dès les premières pages du livre de la Genèse, les humains sont décrits comme étant ceux à qui Dieu parle. Apparemment, Dieu leur apprend à parler en s'adressant à eux, en les bénissant et en les soignant. Celui qui est appelé est déjà sorti du monde obsessionnel de l'apathie et de l'anonymat ; celui qui est appelé est déjà devenu quelqu'un. Celui qui est appelé se rend compte qu'il est unique, puisque Celui qui s'est tourné vers lui l'a reconnu, le considérant comme suffisamment précieux pour entrer en contact avec lui. Il a un message pour lui.

Celui qui prend conscience qu'il est précieux pour quelqu'un ressent certainement de la joie et de la gratitude. Ce sentiment est sans doute très similaire à la joie de ceux qui tombent amoureux : « Mon bien-aimé m'a remarquée, il m'a adressé la parole, il m'aime et je suis si heureuse d'éprouver le sentiment d'être choisie ! » La gratitude n'est rien d'autre que ce sentiment : « Je suis si heureux qu'une bonne chose se soit produite ! » Par conséquent, un désir se fait jour en nous : « J'aimerais pouvoir à mon tour rendre cette bonté ! » Lorsque nous comprenons que le bien qui nous est arrivé dépasse ce que nous méritons ou

espérons, ou ce que nous pourrions créer pour nous-mêmes, la générosité surgit en nous. Nous désirons partager notre joie avec les autres, partager ce que nous avons reçu. Un cœur reconnaissant est un moteur de générosité.

Ce que nous lisons dans le récit biblique de la création est vrai aussi pour notre histoire personnelle. La vie est le cadeau que Dieu nous fait. En avons-nous compris la valeur ? Nous sommes appelés à l'existence et nous avons vocation à devenir un être de réciprocité et d'action de grâce.

L'action de grâce est le mode de vie de ceux qui ont saisi combien la vie et toute la création sont des cadeaux que Dieu leur offre. La vie eucharistique – ou vie d'action de grâce – est un élément fondamental de l'identité humaine. Qu'est-ce que l'être humain ? Qui suis-je ? Quelle est mon identité ? Notre réponse est la suivante : l'être humain est celui à qui est offerte la vie présente en ce monde et qui est appelé à cultiver ce don.

Je suis appelé par mon nom à l'existence. Si je veux y répondre simplement, je n'ai qu'à me tourner avec reconnaissance et gratitude vers Celui qui m'a appelé à l'existence.

✿ CORPS ET ÂME

Comment participons-nous à un dialogue ? Comment prenons-nous conscience que nous sommes appelés ? En tant qu'être humain, ce qui nous caractérise est que nous avons un corps et une âme. Toutes nos communications se concrétisent à travers notre corps et notre âme. Nos oreilles entendent les mots, notre intelligence les comprend et notre liberté décide comment agir. En fait, chaque message affecte notre âme. Nous sommes présents à la relation par notre corps et notre âme. Il y a des situations de vie que nous ne pouvons

pas mettre en mots au moment où nous les traversons. Nous les vivons au plus profond de notre âme au point que nous n'avons « pas de mots pour le dire ». Nos gestes, nos yeux, nos larmes, notre sourire ou notre toucher peuvent exprimer ce que nous ne pouvons pas dire avec des mots.

L'expression visible de la relation avec soi-même et avec les autres passe par le corps. C'est le lieu où s'expriment nos sentiments, nos efforts, nos désirs intérieurs et – dans une certaine mesure – notre système de valeurs. Le corps nous rend visible à nous-mêmes et aux autres.

Notre attitude envers notre corps signe notre comportement envers la vie : la manière avec laquelle nous affirmons, acceptons, prenons soin, rejetons ou détestons la vie. Cela exprime aussi notre façon de comprendre la vie : nous la découvrons et la recevons comme un cadeau, ou nous essayons seulement de survivre, ou bien nous sentons que la vie nous consume, ou encore nous la refusons.

Le miroir reflète notre image. De même, notre identité se laisse voir au monde par notre corps, notre visage, bien que notre réalité intérieure ne se manifeste qu'en partie, à travers cette apparence.

Nous participons par notre corps à une réunion et nous agissons ensemble de façon complémentaire. Même si la profondeur, l'intimité et la qualité d'une rencontre personnelle sont données par les âmes en harmonie les unes avec les autres, nous avons besoin du corps, demeure de notre âme, pour expérimenter la réalité de la rencontre humaine.

Dans un certain sens, je suis mon corps ; cependant, je suis davantage que mon corps. Parfois, il est comme un voile ou même un mur. Nous faisons l'expérience de sa fragilité et de

sa faillibilité. En certaines occasions, il nous semble que ses limites pourraient entraver l'essor de notre âme. S'il tombe gravement malade ou est blessé, nous voilà incapables d'accomplir ou d'expérimenter ce que nous désirons tant faire. Notre corps nous met face à nos limites et à notre finitude.

Nous, les humains, sommes des êtres spirituels incarnés. Nous apprenons à accorder l'un à l'autre notre âme et notre corps⁵.

5. Voir Beáta Mária Versegi, "Mozgásban a testem és én", in *Embertárs*, 4 (2015), p.385.

QUÊTE SPIRITUELLE

Dieu, mon Dieu, j'ai soif de l'eau de la source vivifiante,
Renouvelle-moi, donne à ma vie la plénitude.

Ô Dieu, mon Dieu, j'aspire à la rencontre.
Mais serai-je assez attentif
Pour la saisir et l'apprécier quand elle se présentera à moi ?

J'aspire à être remarqué, à être appelé par mon nom ;
J'aspire à rencontrer quelqu'un qui a du temps pour moi
et qui m'écoute ;

J'aspire à recevoir ses paroles, à les intérioriser,
Je désire être accordé à ses sentiments,
À partager avec lui/elle des espoirs et des projets.

J'aimerais que nous puissions nous comprendre au-delà des mots,
À travers notre regard et nos gestes.

Ô Dieu, mon Dieu, j'aspire à ce que tu viennes personnellement
Tout près de moi ;
Adresse-toi à moi, touche-moi,
Fais-moi te connaître.

Ô Dieu, mon Dieu, j'aspire à la rencontre ;
Forme et façonne-moi par tes paroles
Et par le dialogue avec toi.