

## L'intériorité : entre dedans et dehors

### Préliminaires

Dans notre société occidentale, largement sécularisée, on parle depuis longtemps d'un retour à la religion, à la spiritualité. Observateurs et chercheurs ont pu faire remarquer que ce mouvement et ce langage présentent des ambiguïtés qui ne sont pas indifférentes. Parler de religion n'est pas équivalent, aujourd'hui, à un retour à la foi au sens biblico-chrétien. Même la spiritualité peut être comprise et utilisée comme une espèce de bien-être psycho-physique, un besoin narcissique d'intimisme émotionnel à travers un retour à la nature, par des techniques méditatives à l'intérieur de groupes ou de parcours individuels détachés de toute référence institutionnelle, qui s'inspirent d'une littérature *New Age* avec toutes ses mises à jour et ses évolutions<sup>1</sup>.

Cette évaluation vaut aussi quand on parle d'intériorité. Pour aborder ce thème, il n'est pas nécessaire de se positionner dans un milieu strictement chrétien. Même des laïcs, non croyants, affrontent cet argument, souhaitent cette expérience et utilisent volontiers ce langage. La théologienne Benedetta Zorzi écrit que l'intériorité est une nécessité anthropologique :

L'intériorité est une manière d'être de chaque personne ; elle appartient aussi à l'athée. C'est une nécessité, parce que chaque personne possède une intimité, se voit depuis le dedans. Comme le dit G. Lanza del Vasto, nous nous regardons nous-mêmes avec un œil intérieur qui ne peut être perçu par personne d'autre et c'est la seule chose que nous connaissons du dedans, la seule chose qui fait connaître le dedans de toutes les choses que nous connaissons du dehors<sup>2</sup>.

Une célèbre chanteuse pop affirmait dans une interview : il y a un urgent besoin d'un « travail intérieur ». Surgit alors la question :

---

1. Cf. Peter L. BERGER, *Il brusio degli angeli. Il sacro nella società contemporanea*, Bologne, Il Mulino, 1995.

2. Benedetta S. ZORZI, *Antropologia e teologia spirituale. Per una teologia dell'io*, Cinisello Balsamo (Mi), San Paolo, 2014, p. 33.

mais alors, y a-t-il une véritable intériorité, une vraie spiritualité ? Dans les grandes lignes, tel est le cadre culturel dans lequel nous nous mouvons. Rien ne peut être déclaré évident quand on parle d'intériorité ou de vie intérieure.

Même sans être sociologue, à vue d'œil, on entrevoit un mouvement transversal de tendance syncrétiste, sans un besoin explicite d'appartenir à une institution ou encore moins à une Église<sup>3</sup>. Il ne s'agit pas nécessairement de personnes qui appartiennent à une élite culturelle ou intellectuelle, comme ce pouvait être le cas à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle ou au début du XX<sup>e</sup>. Pour ce monde-là, existent des points de référence : l'anthroposophie de Rudolf Steiner<sup>4</sup>, les écrits de René Guénon<sup>5</sup>, le spiritisme de diverses provenances, l'ésotérisme, la nouvelle gnose. Tous ces auteurs, philosophies ou mouvements ont un dénominateur commun : ils promettent une spiritualité et une intériorité profonde tendant vers le mysticisme, tellement profonde jusqu'à en être désincarnée, qui ignore l'Incarnation et le christianisme. En outre, ils offrent des instruments d'initiation pour atteindre la fin spirituelle qu'ils se proposent, une chose que la Tradition ecclésiale a toujours fait et qu'aujourd'hui elle a un peu de peine à proposer d'une manière adéquate.

L'horizon culturel de notre société contemporaine, plus que sécularisé, est confus, déchiqueté, je dirais babélique. Les nouveaux médias offrent une avalanche de possibilités, d'informations, de connaissances et d'expériences, mais sans un fondement clair et sûr. On a enlevé la question et la quête de la vérité, à mon avis fondamentale dans un parcours de recherche, pour laisser seulement des vérités que chacun peut choisir au supermarché des philosophies et des religions, ou, pire encore, rester dans la plus totale indifférence. Il reste vrai que cette analyse montre, comme autre côté de la médaille, combien est fort le désir de Dieu, une recherche de l'expérience de l'Esprit.

Une fois posés ces préalables, quelle place a le thème de l'intériorité dans notre formation ? Dans mon expérience de formateur, en écoutant les jeunes qui se présentent au monastère pour un discernement ou pour un simple accompagnement, j'ai été frappé par le fait

3. Cf. Thomas LUCKMANN, *La religione invisibile*, Bologne, Il Mulino, 1976.

4. Rudolf Steiner (1861-1925), philosophe ésotérique, pédagogue autrichien. C'est le fondateur de l'anthroposophie, courant ésotérique qui allie différents préceptes de l'école théosophique et philosophico-idéaliste allemande de son temps. Dès les premières années de sa formation culturelle, Steiner ambitionna de trouver la synthèse parfaite entre mysticisme et science.

5. René Guénon (1886-1951), intellectuel français, spécialiste de religions comparées, ésotériste, se convertit à l'Islam.

que certains d'entre eux, même avec une certaine préparation culturelle, sont des lecteurs fascinés par les auteurs que j'ai cités ci-dessus. Je me souviens d'un en particulier. Journaliste, officiellement chrétien, sérieux dans la recherche de Dieu et lecteur passionné de René Guénon, passé ensuite à l'Islam à travers une confraternité soufie. Que cherchait-il ? Une expérience spirituelle authentique, intérieure, mystique. Il disait ne pas réussir à la voir dans l'Église, qui lui apparaissait comme une institution très formelle, moraliste et rigide, peu « spirituelle ». Cette histoire, devant laquelle je me suis senti comme impuissant, m'a fait beaucoup réfléchir.

Comme travail de formation, il me semble que nous sommes appelés à faire deux choses essentielles : écouter ce désir d'intériorité, le faire émerger même avec ses aspects tordus, mais, en même temps, l'illuminer, le purifier, l'orienter en lui proposant et en témoignant d'une anthropologie chrétienne adéquate, à l'intérieur de la grande Tradition.

### 1. Intériorité psychologique et intériorité spirituelle

La frontière entre psychique et intérieur est très fragile et incertaine, et il faut se méfier de celui qui propose des délimitations trop nettes. Les études qu'on est en train de faire dans le contexte des neuro-sciences, concernant la différence entre le cerveau (la base physiologico-chimique) et le mental (la perception/auto-perception de soi) nous ouvrent des mondes sur lesquels nous savons encore bien peu de choses.

Trop insister sur une différence substantielle entre intériorité psychologique et intériorité spirituelle risque d'être ambigu. En fait, ce qu'il faut souligner, c'est que la différence n'est pas formelle, mais bien de contenu. Si on pouvait utiliser une image pour indiquer l'intériorité, et que cette image était la maison intérieure, on devrait tout de suite considérer que la chose fondamentale n'est pas l'état de la maison – plus ou moins délabrée, plus ou moins aménagée – mais plutôt la possibilité ou non de l'habiter. Ce qui rend notre « maison » un lieu non seulement psychologique, mais authentiquement spirituel est le fait qu'en elle, nous y accueillons l'Esprit de Dieu (*pneuma*), pour que cette présence parfume notre âme jusqu'à la purifier, l'illuminer et la rendre capable d'intimité avec le divin.

En ce sens la triple dimension de Paul – corps, âme, esprit (cf. 1 Th 5, 23<sup>6</sup>) – rend le lieu de l'âme (qui est indiqué en grec par un

6. La note de la Bible de Jérusalem sur ce verset est intéressante : « Cette division tripartite de l'homme est unique chez Paul, qui n'a d'ailleurs pas d'"anthropologie" systématique et

terme devenu, pour nous, technique, *psychè*), et donc le niveau psychologique, comme ce lieu intermédiaire où l'élément spirituel (*pneuma*) est accueilli peu à peu et assimilé à travers l'âme jusqu'à se manifester dans le corps, qui devient ainsi temple et révélation de la présence de Dieu en nous. Le visage transfiguré des saints est l'épiphanie d'une Présence qui l'habite, avec laquelle ils sont en profonde communion et qui se communique à l'extérieur, en générant à son tour irradiation et communion dans les milieux où ils vivent.

Le rôle de la psychologie est d'aider à tenir la maison intérieure dans un état qui soit le plus digne possible, mais sans que cela soit une garantie automatique d'accéder à une vie spirituelle authentique. On peut vivre bien – ou au mieux – dans une maison délabrée et on peut mourir de solitude dans une villa somptueuse ! Une santé psychologique est nécessaire, mais elle n'existe pas dans l'absolu ; il peut y avoir une existence qui témoigne d'une plénitude spirituelle, d'une intériorité accomplie même avec toutes les fragilités qui peuvent demeurer, à condition qu'elles soient assumées.

Lorsqu'on habite une maison, l'important est d'y trouver la manière d'y être à son aise, même si tout n'est pas « en place ». C'est ainsi que, par rapport à une chambre d'hôtel, un appartement est le lieu d'une intimité vécue et partagée. Pour sortir de la métaphore, on peut dire que l'intériorité spirituelle, c'est accueillir Dieu dans sa propre intériorité psychologique en faisant un pas en arrière pour faire place à l'Autre.

Le mot « intériorité » est parfois utilisé comme synonyme de « spirituel », mais ce n'est pas exact, car avoir une vie intérieure ne signifie pas avoir déjà une vie spirituelle. Cette dernière peut certes se nourrir d'une intériorité forte et d'une auto-conscience intense et profonde. Cependant, écrire son journal où l'on garde trace de tous les mouvements intérieurs personnels, même s'il s'agit d'analyses psychologiques profondes, ne signifie pas vivre une vie spirituelle<sup>7</sup>.

Je ne pense pas qu'il y a une intériorité plus ou moins profonde, mais une relation avec la transcendance divine qui rend l'intériorité humaine plus ou moins profonde. Il y a des personnes qui n'ont pas de vie « spirituelle », mais qui ont une grande intériorité parce que le Très-Haut habite dans le profond de notre humanité (image et

---

parfaitement cohérente. Outre le corps (Rm 7, 24) et l'âme (1 Co 15, 44), on voit apparaître ici l'esprit qui peut être soit le principe divin de la vie nouvelle dans le Christ (Rm 5, 5), soit plutôt la partie la plus haute de l'homme, ouverte elle-même à l'influence de l'Esprit (Rm 1, 9). »

7. Benedetta S. ZORZI, *Antropologia e teologia spirituale*, p. 34. Tout le chapitre 2 de ce livre est intéressant ; il s'intitule : « L'interiorità come fondamento spirituale della vita (L'intériorité comme fondement spirituel de la vie). »

ressemblance divine, homme *capax Dei*). Le problème, c'est de s'apercevoir de cette présence et lui donner place. On pourrait donc dire qu'il y a des intériorités qui fonctionnent et d'autres qui ne fonctionnent pas.

## 2. La *salus*<sup>8</sup> (santé-salut)

La psychanalyse et les diverses écoles de psychologie – comme aussi les moyens que l'on a utilisés dans le cours de l'histoire chrétienne – ne sont autres que des « modèles » de lecture, d'interprétation ou de connaissance, non des réalités absolues, et elles peuvent se compléter réciproquement. Par exemple, beaucoup de manifestations que les Pères appelaient acédie, nous les appelons aujourd'hui dépression, et ce qui était considéré comme un vice est considéré aujourd'hui comme une maladie. Cela change beaucoup la manière d'affronter la réalité, qui reste la même (l'expérience qu'on fait de soi-même, du temps, du monde) : du maximum du volontarisme au maximum de la dépendance des médicaments. Pourquoi, au contraire, les deux « thérapies » ne pourraient-elles pas être utilisées ensemble ? Nous devrions réfléchir sur des cas concrets – plus que sur des théories – de collaboration entre soins et conversion du cœur ; réfléchir, de toute façon, à ce qui aide à avoir une plus grande liberté intérieure.

L'homme sain acquiert la *salus* de l'âme et du corps dans un sens intégral. *Salus* est à prendre dans son sens le plus large et originel, à savoir tout ensemble salut et santé du moi-corps, et non seulement du corps en tant que pur organisme biologique. En Mc 5, 21-34, Jésus, après avoir guéri la femme hémorroïsse, lui dit : « Ma fille, ta foi t'a sauvée. Va en paix et sois guérie de ton mal » (Mc 5, 34) : il est évident que guérir et sauver vont ensemble. Le corps que l'on voudrait valoriser aujourd'hui est le « corps vil », qui ne pense plus. La pensée, au contraire, s'incarne dans le corps. Il n'existe pas de *salus* sans l'unité du corps et de la pensée, parce que la pensée malade rend malade le corps et l'âme, empêche l'harmonie entre intérieur et extérieur, bouleverse l'équilibre des composants de l'être humain au niveau physiologique, psychologique et spirituel. Dans la littérature de l'antique monachisme du désert, les pensées mauvaises (*logismoi*), au fond, sont une mauvaise manière de penser qui rend malade et détériore la *salus*, qui doit alors être restaurée au moyen d'une thérapie appropriée. Nous qui sommes baptisés, par la fréquentation priante de la Sainte Écriture, « nous avons la pensée du

---

8. Le mot latin « *salus* » signifie en même temps santé et salut.

Christ » (1 Co 2, 16), qui, peu à peu, joue une fonction de guérison dans le sujet croyant. Dans les apophtegmes des Pères du désert, nous trouvons ce vocabulaire thérapeutique quand il s'agit de « guérir » les maladies spirituelles dérivant des passions, qui se manifestent dans le corps. Écoutons ce récit délicieux :

Un frère, dans un monastère, avait été accusé faussement de luxure. Il se leva et s'en alla chez l'abbé Antoine. Les frères vinrent aussi du monastère pour le guérir et le ramener. Ils commencèrent à l'admonester : « Tu as fait cela », mais lui assurait n'avoir rien fait de tel. Or, il se trouva que l'abbé Paphnuce, dit Céphalas, était là et leur dit cette parabole : « J'ai vu, sur la rive du fleuve, un homme enfoncé jusqu'aux genoux ; puis arriver certaines gens qui, lui donnant la main, l'enfoncèrent jusqu'au cou. » Et l'abbé Antoine dit aux frères au sujet de l'abbé Paphnuce : « Voilà un homme véridique, apte à soigner et à sauver les âmes ! » Pénétrés alors de componction à cette parole des vieillards, les frères firent une métanie au frère ; et, encouragés par les Pères, ils reprirent le frère au monastère<sup>9</sup>.

Cette *salus*, en tant qu'accomplissement intégral de la personne, Dieu seul peut la garantir. La Bible et la grande tradition hébraïque ont une vision holistique de la personne. Le rabbin Abraham Geenbaum, maître de Torah de renommée internationale, écrit :

La physiologie moderne explique comment les fonctions du cœur, de la respiration, de la digestion et beaucoup d'autres sont régies par le cerveau et le système nerveux. Mais par qui, à leur tour, sont contrôlés ces derniers ? Eux, et le corps entier, sont des éléments qui dépendent d'un système plus vaste. Et quand on prend en compte le fonctionnement du corps dans son sens le plus large, il devient clair que, si nous devons retrouver ce qui finalement détermine et gouverne en dernière analyse notre fonctionnement physique et mental, nous devons porter la recherche au-delà du corps et de l'esprit : nous devons chercher l'âme. Pour utiliser une métaphore tirée de la musique, disons que les fonctions physiques sont régies par des « rythmes » gouvernés par le système nerveux, mais ces rythmes (comme cela arrive avec n'importe quel morceau de musique) sont gouvernés par la mélodie. Et la mélodie provient de l'âme<sup>10</sup>.

Pour se soigner, il faut donc d'abord « guérir », guérir l'âme, l'intériorité. Il n'est pas du tout évident que l'intériorité fonctionne bien, qu'elle ait une respiration spirituelle. Il existe des intériorités malades, qui produisent d'autres maladies. Écoutons encore, à ce sujet, l'intéressante sagesse hébraïque des grands rabbins :

9. *Les Sentences des Pères du désert. Collection alphabétique*, trad. et prés. par L. Regnault, Solesmes, 1981, Antoine 29, p. 20-21.

10. Abraham GREENBAUM, *A call to live*, cité dans Daniela ABRAVANEL, *Guarire per curarsi*, Milan, Lulev, 2009, p. 48.

Selon Rabbi Nahman<sup>11</sup>, la plupart des maladies prennent leur origine dans la dépression, dans l'*azvut* [dépression] dans le manque de joie causée par la *marà* noire [bile noire], dans cette tendance de l'âme à ne trouver aucune satisfaction, à n'éprouver aucun plaisir dans ce qui « est » (ou fut dans le passé, ou sera dans le futur). Les états mentaux de frustration, inquiétude, angoisse, hostilité dépendent d'un défaut profond de l'âme : celui de ne pas accepter la manière dont Dieu se comporte avec nous, et de vivre dans un état de lamentation constante parce que le Seigneur n'a pas disposé les choses comme nous l'aurions voulu. Cet état de manque de bonheur, en lien avec la *marà-shorà* [bile noire], est responsable du développement de la plupart des maladies<sup>12</sup>.

Pour l'âme et pour le corps, le véritable guérisseur est Dieu, qui est au-dedans et au-dehors de nous. Au contraire, le diable (celui qui divise) est « maître » de l'intériorité malade, déviée. Dans le diable, l'intériorité est introversion, complètement empêchée de se mouvoir pour obtenir satisfaction et avantage par le moyen d'autrui. Dieu Trinité, à l'image et à la ressemblance de laquelle nous avons été créés, est relation et non introversion. Seule, l'altérité garantit l'unicité et le véritable accomplissement de la personne humaine. Une intériorité vraie n'est pas quelque chose qui tourne seulement autour de moi-même : je ne suis pas tout.

Nous pouvons reconnaître, dans le « mystère », le lieu commun où la recherche psychologique sur les abîmes de l'inconscient et l'étude de la profondeur du divin peuvent se rencontrer et même collaborer. Des chemins spirituels ouverts sur les profondeurs divines et des parcours de psychothérapie vers les profondeurs de l'humain découvrent ainsi qu'ils peuvent être proches. Pour la théologie, le mystère se révèle tout à fait en Jésus Christ, qui est la compassion avec laquelle le Dieu souffrant a fait siens les abîmes du cœur humain. En Lui, l'homme peut se réaliser dans une vie bonne, saine et heureuse, même s'il devait être appelé à témoigner dans la douleur de l'amour le plus grand qui le soutient et donne sens à la vie<sup>13</sup>.

### 3. Le cœur

L'anthropologie biblique offre au croyant une autre catégorie très importante pour la question qui nous occupe : le cœur, qui est

11. Rabbi Nahman de Bratslav (1772-1810), arrière-petit-fils de Baal Shem Tov, fondateur de la dynastie rabbinique hassidique Hassidut de Bratslav, mouvement hébraïque orthodoxe.

12. Daniela ABRAVANEL, *Guarire per curarsi*, p. 86.

13. Cf. BRUNO FORTE, *Fede e psicologia. Per un dialogo reciprocamente fecondo*, Brescia, Morcelliana, 2014.

comme le centre unificateur de la personne créée à l'image et à la ressemblance de Dieu. Du point de vue biblique, le cœur est la véritable essence de l'identité et de l'unité de la personne. Embrassant le corps et l'âme, l'intellect et les affections, le cœur est le centre de notre être, la source de notre personnalité, le motif principal de nos comportements et de nos choix libres, le lieu de l'action mystérieuse de Dieu.

Le cœur est le point où l'homme rencontre Dieu au niveau le plus intime. Dans la foi, l'intériorité est la prise de conscience de la vie de Dieu en nous, au centre de notre cœur en dialogue avec l'extérieur, la création, avec l'histoire vues comme « sacrement ». Mais le cœur n'est pas un lieu neutre, il y demeure une ambiguïté : il a toujours besoin de conversion et de purification pour parvenir à cette « pureté » qui nous permet de voir Dieu et d'entrer en communion avec lui.

Pour synthétiser ce qui vient d'être dit, dans le Nouveau Testament nous pouvons trouver, pour décrire l'homme intérieur, une image belle et significative dans la Première Lettre de Pierre : « *Ho kryptôs tês kardias anthrôpos* » (1 P 3, 4), littéralement « l'homme caché du cœur<sup>14</sup> ».

La mémoire biblique, mémoire de l'histoire du salut, doit s'actualiser et se tresser avec l'histoire personnelle. Cela produit un effet de guérison et une expérience spirituelle dans sa propre intériorité. Le cœur est le centre où peut se produire cette synthèse unifiante de la créature, une conscience du moi personnel et ecclésial.

#### 4. La question centrale : entre dedans et dehors

Nous sommes habitués à considérer l'intériorité presque comme un objet, un lieu (dedans, profond, caché, inexprimable). Cette conception entraîne aujourd'hui plusieurs problèmes : il est difficile de distinguer entre « psychique » et intérieur ; on parle de moins en moins de l'intériorité et il est difficile de trouver aujourd'hui des instruments pratiques pour faire interagir volonté, rationalité et intériorité, alors que la tradition ecclésiale et monastique nous donne à ce sujet un enseignement valable avec les différents « moyens » pédagogiques, les itinéraires, les échelles, les parcours, les exercices, etc.

Le risque est de réduire l'intériorité à un lieu qui nous gouverne (« je sens cela »), à la limite de l'irrationnel (« je ne peux pas te l'ex-

14. La Bible de Jérusalem traduit : « à l'intérieur de votre cœur »; la TOB : « la disposition cachée du cœur ». Cf. André LOUF, « L'homme intérieur, ou la liturgie du cœur », *Colleganea Cisterciensia* 72 (2010), p. 334.



plierer »), qui ne peut se communiquer (quel est le but de la conversation spirituelle ? Seulement une espèce de psychothérapie maison ?), et qu'on pourrait combattre exclusivement avec un volontarisme extrême, qui finit, tôt ou tard, par déformer notre humanité. Intériorité n'est pas synonyme d'introversion et, encore moins, le contraire d'extraversion.

Dans notre perception, rien n'est objectivement extérieur et intérieur, les deux réalités se combinent ensemble. Le monde extérieur est transformé par mon regard, par mon état d'âme. Il n'est pas toujours si évident de distinguer le dedans et le dehors. Parfois, il se peut qu'après une longue période, nous relisons un événement passé d'une manière différente. Le changement intérieur a une incidence sur l'évaluation de ce qui est à l'extérieur, car mon regard sur l'extérieur dépend de mon état intérieur. Nous projetons au-dehors ce que nous avons dedans. Dans le bien comme dans le mal, nous communiquons à l'extérieur ce que nous avons à l'intérieur. L'homme est regard vers l'infini extérieur et vers l'infini intérieur.

Nous voudrions donc essayer de repenser l'intériorité comme une relation entre ce qui est dedans et ce qui est dehors, au lieu d'en faire un lieu statique. Nous sommes convaincus d'être ainsi plus fidèles à la tradition chrétienne, même si elle est exprimée de manière différente ; c'est le repliement intimiste de l'intériorité qui représente, au contraire, une trahison de l'intuition originelle : celle-ci se situait exactement au point de rencontre entre l'Esprit qui habite chaque cœur et l'infinie transcendance de Dieu qui, du dehors, nous appelle et nous attire, sans pouvoir être réduit à aucun « contenant ». Théologiquement, le lieu de l'intériorité est dans la relation entre création (image et ressemblance situées en nous) et vocation (forme historique de la réponse qui se construit dans le temps en lien avec les diverses possibilités).

Et c'est pourquoi, il nous faut raisonner, non sur la « réalité » en soi, en tant qu'absolue, mais plutôt sur des modèles de compréhension et de communication dans le but de trouver un « savoir pratique » pour la vie du croyant. Nous nous comprenons à travers des modèles et des dispositifs qui viennent de nos cultures et dont personne n'est exempt.

Il n'y a rien de « naturel », rien de spontané et d'immédiat, dans la relation que l'homme entretient avec son intériorité : l'accès du sujet à la sphère de l'intériorité est régulé par toute une série de dispositifs, dont on peut retracer l'histoire depuis le moment de leur apparition jusqu'au moment de leur disparition. On pourrait imaginer une histoire culturelle des schémas et des grilles qui, d'époque en époque, ont régulé la relation de l'homme européen avec la dimension de

l'intériorité. Les topiques freudiennes de l'appareil psychique, le nœud lacanien Réel-Symbolique-Imaginaire, et tous les différents modèles de l'esprit que la psychanalyse a produits à ce jour, formeraient seulement le dernier chapitre (et pas forcément le plus passionnant) de cette longue histoire. Pour en revenir à la France du XVII<sup>e</sup> siècle, et la spiritualité qui s'y est manifestée, je pense que nous pouvons dire que, de ce contexte culturel, comme d'un immense laboratoire, sont sortis quelques-uns des instruments les plus raffinés pour la modélisation du monde intérieur<sup>15</sup>.

Raisonnement sur les modèles est très difficile, parce que cela demande de prendre de la distance, au moins en partie, par rapport à quelque chose que tous, nous avons profondément intériorisé et qui semble « normal ». Mais les modèles culturels classiques, dans lesquels se sont structurés le langage et l'expérience chrétienne durant des siècles sont absolument finis, et le risque est de maintenir des formes qui, dans un contexte différent, finissent par dire le contraire de ce qu'elles disaient.

Un exemple pourrait être l'usage du mot-catégorie « nature » : qu'est-ce que nous entendons vraiment par là aujourd'hui ? Dans quel but est née cette catégorie ? À l'origine, elle naît pour indiquer la zone de dialogue entre création et vocation, un lieu de dialogue entre la liberté du don de Dieu et la liberté de l'homme (dans lequel la limite, de fait, était garantie aussi par les limites des possibilités technologiques). C'est pour cela que, dans le récit de la création, c'est l'homme qui donne leur nom aux animaux (Gn 2, 18-20).

Aujourd'hui, au contraire, le mot nature-naturel risque d'être utilisé dans un fixisme paradoxal : au début de la vie, les « méthodes naturelles » signifient « sans technologies » et, en fin de vie, « de manière naturelle » signifie « sans cesser d'utiliser les technologies ». Ce n'est pas un hasard si le débat est important, et, apparemment, entre des sourds, parce que le sens impliqué par cette catégorie est fluctuant.

C'est comme le passage du monde biblique au monde grec : pour garder et inculturer l'Évangile, il fallait changer et, par exemple, la catégorie « cœur » devient un réseau de catégories, jusqu'à l'idée médiévale de l'âme. Nous constatons comment, chez les Pères, l'oscillation entre les mots de *psychè*, *nous*, *substantia* est forte et multiple, justement parce qu'on se trouve au moment où l'on assume peu à peu le néoplatonisme. Ce passage n'est pas stabilisé et on cherche – plutôt à tâtons, chacun avec sa « propre solution » et ses

15. Mino BERGAMO, *L'anatomia dell'anima. Da Francois de Sales a Fénelon*, Bologne, Il Mulino, 1991, pp. 26-27.

accents particuliers – jusqu'à une certaine unification dans le Moyen Âge, où l'on parviendra à un certain consensus sur la « théologie de l'âme ». C'est seulement a posteriori que nous pouvons reconstruire, par l'étude, le mouvement – nous en indiquons les antécédents dans l'Antiquité –, qui accomplit le changement de catégorie, y mettant des siècles pour cela.

Aujourd'hui, nous assistons à une déformation profonde de l'intériorité. Elle est devenue toujours plus le lieu où murissent nos choix. Nous misons tout sur la construction de notre identité comme fruit de choix. Si vraiment tout se joue « au-dedans » de nous, comme option, il n'y a plus de réel, et Dieu lui-même s'évapore. Une preuve en est que nous sommes quasi incapables de comprendre la catégorie de la « grâce », qui désormais est toujours juxtaposée à notre liberté et identité, comme quelque chose qui est substantiellement « en-dehors » de nous.

L'affrontement entre la Réforme et la Contre-Réforme durcit la question des formes du christianisme et la réduit à l'unique dimension de l'aspect doctrinal. Avant le XVI<sup>e</sup> siècle, l'intériorité était vue comme le lieu de la relation et pas de l'introspection. Par la suite, l'intériorité a glissé toujours plus vers l'introspection sur soi-même et n'a plus été vue comme la rencontre avec la transcendance et avec le caractère expérimental de la transcendance, qui est le réel, l'historique, ce qui arrive. Par exemple, dans la manière populaire de comprendre la foi, tout cet aspect du réel est « délégué » à la catégorie « Providence », qui en devient presque une réalité magique. Le risque le plus important à ce moment-là est une dégénérescence moraliste : s'il s'agit seulement de croire les choses justes et ensuite d'en appliquer le choix, l'unique terrain de la vie chrétienne est la morale, et, en conséquence, le moralisme. Dans ce cas, l'histoire n'est plus l'histoire du salut, mais elle s'aplatit jusqu'à devenir « vallée de larmes » et terrain d'épreuve, et la grâce qui précède le péché s'évapore. Dans la période de la crise de la modernité (1500-1600), l'extérieur devient ainsi totalement négatif (il est tentation, risque, épreuve). L'opposition entre intérieur et extérieur vient ruiner l'épaisseur sacrée de la vie humaine et l'exercice de la miséricorde.

L'intériorité chrétienne, au contraire, est, selon l'Écriture et la Tradition, le lieu où tout sujet, aimé de Dieu, accompagné et béni par lui, s'exerce à reconnaître ce qu'il n'est pas – l'autre et l'histoire – comme sacrement de l'Autre. Elle est le lieu où l'on rencontre Dieu, non comme un « phantasme » ou un vague sentiment, mais comme l'écoute et le discernement, selon l'intelligence et la conscience, qui consentent à re-connaître ; il s'agit de connaître « d'une manière nouvelle », de considérer à nouveau ce que j'ai toujours devant moi

pour écouter et discerner, c'est-à-dire de connaître selon Dieu et selon son regard. Reconnaître, non selon soi-même, mais selon Dieu, est le premier pas de la conversion.

Pour les Anciens, en rencontrant Dieu, je suis renvoyé aux petites choses, aux choses quotidiennes. Ces choses doivent être orientées de manière à produire de « bonnes passions » – par exemple, le zèle pour la maison de Dieu, la sainte folie des pauvres de Dieu, la passion pour l'Évangile et pour les pauvres, tout ce qui est sous la catégorie « passion », c'est-à-dire affects et émotions – et de « bons *habitus* » : chacun des aspects nourrit l'autre, l'extérieur et l'intérieur se construisent progressivement en faisant reconnaître Dieu, qui parle toujours avec une plus grande finesse. Et puis, les siècles passant, le bas, l'extérieur deviennent non seulement ambigus (ils sont comme la « chair », qui requiert constamment un discernement pour rencontrer l'Esprit), mais toujours plus négatifs en termes absolus, bons à exclure et à refuser ; même les « passions bonnes » sont considérées comme négatives. L'intériorité devient ainsi toujours davantage un lieu très compliqué, le territoire du volontarisme, avec donc, en suspens une tentation constante de narcissisme.

En conséquence, la perte de la dimension relationnelle est pleine d'effets négatifs dans la spiritualité chrétienne contemporaine : le caractère incommunicable entre intérieur et extérieur, la réduction de l'intériorité à un modèle fermé sans plus de référence à la réalité, la rigidité, le jugement, la dévalorisation du monde et de l'histoire, etc.

#### *Vérité et sincérité*

L'exercice de l'intériorité est, au contraire, la recherche de ma vérité comme une vérité qui ne se définit pas elle-même, mais comme le fruit d'un processus dynamique, long et complexe, d'élaboration entre ce que je « sens » et reconnais comme étant ma vérité dont je dispose (sincérité), et ce qui m'est offert par la Parole de Dieu, par l'histoire, par le besoin et le don des frères comme parole de Dieu pour moi aujourd'hui, qui me montre une vérité plus pleine, christiforme, et qui m'y invite. Nous sommes sincères mais pas vrais vis-à-vis de notre vocation, du dessein de Dieu sur notre histoire. Le lieu de l'intériorité est le lieu par excellence où nous articulons la sincérité et la vérité. Ceci est décisif pour notre communication : c'est seulement en distinguant ma sincérité (et celle d'autrui) et ma vérité (et celle d'autrui), qui nous attirent toujours vers le futur, que naît l'espace de la miséricorde, espace qui habite la distance, en reconnaissant la sincérité, mais en cherchant à la dépasser pour tendre à une vérité plus grande. Il faut reconstruire une intériorité comme distance et non comme redéploiement sur soi-même, comme

un fait privé. L'intériorité n'est pas quelque chose qui tourne autour de moi-même, car il y a un lien très fort entre intériorité et altérité : je ne suis pas tout. L'expérience de la limite est la condition pour recevoir et pour donner. Seules, des intériorités vraies communiquent.

### **5. La liturgie comme paradigme de l'intériorité**

Pour le croyant, l'intériorité a une connotation de nature ecclésiale. Elle n'est pas simplement un fait privé, ou, pire, intimiste, détaché de tout le reste. Augustin, qui est considéré comme le « maître de l'intériorité », dit clairement que c'est non seulement dans l'intériorité mais aussi dans l'Église qu'il faut chercher Dieu, comme garantie et vérification de l'intériorité elle-même :

Celui qui a, dans le secret, une maison très élevée a aussi une tente sur la terre. Sa tente sur terre, c'est l'Église, encore étrangère. Mais c'est là qu'il faut le chercher<sup>16</sup>.

L'intériorité est attente de Dieu. Que l'intériorité soit attente de Dieu, on le reconnaît, en fait, avec gratitude quand on l'a rencontré. Lorsqu'une personne a rencontré Dieu, alors elle reconnaît avec une évidence lumineuse qu'elle l'attendait. Nous devrions nous demander quel espace et quel rôle a la communauté dans la transmission-formation de l'expérience de l'intériorité.

La communauté ecclésiale nous précède toujours en tant que lieu qui nous accueille et où nous est donnée la Parole de Dieu pour notre vie. Ceci dit, il faut récupérer la liturgie comme paradigme entre intériorité personnelle et modèle d'intériorité de la communauté. Ce n'est pas un hasard si, au cours des siècles de décadence de la catégorie d'intériorité, la liturgie se tourne vers les « dévotions », et devient une affaire strictement individuelle et personnelle, qui sert sur le plan « moral » pour acquérir des mérites.

Mais la liturgie n'est pas cela : elle est participation commune (et donc qui implique profondément la subjectivité de chacun) à la mémoire vivante et efficace de l'action du Christ, avec, au centre, son sacrifice, c'est-à-dire l'acte par lequel il adhère totalement à sa vérité, qui lui est donnée par le Père. En cela, elle est soutien et modèle pour notre christification. La liturgie est le modèle à travers lequel peut se structurer notre intériorité parce qu'elle fonctionne comme intériorité de l'Église. Nous pouvons y trouver les caractéristiques suivantes :

---

16. Saint AUGUSTIN, *Enarrationes in psalmos*, 41, 9.

*Chanter en chœurs alternés*

La différence de l'autre s'exprime dans la nécessité qu'il y ait un autre pour répondre, pour être l'autre moitié ; c'est son intériorité qui me parle, sa sincérité qui est en marche vers sa vérité et se montre à moi, pour être accueillie et reconnue. La structure trinitaire elle-même consiste dans la diversité sans inégalité : en Dieu, la réponse est parfaite.

*Célébrer des rites qui se répètent*

Il faut se mesurer aux réalités extérieures pour se rendre compte que ce n'est pas moi qui décide, il faut se mesurer à une réalité de temps et de lieu, qui est parfois en phase avec moi, et parfois non, mais qui me fait faire l'exercice de reconnaître et accepter le réel, et de recevoir ainsi le don pour aujourd'hui, la manne nécessaire.

*Être présent*

On ne peut rien réaliser sans les sujets : nous devons y être, être là, dans un lieu et un temps. Nous pouvons certes, en cas de nécessité, nous unir en esprit, mais la norme est qu'on doit se prendre en charge et y aller : c'est l'acte (et non l'intention) qui est requis, simple et comme nous sommes : fatigués, distraits, heureux, blessés... sans moralisme.

*Faire l'expérience de la grâce*

La liturgie est toujours un don non mérité ; parfois, on y fait l'expérience d'une « dureté » non méritée, dans le sens que la liturgie n'est pas toujours une expérience agréable du point de vue de ce qui est ressenti : en quelques occasions, nous nous sentons « non compris » par la liturgie, quand, par exemple, effondrés, nous sommes appelés à célébrer la joie, quand, irrités contre Dieu, nous sommes appelés à en célébrer la miséricorde. Cet état personnel ne correspond pas forcément d'ailleurs à une responsabilité morale. C'est ce qui nous est donné par amour, et sans qu'on puisse dire : « Je me le suis procuré. » C'est pure grâce, que la sage tradition exprime avec la beauté, la musique, le chant, le lieu, les parfums. C'est un don pour les sens, pour que la liturgie soit exercice de la beauté, de la grâce qui nous rejoint et nous nourrit.

La liturgie est le lieu où l'expérience de la rencontre et de la relation avec l'Autre/autre se situe au niveau le plus élevé et le plus intense. Le tourbillon trinitaire de l'amour se combine avec le « moi » personnel et le « nous » communautaire, avec l'histoire et les jours des hommes.

## **6. L'intériorité comme peau**

Nous pourrions donc, pour en revenir à l'idée initiale des modèles, nous mettre à imaginer l'intériorité comme une peau, plutôt que comme un « intérieur un peu obscur et sans parole<sup>17</sup> ». Une peau est le lieu qui me « contient » dans mon corps, mais en même temps, c'est le lieu où je peux être touché, caressé, blessé, c'est-à-dire rejoint depuis l'extérieur. Intérieur et extérieur de moi se rencontrent physiquement sur la peau, qui donc s'irrite, se griffe, qui se détend sous un massage.

La peau demande protection (du trop froid comme du trop chaud), mais aussi une pudeur : toutes les cultures produisent des vêtements, car on ne montre pas sa propre peau à n'importe qui et en n'importe quelle occasion. Mais en même temps, on se donne la main, on s'embrasse, on met un bras sur les épaules : on agit et on avance progressivement, avec la délicatesse nécessaire. Qui est âgé ou alité connaît les escarres, et prendre soin d'un malade signifie aussi prendre soin de sa peau, avec délicatesse et pudeur justement.

La peau me contient et, en même temps, elle permet aux autres de m'atteindre, de me toucher. Et nous devons en prendre soin : la laver, si besoin mettre un sparadrap, quelquefois une pommade ou un médicament. Nous devons reconnaître les rides et les faiblesses. La peau a aussi son « autonomie » : elle réagit aux allergies, même si je ne le sais pas, ne le veux pas et ne le décide pas. D'un certain point de vue, elle s'impose à moi avec ses lois.

Évidemment, c'est une image, et avec toutes les limites des images, mais elle est utile, me semble-t-il, pour sortir d'un repliement excessif sur soi et sur ce qu'on ressent, et aussi d'une idée d'intériorité qui se dilue toujours plus dans un « sentir », qui devient l'unique dogme. Le « sentir », les sentiments sont certes importants et, dans ces derniers temps, ils ont été comme « dédouanés », considérés comme importants dans la vie spirituelle, dans la théologie. Nous devons écouter et accueillir ce que nous avons dedans et le purifier dans le combat spirituel. Mon sentiment n'est pas automatiquement pur et juste, ce n'est pas un droit. Les sentiments, pour les saints Pères, sont des maladies à soigner, débuts d'un mouvement de vie à purifier, orienter, rectifier selon l'Évangile, afin qu'ils deviennent les « sentiments du Christ » (cf. Ph 2, 5).

---

17. Cette image et les suggestions qui en découlent viennent de quelques conférences, inédites, de la théologienne Stella Morra sur le thème de l'intériorité.

## Conclusions

Pour cultiver une intériorité dans le sens que nous avons cherché à définir, on peut faire des choses très différentes. Avant tout, il faut essayer de « regarder » l'intériorité de cette manière, ce qui veut dire commencer, par exemple, par se demander si chaque problème concret que nous rencontrons dans ce domaine naît d'une difficulté réelle ou d'un problème de « modèle déformé », et essayer d'imaginer la question selon un autre modèle.

L'intériorité dans la vie chrétienne conduit à la conformation au Christ : c'est là qu'elle aboutit naturellement. Elle est le lieu d'une synthèse entre tout mon être et l'appel du Christ. Ma vie est orientée vers le Christ par la capacité que j'ai de donner place à l'Esprit de Dieu : « Celui qui déclare demeurer en lui doit, lui aussi, marcher comme lui-même a marché » (1 Jn 2, 6). La conformation au Christ est la vérification que la dynamique de l'intériorité – comme osmose entre intérieur et extérieur – fonctionne vraiment et n'est pas seulement pensée ou sentie émotivement, sans repliements stériles de narcissisme spirituel.

Vraiment l'intériorité est une question de peau. Peau poreuse qui peut laisser entrer à l'intérieur des flux de bénédictions provenant de l'extérieur.

En conclusion, comme synthèse de ce que nous avons dit, en nous tournant vers l'admirable tradition des Pères comme vers une source, je voudrais citer quelques passages de l'étonnant sermon 74 de saint Bernard sur le Cantique des cantiques, qui me semble hautement significatif. Bernard commence le sermon avec un verset du Cantique : « Retourne » (Ct 2, 17), répété plusieurs fois comme un refrain, une supplique ardente du poignant désir adressé au Verbe. Puis, il poursuit en racontant son expérience personnelle, et nous offrant ainsi une vraie phénoménologie de l'intériorité spirituelle.

J'avoue que le Verbe m'a visité moi aussi – je parle en fou –, et cela plusieurs fois. Bien qu'il soit souvent entré en moi, je ne l'ai jamais senti entrer. J'ai senti qu'il était là, je me souviens de sa présence. Parfois, j'ai même pu pressentir son entrée ; la sentir, jamais, pas plus que sa sortie. D'où est-il venu dans mon âme, où est-il allé en la quittant, par où est-il entré et sorti – j'avoue que maintenant encore je l'ignore [...]

Me demandes-tu, puisque ses voies sont absolument insaisissables, comment j'ai su qu'il était là ? C'est qu'il est vivant et efficace : sitôt entré, il a réveillé mon âme endormie ; il a remué, amolli et blessé mon cœur, qui était dur comme la pierre et malade. Il s'est mis aussi à arracher et détruire, à bâtir et planter, à arroser les terres arides, à illuminer les zones ténébreuses, à ouvrir les portes fermées, à



embraser les parties glacées. Il a encore redressé les voies tortueuses et aplani les chemins raboteux, si bien que mon âme bénissait le Seigneur et que tout ce qui est en moi louait son saint nom. Ainsi le Verbe Époux, qui est parfois entré en moi, ne m'a jamais donné le moindre signe de son entrée : ni voix, ni image, ni pas. Aucun mouvement de sa part ne m'a appris sa venue, aucun de mes sens ne l'a senti pénétrer au plus profond de moi. C'est seulement aux mouvements de mon cœur, comme je viens de le dire, que je me suis aperçu de sa présence. À la fuite de mes vices et à la maîtrise de mes passions charnelles, j'ai reconnu la vigueur de sa force. Devant la mise à découvert ou à la dénonciation de mes fautes cachées, j'ai admiré la profondeur de sa sagesse. Par la rectification, fût-elle minime, de ma conduite, j'ai expérimenté la douceur de sa mansuétude. Par la régénération et le renouvellement de mon intelligence spirituelle, c'est-à-dire de l'homme intérieur en moi, j'ai perçu tant soit peu la splendeur de sa beauté. Enfin, considérant tout cela en même temps, je suis resté épouvanté devant l'excès de sa grandeur.

Or, dès que le Verbe s'est retiré, comme si tu ôtais le feu de dessous une marmite en ébullition, tout cela commence aussitôt à s'engourdir et à refroidir, ce qui est pour moi le signe de son départ. Mon âme ne peut alors qu'être triste jusqu'à ce qu'il revienne et que, comme de coutume, mon cœur se réchauffe au-dedans de moi, ce qui est la marque de son retour. Ayant une telle expérience du Verbe, quoi d'étonnant si moi aussi j'emprunte la voix de l'épouse pour le rappeler, lorsqu'il s'est éloigné ? Car je suis porté par un désir qui, sans être égal à celui de l'épouse, lui est cependant semblable, en partie du moins. Tant que je vivrai, je ne cesserai d'employer, pour rappeler le Verbe, le mot même du rappel : « Reviens ! » Et chaque fois qu'il s'échappera, je redirai ce mot. Le cœur brûlant de désir, je ne cesserai de crier en quelque sorte après le fugitif, afin qu'il revienne et qu'il me rende la joie de son salut, qu'il se rende lui-même à moi<sup>18</sup>.

Cette dynamique spirituelle de l'homme intérieur, située entre « le dedans et le dehors », est bien illustrée par Bernard avec cet « entrer et sortir » ou « aller et revenir » du Verbe. Il utilise toutes les nuances des langages de l'intériorité : âme, cœur, au-dedans de moi, esprit, homme intérieur. C'est un mouvement spirituel que l'on peut vérifier dans quelques signes concrets : redressement, conversion, renouvellement de la personne, quand elle fait l'expérience de la bonté, de la beauté, de la sagesse, du Verbe-époux, dans la joie de son salut.

*Monastero Trappisti  
Via Appia Nuova, 37  
I – 00047 FRATTOCCHIE (Roma)*

Loris Maria TOMASSINI, ocsa

18. BERNARD DE CLAIRVAUX, *Sermons sur le Cantique*, t. 5 (*Sources Chrétiennes* 511), Paris, Cerf, 2007, 74, 5-7, p. 165-171.