

Le cheminement spirituel : un processus de maturation ?

par Yvon R. Théroux ¹

Comment discerner où se situe notre quête d'infini ? L'éventail des chemins est pluriel et tellement varié. La confusion engagée entre spirituel et religieux dans le vocabulaire courant ne contribue pas à nommer adéquatement les différentes expériences vécues par de nombreuses personnes qui, d'hier à aujourd'hui, poursuivent une route les menant au-delà d'un face à face avec elles-mêmes ou avec d'autres. Le monde invisible, un au-delà pressenti ou intuitionné, fascinent l'humain depuis la nuit des temps. N'y a-t-il pas lieu de clarifier certains termes au départ ? Ensuite, d'examiner les critères qui permettraient de qualifier le cheminement spirituel des uns et des autres. Car chaque personne désire être vraie avec elle-même et avec les autres. Notre conclusion voudra ouvrir d'autres questions en lien avec l'incontournable expérience du silence.

Partons de cette citation fort bien nuancée et très éclairante concernant le « spirituel ». Elle pose des balises simples, mais justes, des limites entre l'expérience proprement spirituelle et une de ses modalités constituée par l'expérience religieuse qui s'en distingue.

« Le spirituel fait appel à ce qui relève de la conscience, de l'être à sa source. Il désigne cette caractéristique de l'être humain qui consiste à n'être ni totalement assujéti ni absolument souverain dans l'univers, de telle sorte qu'il accède à la liberté en reconnaissant et en respectant une vie qui vient de plus loin que lui et l'appelle au dépassement. Une *expérience spirituelle* consiste à s'ouvrir à cette vie profonde, intime et cosmique à la fois, à entendre ses appels, à y conformer son agir. Elle conduit à donner un sens unifiant, décisif et fondamental à l'existence. Pour ceux et celles qui nomment cette réalité Dieu, le spirituel prend une connotation religieuse et se vit sous le mode de la communion à une présence, de la fidélité à un amour.

D'autres y voient plutôt un niveau de conscience, une disponibilité aux exigences intérieures, un radical affranchissement du matérialisme, une orientation de sa vie en fonction d'un absolu qui peut prendre la forme d'une cause sociale ou politique, d'une recherche du beau ou du vrai, d'un service à l'humain. On peut parler de spirituel quand on dépasse l'ordre des considérations purement utilitaires et immédiates, pour accéder au domaine de l'altruisme, de la gratuité, de la liberté intérieure, de la contemplation. » ²

Cette définition nous fait comprendre que toute femme, tout homme répond au premier sens tiré de l'étymologie du terme « spirituel » : ce qui relève de l'esprit humain. Quelle que soit la position existentielle des uns et des autres – celle de l'agnostique, de l'athée, de l'humaniste ou du religieux – une expérience spirituelle est alors vécue en dehors de tout doute raisonnable. Le contexte situationnel détermine le genre d'expérience vécue, soit spirituelle ou religieuse. Les deux expériences sont intégrées dans l'univers plus grand du sacré, là où s'exprime l'aspiration à la transcendance, bref, le passage du dépassement de soi à la reconnaissance de « plus grand que soi ». La première phase de tout cheminement spirituel se décrit dans notre capacité de se situer dans cet Univers où les premiers instants de vie nous ont propulsés. C'est l'écrin dans lequel nous sommes tous placés. Nous ne ménageons aucun effort pour

¹ Entretien lors de la rencontre des responsables et co-animatrices et animateurs de communautés de méditantes et de méditants du Québec à Châteauguay les 15, 16 et 17 avril 2005.

² Conseil supérieur de l'éducation, *Éthique, spiritualité et religion au cégep*, Québec, Direction des communications du Conseil supérieur de l'éducation, 1992. No. 50-1028, 112 p. (p.53).

l'observer, le scruter, l'examiner, l'explorer. Notre désir de trouver des traces primitives et primaires de vie nous excite. Nous voudrions tellement ne pas être seuls dans cette immensité enivrante.

En plus petit, notre lieu géographique et l'époque de notre naissance constituent notre microcosme, c'est-à-dire un « petit univers à notre échelle ». Nous voulons savoir, nous voulons connaître nos origines, palper la culture ambiante, retracer des racines. La vie ne peut que produire de la vie. Nous sommes faits pour la vie. Une *spiritualité cosmique* d'abord et avant tout. Celle-là même qui nous incite au respect de notre environnement immédiat et, plus largement, de notre planète ; qui nous convoque au respect intégral de toute vie, végétale, animale et humaine. Voilà bien un commun dénominateur entre tous les courants de type humaniste, écologique, spirituel et religieux.

M'adressant particulièrement à des méditantes et à des méditants de la tradition chrétienne, je vais maintenant examiner des critères qui pourraient aider à vérifier soi-même l'authenticité de sa démarche spirituelle à l'intérieur d'un processus de maturation. Pour ce faire, je vais m'inspirer d'un article de Bernard Ugeux³ ainsi que du dernier ouvrage d'Anselm Grün⁴. Je vais élaborer un critère à la fois en déployant simultanément quelques questions pour que toute personne, se sentant interpellée, puisse vérifier par et pour elle-même là où elle se situe en nommant, en vérité, sa réalité telle que vécue. Voyons le premier critère se rattachant à une valeur fondamentale : la liberté.

La liberté comme critère fondamental

Il ne s'agit pas ici du sens philosophique de l'autodétermination où on se détermine soi-même à agir ou à décider en toute liberté. Mais il ne serait pas faux non plus de penser que c'est une étape préalable avant d'accéder à la plénitude de la « liberté intérieure ». Celle-ci nous autorise à nous rendre disponibles, « à s'ouvrir à cette vie profonde, intime et cosmique à la fois, à entendre ses appels, à y conformer son agir. »⁵ Que ces appels émergent de nos profondeurs ou de l'extérieur, notre *liberté intérieure* les perçoit comme des échos de la présence vivante et vivifiante de Dieu qui nous interpelle. Cela exige un discernement spirituel que peut aider une initiation ou un dialogue avec une personne apte à l'accompagnement spirituel.

En définitive, il s'agit de se détacher de soi-même pour mieux entrevoir l'action divine en nous. Nous ressentons cette attitude de paix profonde parfois après certains combats intérieurs incontournables. Mais en tout état de cause, la foi l'emporte sur le doute. Nous nous raffermissons, et cette énergie nouvelle, envahissante, surgit de l'intérieur de nous-même. Nous cessons graduellement de « croire » par référence, par habitude, par héritage. Ce n'est plus un acte culturel et religieux tout à la fois. C'est l'expression même de la foi vécue qui succède à la foi reçue et à la foi apprise. Ce geste librement consenti nous grandit, nous émeut – car il nous surprend nous-même !- et nous fait goûter à une relation de qualité avec toutes les personnes qui nous entourent. L'accueil inconditionnel de l'autre se met en place. Le jugement s'estompe. La tolérance donne sa place au respect intégral. La peur de l'étranger disparaît.

Nous expérimentons cette attitude évangélique tout à fait gagnante : « ce que vous faites au plus petit d'entre les miens, c'est à moi que vous le faites. » Finie la discrimination, fini le procès d'intention, finie la peur de la différence. Terminée l'attitude de propriétaire exclusif de la vérité. Notre « liberté intérieure » nous ouvre à une autre forme de liberté qui nous incite à reconnaître les autres « faits aussi à

³ UGEUX, Bernard, « Le bon chemin », dans *Prier*, n° 252, juin 2003, p. 34.

⁴ GRÜN, Anselm, *L'identité masculine en question*, trad. de Charles Chauvin, Paris/Montréal, Médiaspaul, 2005, 178 p.

⁵ Conseil supérieur de l'éducation, *Éthique, spiritualité et religion au cégep*, Québec, Direction des communications du Conseil supérieur de l'éducation, 1992, No. 50-1028, p. 53.

l'image et à la ressemblance du Créateur » (Genèse 1 : 26-27). Voilà bien un premier critère qui ne ment point. Il ouvre, en toute liberté, l'esprit, le cœur et l'âme.

Le deuxième critère : la qualité authentique de notre relation aux autres

Un travail encore plus exigeant reste à venir. Il nous faut reconsidérer la qualité de toutes nos relations à autrui. Se détacher de soi-même c'est aussi s'affranchir d'un amour-propre. Dieu serait-il le seul à vivre un amour tout à fait gratuit ? Et maître Jésus qui nous invite à devenir parfaits comme son Père ! Aimer radicalement sans attente, en toute liberté. Aimer également le parent, le proche et l'étranger sans rien vouloir en retour ! Si nous aimons celles et ceux qu'il nous est facile d'aimer, quel mérite avons-nous ? Les païens en font tout autant ! La foi vécue dans des rapports vrais avec tous les autres, et ce, sans exception, n'attend pas de « retour de l'ascenseur » pour un service rendu. C'est le dégageant total de la fange par trop humaine, c'est la gratuité inspirante et intégrale. Absence d'asservissement réciproque. Oblation pure, sans contrainte ni attente d'aucune sorte. Ce deuxième critère permet de déterminer l'authenticité du geste gratuit comme une application vraie d'un cheminement spirituel en pleine croissance. Nous croyons en l'autre parce qu'il est humain. Nous l'aidons dans une solidarité sans équivoque : il a besoin de nous et nous sommes là, gratuitement, pour lui. Aucune exploitation indue, indirecte ou camouflée, aucune volonté de soudoyer quelqu'un pour un bénéfice futur. Voilà une attitude qui s'installe progressivement en chaque personne qui en fait la demande au « Tout Autre ».

Car c'est une grâce que de pouvoir agir comme Jésus en son temps auprès de toute personne, quelle qu'elle soit, et sans attendre rien en retour ! Sans même attendre une reconnaissance quelconque après une guérison, un pardon, une intervention bénéfique. La foi vécue se mesure à cet aulne. L'amour de soi fait appel à l'expérience d'Abraham qui, pour arriver à son véritable Soi, a le besoin impératif "de se libérer intérieurement des figures parentales" profondément enracinées. Tout aussi vraie est la nécessité de s'affranchir « des sentiments du passé qu'ils soient douloureux ou agréables ». Finalement, la liberté intérieure incite à « quitter tout ce qui m'établit : la réussite, la possession, la bonne réputation. »⁶

Toute personne qui contacte dans son for intérieur une telle liberté ne peut que mieux considérer autrui pour ce qu'il est. C'est palper le meilleur en soi et le meilleur en autrui. Le cheminement spirituel n'est possible que dans la métamorphose, la « métanoïa ». C'est pourquoi ce deuxième critère, si exigeant, peut contribuer à authentifier la vérité de notre démarche. Même Carl Gustav Jung se plaisait à dire que « le plus grand ennemi du changement, c'est la réussite dans l'existence. »⁷ Si le désir fervent de la liberté nous titille, cette même liberté nous apeure. Le courage et le don de soi s'imposent comme des qualités préalables en référence à ce deuxième critère. Cela exonère de toute dépendance extérieure en puisant en nous-même, humblement mais sincèrement. Cela nous amène au troisième et dernier critère. « Consentir au réel sans passivité ni fatalisme. »⁸

Troisième critère : assumer entièrement le réel

Nous avons, bien sûr, la possibilité de changer et d'améliorer ce qui dépend principalement de nous. Mais il arrive parfois que la réalité s'impose à nous d'une manière tout aussi imprévisible qu'inattendue et même de façon insoupçonnée. Le temps des épreuves : situations difficiles et stressantes, une période de maladie, le passage à une autre étape de notre vie. Des temps de confrontation avec nous-même, avec les

⁶ GRÜN, Anselm, *L'identité masculine en question*, trad. de Charles Chauvin, Paris/Montréal, Médiaspaul, 2005, p. 23-24.

⁷ cité dans GRÜN, Anselm, p.39.

⁸ UGEUX, Bernard, « Le bon chemin », dans *Prier*, n° 252, juin 2003, p. 34.

autres et par surcroît avec l'Autre. Seuls, nous sommes plutôt impuissants, désemparés, dans l'insécurité. La « tentation de fuir dans une spiritualité désincarnée. »⁹ nous guette. Cet ultime troisième critère éprouve en même temps les deux premiers

Quelles sont nos assises véritables ? Quel est le chemin franchi pour nous habiliter à encaisser les coups durs de la vie, à ne pas flancher et, comme dans l'œil du cyclone, garder le calme et l'harmonie intérieure, inébranlable ? Ce sont à ces périodes précises de notre vie que nous avons besoin des autres. Solidarité séculaire construite sur la confiance mutuelle et l'entraide généreuse. L'amitié vraie nous nourrit mutuellement en dehors de toute dette de reconnaissance. L'exemple biblique de Job nous « encourage à nous assumer tels que nous sommes, sans nous culpabiliser. »¹⁰ Alors que celui de Jonas met de l'avant l'humour qui nous préserve de la tentation d'une spiritualité trop rigide dans ces circonstances. C'est le temps avisé de faire un retour sur nous-même, d'évaluer la portée réelle de notre foi vécue.

En d'autres termes, et pour me laisser inspirer d'une métaphore du langage informatique contemporain, quelle configuration du Christ, mort et ressuscité, alimente ma foi vécue en ces temps précis ? Ai-je besoin de reconfigurer la réalité christique à l'intérieur de moi-même ? La réalité du Christ en moi est-elle que, à l'instar de Paul aux Galates, je puis dire : « Je vis, mais ce n'est plus moi, c'est Christ qui vit en moi » (Ga 2 : 20) ? Si oui, alors c'est une réponse positive, éclairante et enthousiaste qui vient animer tout mon être engagé dans un cheminement authentique sur la route d'une spiritualité incarnée, vivante, vivace et vivifiante. Si non, alors je dois demeurer encore sur le chemin de la conversion profonde en examinant occasionnellement les trois critères exposés aujourd'hui.

Mais attention, n'y voyons pas ici une hiérarchie ordonnée de supérieur à inférieur et vice-versa, en regardant les femmes et les hommes de ce temps. Ce serait commettre une grave erreur de discernement. C'est par rapport à soi-même que se vérifie chacun de ces trois critères. Ce sont des balises indicatrices. Et rien ne nous prémunit contre des manques ou des chutes possibles. La seule comparaison autorisée est avec soi-même. Et la fonction d'éclaireur pour le monde de ce temps se traduit par le seul témoignage vivant et convaincant. C'est un service qui ne se réalise pas à partir d'un promontoire. Mais simplement et humblement dans les relations entretenues avec tous les autres, et nourries par une relation privilégiée avec le « tout Autre » qu'est venu nous révéler Jésus le Christ.

N'ayons pas peur. Ne craignons pas. Bien au contraire, vivons au diapason de la Source même de la Vie, de toute Vie. Ne faut-il pas pour cela apprivoiser le silence ? Et pas seulement dans les périodes de méditation. Ce silence abyssal des brumes du matin, ce silence sidéral du crépuscule qui vient annoncer la nuit sans bruit, ces silences qui invitent au recueillement, à la réflexion, à la contemplation. Le silence, c'est en quelque sorte l'oxygène de l'âme. Si l'air du temps semble trop peu se prêter au silence expressif, il nous faut alors composer avec cette réalité sans la condamner. Le meilleur de la vie de ce cosmos se passe dans le silence : croissance de tous les végétaux, lever et coucher du soleil, émergence des luminaires sur la toile de fond de la nuit, déplacements et mouvances de la vie marine et quoi encore. Nous avons besoin du silence, nous le recherchons éperdument, car, comme le prophète Élie, c'est dans la brise silencieuse que l'Autre se laisse saisir et s'adresse avec enchantement à notre esprit et à notre cœur. Et d'expérience, nous savons toutes et tous que les meilleur-e-s ami-e-s se fréquentent dans le silence complice, dans le silence révélateur.

Yvon R. THÉROUX Adresse électronique : yvonrtheroux@hotmail.com

⁹ UGEUX, Bernard, « Le bon chemin », dans Prier, n° 252, juin 2003, p. 34.

¹⁰ GRÜN, Anselm, L'identité masculine en question, trad. de Charles Chauvin, Paris/Montréal, Médiaspaul, 2005. p. 117.