



Jésus, un maître de la contemplation,
par Kim Nataraja et Laurence Freeman, osb

Dans les prochains *Enseignements hebdomadaires*, je voudrais vous partager quelques extraits de *Journey to the Heart* [Voyage au cœur]. Ce livre est constitué des conférences données par les intervenants d'un cours sur les *Racines du mysticisme chrétien*, composé de 30 séances hebdomadaires sur une année et donné pendant quatre ans par mon mari Shankar et par moi-même, sous l'égide de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne, au centre de méditation chrétienne de Londres. L'objectif de *Journey to the Heart* et du cours est de présenter notre tradition aux méditants et de permettre aussi à d'autres personnes intéressées par la mystique chrétienne de découvrir, à la suite de quelques maîtres spirituels clés, ce riche ruisseau qui coule à travers les âges. La lecture du livre est conçue comme un voyage spirituel de découverte ; ce n'est pas une collecte de données mais davantage un processus de croissance en s'exposant à la sagesse de ces maîtres. J'espère que ces extraits sauront vous donner envie de lire l'ensemble du livre.

Laurence Freeman introduit l'ouvrage en nous menant au fondement de la prière contemplative chrétienne, Jésus. Il ne le fait pas avec des citations particulières de l'Écriture, comme cela s'est fait par le passé, mais en soulignant que c'est la façon d'enseigner de Jésus et sa manière d'être qui révèlent qu'il est un maître de la contemplation.

Laurence commence sa réflexion par l'histoire de Marthe et Marie : « Jésus vient visiter Marthe et Marie, deux sœurs, deux de ses amies. Marthe, qui représente la vie active, l'accueille dans sa maison tandis que Marie, qui symbolise la vie contemplative, est assise à ses pieds et écoute ses paroles. Le texte dit qu'elle s'assoit et reste là. Marthe cependant s'extrait de ses nombreuses tâches pour faire irruption comme une sorte de terroriste domestique et laisser éclater sa plainte devant Jésus : « Seigneur, cela ne te fait rien que ma sœur m'ait laissée faire seule le service ? Dis-lui donc de m'aider. »

Marthe est clairement la vedette ou l'anti-héroïne de cette histoire. Le lecteur s'identifie naturellement et sympathise avec elle. Qui n'a pas ressenti un jour la même chose ? Elle n'est pas d'humeur agréable mais Jésus ne la condamne pas - le narrateur et le lecteur non plus - parce qu'on voit bien qu'elle est en état de souffrance, qu'elle se sent seule, en colère, persécutée, accablée, abandonnée. Son ego est douloureusement enflé et elle considère que tout tourne autour d'elle. Si nous devons donner dans son repos céleste une tâche de plus à cette Marthe aux multi-tâches, ce serait d'être la sainte patronne du stress dont elle montre tous les symptômes classiques. Pourtant, derrière cette auto-dramatisation, elle ne cherche qu'à réussir à préparer un bon repas, à être accueillante. Pourquoi ne demande-t-elle pas directement à Marie de l'aider ? Pourquoi en fait-elle reproche à Jésus et devient-elle la seule disciple des Évangiles qui lui

dise quoi faire ? Ce sont là des questions qui, à un certain niveau de lecture de l'Écriture, nous rendent cette histoire intéressante en nous donnant un aperçu de son « sens moral ». Comment cette histoire nous aide-t-elle à comprendre notre propre comportement ? Mais à un niveau spirituel plus profond, il ne s'agit pas pour nous de psychologie mais de ce qui constitue vraiment notre humanité. Les deux sœurs ne représentent pas seulement deux types de personnalité, mais les deux moitiés de l'âme humaine. C'est implicite dans la façon dont Jésus répond à Marthe.

Calmement, il explique tout d'abord à Marthe de façon amicale qu'elle a perdu contact avec elle-même. Il prononce deux fois son nom pour la ramener à elle. Elle apprend alors, nous l'espérons, à l'écouter comme le faisait Marie. « Marthe, Marthe, tu te donnes du souci et tu t'agites pour bien des choses », lui dit-il. Jésus ne reproche pas, mais il diagnostique son problème en montrant combien elle est devenue étrangère à son autre moitié, sa sœur. Il dit à Marthe qu'elle est parvenue à un stress ingérable devant ses nombreuses tâches alors qu'« une seule chose est nécessaire ». Il ne définit pas cette chose unique. Mais cette « chose unique » est sûrement d'être une, d'intégrer de nouveau le moi divisé dont la fracture interne l'a conduite à la colère et la violence. Dans ses paroles suivantes, Jésus défend la dimension contemplative de la vie qui est régulièrement l'objet d'attaques de la part du côté activiste du moi divisé, pour être inutile, improductive et égoïste. Cette unité première de l'âme, qui est équilibre et harmonie entre action et contemplation, décide de l'ensemble du mode de vie et de sa tonalité. Sans elle, tous les aspects de la vie sont fragmentés. En termes religieux, la théologie, la prière et le culte sont tous atteints par cette division interne. Même la foi finit par dégénérer en idéologie et en conformisme social sans la dimension contemplative. D'une façon plus générale, la psyché humaine s'effondre dans l'unilatéralité, le déséquilibre et l'absence d'harmonie. Voilà pourquoi Jésus dit cette phrase qui pourrait être interprétée à tort comme une critique à Marthe : « *Marie a choisi la meilleure part, elle ne lui sera pas enlevée* ». Il dit en fait que l'être passe avant le faire et que la qualité de notre être détermine la qualité et l'efficacité de toutes nos actions. Nous n'entendons pas la réponse de Marthe. Est-ce qu'elle lève les bras en signe de désespoir et sort en claquant la porte, ou est-ce qu'elle se calme soudain et fait ce qu'elle aurait dû commencer par faire : demander à Marie de l'aider ? Ce serait un test du travail de Marie. Si elle avait dit « non, je contemple, laisse-moi tranquille », elle aurait montré que son travail n'est pas authentique. Si elle s'était levée d'un bond pour donner un coup de main, son autre côté aurait été en harmonie. L'erreur de Marthe, celle des cultures, des religions et de bien des personnes, est de ne pas s'être rappelée que Marie travaillait aussi.

Nous sommes tous Marthe et Marie. Notre déséquilibre est représenté ici par Marthe qui révèle que ce problème est universel. La seule chose nécessaire est de ramener les deux moitiés de notre âme en amitié et en équilibre. Il y a bien des façons de le faire. Le plus important est bien sûr de retrouver le travail que Marie est en train de faire - Marthe avait oublié la valeur de la non-action de Marie : même si Marie semble ne rien faire, elle travaille, écoute, se tient attentive et immobile.

Cette histoire nous montre que Jésus est un maître de la contemplation qui comprend et révèle que l'intégrité est un équilibre et une intégration sacrés. C'est ce que Jésus enseignait, pas seulement en paroles mais par l'exemple. Dans l'Évangile de Luc en particulier, nous le voyons fréquemment arrêter son rythme rapide de vie, sa prédication, ses guérisons et ses voyages, pour se retirer dans des lieux calmes et prier seul ou avec quelques-uns de ses disciples (Lc 6,12 ; 9,18 ; 22, 39). S'il n'y avait pas eu une harmonie entre

ce qu'il enseignait et ce qu'il faisait, son enseignement aurait manqué d'autorité. L'identité chrétienne dépend directement de cette autorité. » *Laurence Freeman, osb.*

(Extrait de *Journey to the Heart - Christian Contemplation through the centuries – an Illustrated Guide* [Voyage au cœur – La contemplation chrétienne à travers les siècles - guide illustré], sous la direction de Kim Nataraja, Canterbury Press, Norwich, 2011, 352 p., Paperback, 2012)