

# Catholiquedu.net propose

## une Agapé-thérapie à domicile

Méditation bi-hebdomadaire, pour suivre paisiblement ses 19 étapes

**Etape 2 : Considération pour la prise de conscience, porte de sortie des blessures pour la guérison de notre coeur blessé.**

*A chaque lecture: offrir à Dieu ce qui remonte de notre cœur*

### III. Réaction aux blessures psycho-affectives

Dieu a créé l'homme pour être parfait, en pleine **sagesse** en son esprit, en plein **amour** dans l'unité, et en pleine liberté grâce en sa **mémoire ontologique** (chapitres I. 1. et I. 2.). Mais cette harmonie fut immédiatement percutée et perturbée par le péché origine, problème aggravé par le mensonge extérieur. Par voie de conséquence, du centre de nous-mêmes, le Saint Esprit ne rayonne plus directement jusqu'à notre chair ; le Verbe de Dieu ne prend plus directement jusqu'à nos sens externes dans notre perception de nous-mêmes et du monde ; par surcroît, notre responsabilité libre dans la dimension de solitude de chacun d'entre nous avec la pleine lucidité propre à la mémoire ontologique a disparu : au lieu de nous englober et demeurer dans notre vocation, dans ce premier "Oui" que nous avons dit au premier instant de notre existence, nous oublions Dieu, avec toutes les conséquences que nous avons vues au chapitre I. 3.

Nous sommes créés à l'image de Dieu, nous l'avons vu, pour aller jusqu'à la ressemblance de Dieu.

Cet amour (notre vocation, notre arôme particulier) dans lequel nous avons été constitués a pour objet de nous rendre capables, potentiellement, de rejoindre ce que Dieu vit : Son intimité d'Amour éternel. Lorsque ce qui est en semence dans notre vocation à l'amour sera accompli, vécu en plénitude, l'Esprit Saint Lui-même sera notre "spiration". Nous deviendrons des saints si ce germe d'Amour éternel bien réel de notre "Oui" en notre origine, bien réel mais limité, passe dans une liberté d'amour toujours reprise à cette plénitude.

Ce passage de l'image à la ressemblance de Dieu permet que ce soit Dieu Lui-même qui prolonge éternellement le caractère quasi-infini de notre amour parfait.

Nous avons vu la dernière fois (chapitre II) comment s'opère la division de la dynamique de l'amour de l'image à la ressemblance de Dieu, et comment chacun d'entre nous, à cause du péché originel et du péché personnel, est victime de cet arrachement, de cette division :

L'élan vers la ressemblance de Dieu demeure toujours profondément au centre de nous-même ; mais au lieu qu'il aille directement à sa fin, une dynamique périphérique psychique, physique et spirituelle la fait chuter, descendre, jusqu'à la culpabilité, l'angoisse et le désespoir. Lorsque nous sommes allés jusqu'à ce fond blessé de cette dynamique, qui implique la souffrance, la Croix de Jésus peut se planter, trouver sa signification, nous reprendre en cette pauvreté, et nous faire remonter dans la dynamique de la ressemblance de Dieu.

Par la voie du pardon, de la miséricorde, et de la grâce sanctifiante, Jésus nous sauve et nous rétablit dans la ressemblance de Dieu, une ressemblance qui saisit notre amour d'une manière différente et nouvelle.

Nous allons pour mieux le comprendre entrer dans les explications que résume le tableau<sup>1</sup> qui indique la genèse de nos réactions aux blessures psycho-affectives, dans notre cœur d'homme et de femme, avec le chemin de guérison correspondant.

Voici donc les parties spirituelle, psychique et même quelquefois physique de notre affectivité qui se trouvent blessées et perturbées. C'est du reste un des motifs des affirmations de l'éthique, qui expliquent la nécessité des vertus. Pourtant, ce n'est pas ici notre sujet: nous voulons nous attacher plus spécialement aux interventions du Saint Esprit, de Jésus, de Marie, de notre foi surnaturelle, de notre espérance théologique, de notre amour divin, de notre adoration fervente, dans ces perturbations.

### ***III. 1. Les blessures psycho-affectives***

Par la grande colonne de l'Alliance, nous sommes alliés à Dieu dans un élan fondamental, un grand mouvement qui nous demande de courir de l'image vers la ressemblance de Dieu. Nous **choisissons** l'amour au premier instant de notre vie, nous sommes comme fabriqués de cet amour, mais nous nous retrouvons très vite blessés parce que nous ne recevons plus cet amour parfait que nous voudrions naturellement recevoir. Cette **blessure** marque la vérité d'une alliance de surabondance de notre vocation à l'amour, cette permanence de la dynamique de l'amour demandant à parvenir à son acte et à sa plénitude dans la ressemblance de Dieu.

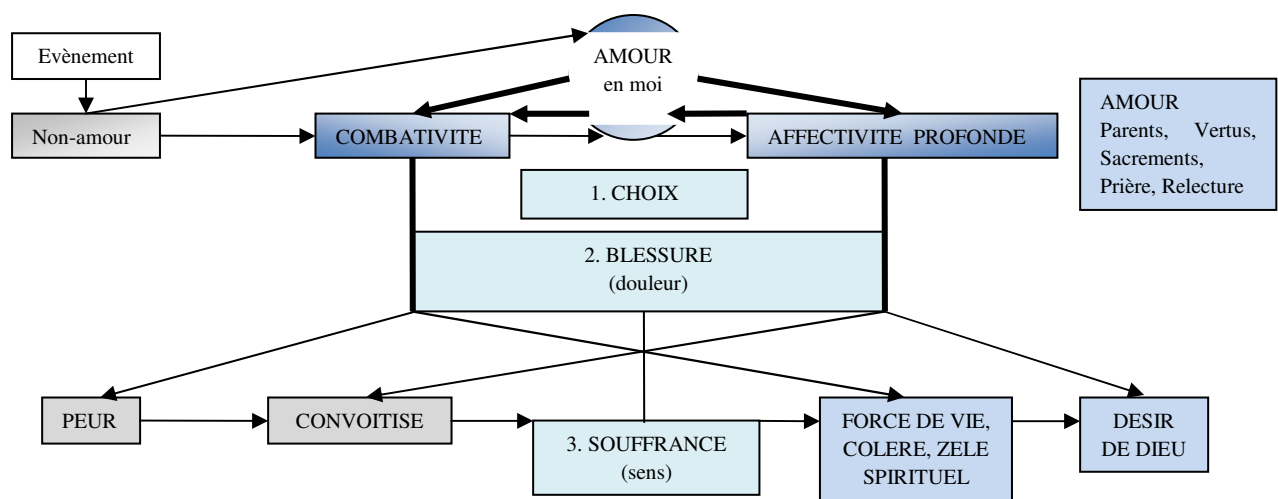
---

<sup>1</sup> Ce tableau transmis par les Béatitudes est intéressant. Mais attention ! il s'agit d'une sagesse, pas d'une méthode. Quand nous l'avons reçue et étudiée une fois, quand nous avons compris ce que cela signifie par rapport à notre expérience, pour chacune de ces étapes, l'Esprit Saint le réveillera et nous donnera au bon moment l'attitude opportune (que nous n'aurions pas eue si nous n'avions pas reçu cette sagesse). La foi pénètre par l'oreille, et la foi est la condition *sine qua non* de la charité. C'est pourquoi nous lisons la Bible et tous ses enseignements. Nous verrons qu'il y a une autre approche, plus proprement chrétienne de divinisation du cœur spirituel, et moins réduite au champ d'action psycho-spirituel que nous regardons dans un premier temps ici.

Le choix d'amour demeure en nous, avec cet appel à aller jusqu'à son épanouissement dans la plénitude.

Cet élan vivant et spirituel vont, aux points de vue psychologique, sentimental, passionnel et affectif, se déployer dans deux grandes directions : la dimension de la **combativité** (l'irascible) et la dimension de l'**affectivité profonde** (le concupiscible) en lien avec le cœur profond.

Mais voilà: le **non-amour** vient percuter de manière latérale notre force de conquête, cette dynamique de l'image à la ressemblance de Dieu pour un amour continuellement plus fort. Au lieu d'être nourris par l'amour dont nous avons besoin pour aller jusqu'à la ressemblance de Dieu, nous sommes sans arrêt percutés par des événements de non-amour. Au lieu que la combativité d'amour soit orientée de manière uniforme vers la ressemblance de Dieu, s'opère sur le plan de l'irascible une dislocation de notre force de conquête de l'amour qui se transforme en **peur**, d'une part, et en **force de vie et en zèle spirituel** d'autre part ; et sur le plan du concupiscible, une transformation de notre amour en **convoitise** et en désir de pur amour, **désir de Dieu**. Si nous souffrons profondément dans l'ordre de l'amour, c'est à cause de la **convoitise** et de la **peur** de revivre une nouvelle expérience de refus.



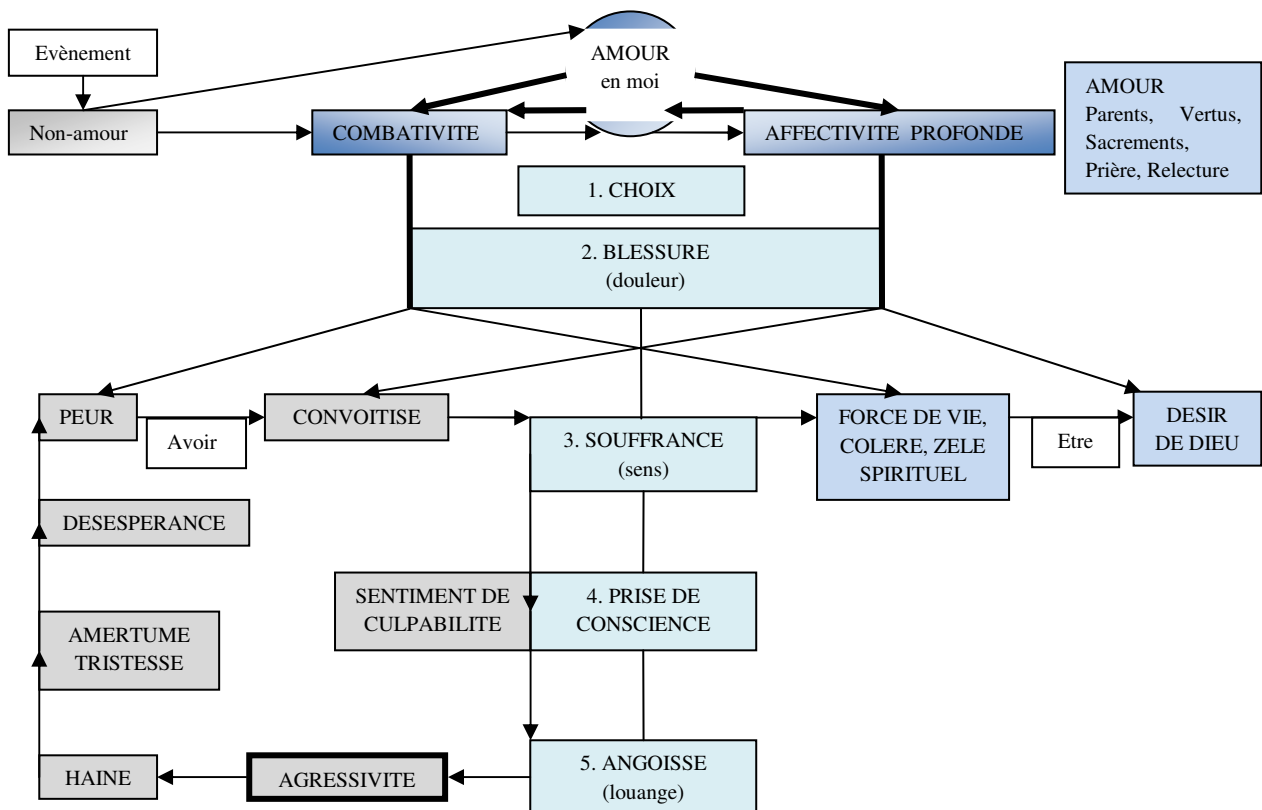
Nous allons nous arrêter aux cercles des blessures psycho-affectives et spirituelles qui provoquent au niveau de l'amour un **repliement du cœur humain sur l'ego** :

## 1. L'endurcissement du cœur

La réception d'un **refus d'amour** crée donc en nous la **peur** d'un nouveau refus, puis la **convoitise**, ce désir d'avoir pour soi ce dont nous avons besoin: une attitude qui va, si nous n'en prenons pas garde, installer notre cœur humain dans une continuelle revendication affective. De ce fait, la troisième étape de l'endurcissement du cœur pourrait bien se compliquer en une **souffrance**, souffrance du cœur qui émane peu à peu de cette **prise de conscience d'un fait**: nous n'arrivons pas à aimer.

La convoitise, qui fait que nous ramenons tout à nous-même, contrarie les besoins de notre affectivité assoiffée d'amour authentique ; l'amour ramène tout à l'autre et à la pureté dans l'ordre de l'amour. La convoitise fait que nous ne correspondons plus à ce à quoi nous avons dit "Oui" dès le départ, ni à notre vocation, ni à notre accomplissement final.

Nous nous rendons compte que nous ne sommes pas capables d'aimer ... de façon psycho-affective: non pas par un effet de notre lucidité contemplative ; comme cette prise conscience manque de la lumière propre à cette lucidité, apparaît un **sentiment de culpabilité** diffus: prise de conscience du cœur de notre défaillance dans l'ordre de l'amour et de notre trahison par rapport à notre Oui initial. Pendant ce temps, la dynamique vers un amour encore plus grand demeure pourtant; il nous pousse toujours plus loin, mais nous éprouvons plus cette séparation, cette division en nous-même, ce qui explique l'apparition du sentiment de culpabilité.



Avec le temps, avec l'indifférence ou avec l'hyperactivité, **nous oublions l'origine de cette blessure** et nous ne savons plus pourquoi nous souffrons. Nos élans affectifs ne sont plus orientés vers notre finalité (un amour très pur) et comme nous sommes coupés de notre finalité du point de vue de l'amour, apparaît l'**angoisse**, qui va provoquer l'**agressivité** (un être qui n'a pas été aimé et n'a pas su aimer est agressif avec celui ou celle qu'il aime) et la **haine**.

Aimer consiste à faire du bien à quelqu'un, à faire que son amour s'épanouisse et trouve sa plénitude. Haïr consiste à faire qu'il devienne semblable à celui qui n'arrive pas à aimer, et à faire que son amour puisse être vaincu à son tour, comme le nôtre.

Quand nous nous rendons compte de tout cela, apparaissent dans notre cœur l'**amertume** et la **tristesse**, et par conséquent le **désespoir**. Ce désespoir va renouveler et renforcer notre **peur**. Un encerclement du cœur, infernal pour ainsi dire, se met ainsi en place!

Voici les sept phénomènes de l'encerclement du cœur: il a pour effet d'endurcir<sup>2</sup> le cœur humain : la peur, la convoitise, le sentiment de culpabilité, l'agressivité, la haine, l'amertume et la tristesse, et enfin la désespérance. A partir du moment où la boucle est bouclée, si par malheur et Dieu sait qu'il y en a , un nouvel événement de non-amour vient le percuter, le cœur s'endurcit davantage encore. Au lieu d'être Amour, au lieu d'être inscrit dans notre appel à l'amour, l'**être** se mue en **avoir** et rentre dans le sentiment affectif de l'avoir que l'on appelle l'**égoïsme**. Si notre amour se réveille alors, nous allons prendre celui que nous croyons aimer non comme un être mais comme notre avoir, notre propriété.

Et si ce processus destructeur de l'amour ne s'arrête pas (par le pardon, comme nous le verrons), il provoque un second cercle aggravant :

## 2. L'isolement du cœur

Le **sentiment de culpabilité** provoque donc, nous l'avons vu, l'**angoisse**, laquelle se manifeste extérieurement par l'**agressivité**.

La recherche d'une réponse à la question : « Pourquoi suis-je à ce point agressif ? » peut être à l'origine d'une prise de conscience : « Je me sens mal! Je deviens à mon tour un bourreau dans l'ordre de l'amour ». Si le mouvement de la blessure prolonge sa vitalité et déploie ses branches, cette **conscience de culpabilité** aura spontanément comme fruit un **comportement infantile**:

Au lieu d'être lui-même et de vivre de la communion des personnes dans l'unité, l'homme rentre dans cette grimace diabolique de la communion des personnes en **fusionnant** avec l'autre, en s'**identifiant** à l'autre, en se mettant dans une **dépendance aliénante** par rapport à quelqu'un d'autre, en **perdant son identité**. Cela provoque une **frustration** permanente et une **jalousie** qui accentue la haine (qui vient re-dynamiser l'endurcissement du cœur, les deux cercles de l'isolement et de l'endurcissement se nourrissant l'un l'autre).

---

<sup>2</sup> Ce n'est pas le nouvel événement de non-amour qui seul a provoqué cette boucle, mais tous les événements de non-amour, depuis notre conception jusqu'à aujourd'hui. Le sentiment de culpabilité est provoqué par tous les événements passés (blessures, trahisons) qui se réveillent à l'occasion de ce nouvel événement. Ne portons donc jamais la faute sur celui par lequel je commence à désespérer.





Percutés par le non-amour, nous souffrons, mais au lieu de rentrer dans le point de vue psychologique de cette souffrance, notre prise de conscience peut être spirituelle, prise de conscience d'un homme ou d'une femme debout comme Marie au pied de la Croix face à la blessure du non-amour : « Les hommes n'ont pas aimé l'Amour ».

L'homme du cœur profond ne peut plus vivre à partir de ses impressions: il vit à partir de la réalité, de la vérité. Contemplatif, il se reprend sans cesse dans cet appel originel à l'amour, cette dynamique à aimer toujours davantage. S'il ne devait considérer que les impressions de réussite dans l'ordre de l'amour, il se perdrait bien vite dans ces cercles de l'endurcissement et de l'isolement, et, au terme, à la haine.

La **souffrance** demeure, nous ne pouvons pas le nier; nous ne pouvons rien y faire; ne glissons pas pour autant vers le sentiment de culpabilité : détendons-nous, restons debout, nous sommes faits pour nous épanouir comme des fleurs au soleil de l'amour, et les fleurs s'épanouissent en se dressant.

Le troisième cercle démarre au niveau du pont n°4 de la colonne de l'Alliance : la **prise de conscience**.

Ici, nous nous remettons debout en vivant du **pardon**.

Au niveau psychique, la soif d'amour dont nous avons besoin n'a pas rempli toutes les exigences de notre affectivité, mais Dieu continue à nous aimer infiniment, et le premier amour dans lequel nous nous sommes inscrits pour nous élancer vers la gloire, c'est-à-dire vers la victoire de l'amour sur tout dans la ressemblance de Dieu, demeure à l'état vierge, germe inentamé d'infini, substantiel, surabondant. **Dieu nous aime et Il ne cesse de nous combler si nous L'adorons.**

Les peuplades qui adorent, même si elles sont blessées, savent que l'amour de Dieu les remplit complètement, et elles sont beaucoup moins agressives que les peuplades qui sont baptisées dans une religion d'amour mais qui n'adorent plus. Psychologiquement, les peuplades qui adorent sont debout, plus que nous. Ce qui ne veut pas dire que surnaturellement (celui qui vit de la charité surnaturelle vit de la grâce d'amour du Christ à travers lui surnaturellement), ils ont plus d'amour que nous. Mais au niveau psycho-spirituel, ils sont rétablis : l'adorateur se remet dans sa propre nature.

Le Christ a demandé que la Torah (la Loi) soit respectée : nous devons adorer à genoux, car toute notre personne adore; le corps doit donc lui aussi participer à cet admirable libération du cœur assoiffé . Celui qui n'adore pas à genoux risque le pharisaïsme, il n'entre pas dans l'incarnation de la vie chrétienne; il ne peut pas vraiment recevoir le pardon naturel, et encore moins le pardon surnaturel. L'adoration est le premier Commandement de Dieu.



Nous comprenons donc que notre souffrance est un appel à aller plus loin dans l'ordre de l'amour, et à recevoir cet amour suprêmement fort, le seul qui puisse nourrir notre amour. Dieu est toujours présent au centre de notre âme pour diffuser cet amour à l'infini.

Nous prions à genoux le Seigneur : « **Seigneur, Toi tu aimes à l'infini, aimes à travers moi. Je sais qu'en ce moment tout le feu substantiel et éternel de ton amour passe à travers mon corps.** »

« **Seigneur, j'ai une confiance absolue qu'en ce moment tu me donnes toutes les grâces de victoire de l'amour sur le mal, toutes les grâces qui sont passées entre les mains de Dieu.** » (pas une petite grâce, pas une grâce d'amour pour consoler le mien en ce moment, non, ce serait encore de la convoitise). Cet acte d'espérance consistera à refaire passer à travers notre cœur toutes les grâces qui sont sorties dans la main de Dieu depuis le début jusqu'à la fin de la création, pour l'ouvrir sur celles du Ciel tout entier.

Quelqu'un qui n'est pas chrétien peut faire un acte d'adoration naturel : « **Dieu est amour, Dieu m'aime par dessus tout et j'aime Dieu par dessus tout. Dieu est en train de me créer, Il s'occupe uniquement de moi, Il me donne tout son amour en ce moment, je me remplis de l'amour de Dieu et je reçois le vrai pardon, le don parfait de l'amour.** »

A ce moment-là, le sentiment de culpabilité s'efface; cette dépendance habituelle à notre origine d'amour fait disparaître le sentiment de culpabilité comme locomotive de notre élan et de notre "ressenti" intérieur, comme de nos actes "primo-primi". Nous nous relevons dans notre souffrance et nous allons à la conquête d'un amour plus grand. Au lieu de rentrer dans le cercle psychologique, nous remontons vers notre origine, notre appel, notre soif d'amour, pour aller vers le pur amour de Dieu. Notre cœur se refait dans le **désir de Dieu**, dans l'**espérance** et dans la **charité**, l'**amour agapé**. Grâce à cela, nous pouvons **offrir** tout ce que nous avons ainsi que tous nos manques, toutes nos blessures.

Ce cercle du pardon nous remet face à l'angoisse, mais cette angoisse est toute offerte, et **l'offrande de l'angoisse nous fait rentrer dans le pardon.**

Plus nous vivons du pardon, plus nous devenons vulnérables. La **vulnérabilité** est une caractéristique de celui qui aime spirituellement : l'amour peut l'atteindre et le blesser encore plus profondément.

« **Pertransibit gladius** : un glaive traversera de part en part ton cœur et ton âme. » Le Concile Vatican II indique ce mystère de compassion: l'Immaculée, après l'ouverture du cœur, est une plaie vivante, et c'est ainsi qu'elle enfante l'Eglise. « **Marie Mère de l'Eglise** » (Paul VI).

Nous rentrons dans la fécondité dans l'ordre de l'amour. Les flèches de l'amour peuvent pénétrer notre cœur qui n'est pas endurci, nous sommes ouverts à recevoir toutes les blessures de l'amour, l'amour est blessé et nous arrache à nous-mêmes, tout est nourriture pour l'amour et

l'amour est victorieux de tout : « Tu m'as giflé, je te pardonne, je ne cesse pas de t'aimer, et je t'aime encore plus. »

Dès que nous nous relevons et que nous adorons, nous réalisons que Dieu nous regarde et qu'Il a un besoin imprescriptible de notre amour. Dans Son Ciel éternel Il a besoin d'avoir toutes les fleurs ; si la violette le quittait, elle manquerait au Ciel éternellement, alors Il ne s'occupe que de la violette, éternellement, sans arrêt.

### ***III. 2. Le rôle de l'axe de l'Alliance***

Nous avons vu jusqu'à présent que si nous ne vivons pas du pardon, nous ne pouvons pas vivre humainement d'un amour spirituel.

A défaut, nous nous rabattons au niveau affectif dans l'angoisse, au niveau psychologique dans nos impressions, et nous naviguons entre un sentiment de culpabilité (se caractérisant par l'angoisse et l'agressivité, dans le cercle de l'endurcissement du cœur) et un sentiment de frustration (se caractérisant par la régression et la dépendance aliénante, dans le cercle de l'isolement du cœur)<sup>4</sup>.

Redressons-nous, devenons des hommes et des femmes, comprenons que nous sommes **aimés**, que nous sommes chacun une **merveille d'amour** appelée à un amour jusqu'à la ressemblance de Dieu, quelle que soit notre religion. Acceptons de rentrer dans nos souffrances, et à partir de nos souffrances de dire : « ***Merci Seigneur pour ces souffrances, grâce à elles je peux me propulser encore plus loin dans l'amour, encore plus loin dans le pardon. Si je suis blessé, si je suis plus agressif, c'est le signe d'une souffrance et un appel à aller plus loin encore dans l'ordre de l'amour par rapport à celui que j'aime.*** »

Nos blessures sont une chance, si nous sommes dans l'axe de l'Alliance, parce qu'elles nous projettent dans une adoration et dans un pardon encore plus grands :

**« Bienheureuse faute qui nous vaut une telle grâce »**

**« Là où le péché abonde, la grâce surabonde »**

L'axe de l'Alliance est comme un gond, une plaque tournante vers laquelle nous portons spirituellement notre attention pour ne pas sombrer dans les complications psychologiques.

La conversion intervient quand nous comprenons, à partir de ce que nous vivons dans nos blessures et nos détresses affectives («Je n'arrive pas à aimer, je ne vaud pas grand chose, je suis d'une maladresse invraisemblable du point de vue de l'amour et de l'affectivité dans les échanges avec celui que Dieu met proche de moi»), et à partir de ce que nous constatons chez

---

<sup>4</sup> Il est très curieux de remarquer que plus nous rentrons dans le christianisme, dans les exigences de la grâce, de la foi, de l'appel à l'amour de Dieu, plus l'endurcissement et l'isolement du cœur deviennent saillants, avec toutes les étapes que nous avons vues. La frustration et la jalousie sont beaucoup plus visibles chez des gens qui ont pris à pleine main la religion de l'amour. C'est pourquoi Jésus ne pouvait être mis à mort que par le Sanhédrin, composé des hommes les plus proches, sur toute la terre, de la religion du Dieu révélé et donné dans l'amour messianique.

ceux que Dieu met proches de nous, quand nous voulons nous ajuster à eux pour coopérer avec eux, qu'il est nécessaire de porter notre attention sur cet axe de l'Alliance pour regarder ce qui est sur l'autre rivage, et nous projeter vers l'**adoration** et le **pardon**.

L'état d'agressivité<sup>5</sup>, chez un proche, ou si nous sommes nous-mêmes dans un état d'agressivité, marque nettement le signe d'une angoisse profondément inscrite, jusqu'au plan de l'âme. Nous répondons à l'angoisse par l'agressivité parce que nous n'avons pas regardé, à partir de cette angoisse, l'amour de Dieu: l'Amour de Dieu, lui, est un amour sans faute, un amour plénier: nous ne l'avons pas considéré, nous **ne l'avons pas loué**. A travers l'angoisse, dans l'angoisse, être porté à l'agressivité nous aide étrangement à être intérieurement, spirituellement, dans un état de louange. Quand quelqu'un est angoissé et porté à l'agressivité, ou quand nous-mêmes sommes dans cet état, la direction spirituelle conseille de prendre les psaumes et de chanter. L'agressivité indique un cœur en train de s'endurcir un peu plus ; qu'il prenne conscience de cet état (ce qui est facile à faire, puisque l'agressivité se manifeste !), pour entendre à cet instant l'appel particulier de Dieu : "Venez! Crions de joie! Louons Le, laissons nous porter à Sa louange<sup>6</sup>".

Si cette agressivité par rapport à la personne avec qui nous coopérons, ou celle que Dieu a mis proche de nous ne disparaît pas, elle va laisser la place en l'homme psychique à un sentiment de haine. Nous allons avoir l'impression sensible, psychologique, que nous voulons faire du mal à cette personne. Au point de vue psychologique, passant de l'agressivité à la haine, sous un certain rapport, nous avons fait un progrès... :

Reprenons le tableau en forme de croix de la dynamique de l'image à la ressemblance de Dieu (chapitre II) : si nous avançons dans le domaine de l'amour, nous passons de la culpabilité à la haine, et cela nous rapproche du mystère de la grâce du Christ et de cette assumption pour nous remettre dans l'axe de l'Alliance. Sans cette dynamique de l'amour au fond de nous au point de vue spirituel, nous ne passerions pas de l'agressivité à la haine.

Certes, nous parlons ici de cette agressivité et de cette haine *primo-primi* : purement psychologiques, nous ne parlons pas de l'agressivité ni de la haine spirituelles, froides, lucidement choisies.

A ce stade, nous ne pouvons donc plus juger ces symptômes, car ce que nous voyons au niveau psychologique ne correspond pas nécessairement à ce qui se vit au niveau spirituel. Ne réduisons pas ce que nous vivons à ce que nous ressentons, face cachée d'une soif d'amour. Quand nous sommes dans cette étape d'agressivité, si nous retournons à l'adoration et au pardon, nous retrouvons notre relation avec notre vocation dans la louange et notre agressivité se mue en offrande, ou du moins la petite voix de notre conscience nous dit à ce moment-là : « Mais offre-

---

<sup>5</sup> L'agressivité est une colère, un bouillonnement, une des onze passions de l'irascible.

<sup>6</sup> La louange est bien-sûr beaucoup moins forte que l'adoration, la dévotion et la prière, la pénitence et les sacrifices, la contemplation de l'amour de Dieu. Pratiquer uniquement une spiritualité de la louange limite notre amour de Dieu. Néanmoins, la louange a sa place.

le ! ». Dans l'axe d'Alliance, après ce moment de louange, nous pouvons sortir de nous-mêmes et nous dépasser nous-mêmes dans ce que nous ressentons en offrant.

### ***III. 3. Le processus de l'apparition des sentiments du moi***

La personne humaine compte différents niveaux de vie :

- L'aspect organique, végétatif, instinctif et l'aspect sensible avec ses onze passions, aspects que nous avons en partage avec le cormoran (... celui qui vit uniquement en fonction des ses impressions ne dépasse donc pas la spiritualité de l'albatros...)
- L'appel à l'immensité de l'amour, à la vérité et à la contemplation, et au don, au dépassement total de soi dans un autre qui nous dépasse infiniment dans l'amour d'amitié,
- Cet autre peut être Dieu, qui se dépasse Lui-même en se donnant à nous dans la réciprocité.

Petit à petit, en posant jour après jour des actes de vertus, notre cœur humain s'approfondit, et notre intelligence devient contemplative. Mais tant que notre cœur manque de maturité, nous ne régressons du niveau humain et nous nous rabattons toujours sur le point de vue sensible. Cela provoque, au mieux (!), l'éparpillement de la vie psychique et sensible en ces six impressions sentimentales que l'on appelle les six **sentiments du moi** (abordés en I. 4.) :

- le sentiment de **valorisation** et le sentiment de **culpabilité**
- le sentiment d'**autonomie** et le sentiment d'**aliénation**
- le sentiment de **sécurité** et le sentiment d'**angoisse**

Cet appel à vivre dans la permanence de l'image à la ressemblance de Dieu, cette dynamique de l'image à la ressemblance de Dieu fait que nous demeurons librement et lucidement attachés à notre origine (cet appel à l'amour) et à notre fin : tout le processus du temps nous relie du point de vue de l'amour à cette permanence dans l'ordre de l'amour, à notre vocation à l'amour.

Si nous n'arrivons pas à l'atteindre, nous retombons dans l'espace et dans le temps, avec une chute dans la vie sentimentale, dans les sentiments du moi. Un médecin psychanalyste trouvera qu'il a fait un excellent travail quand au bout de trois ans il aura fait redescendre la personne qui est malade psychologiquement (sentiments d'angoisse, d'aliénation et de culpabilité) au niveau des instincts, au noyau positif de sa vie sentimentale (sentiments d'autonomie, de sécurité et de valorisation). En réalité, quant à la dignité humaine, les sentiments de valorisation, de sécurité et d'autonomie ne sont pas meilleurs que les sentiments de culpabilité, d'aliénation et d'angoisse. Ce sont simplement les deux faces d'une même réalité. Les méthodes proposées par les mouvements parfois baptisés PRH (Personnalité Relation Humaine) consistent précisément à

proposer des voies permettant d'atteindre ce moi autonome, et cette positivité des sentiments du moi. Elles ne seront, en définitive, qu'une impasse transitoire.

Lorsque nous n'arrivons pas à trouver cette fidélité à notre origine et à notre fin, nous retombons dans les miasmes du temps, ce qui fait naître la complexité sentimentale. Les sentiments de valorisation et de culpabilité naissent de notre rapport affectif au passé, les sentiments d'autonomie et d'aliénation de notre rapport affectif au présent, et les sentiments de sécurité et d'angoisse de nos rapports affectifs au futur. Nous ne maîtrisons plus notre temps, nous ne maîtrisons plus notre espace intérieur, nous ne maîtrisons plus la durée, nous ne maîtrisons plus notre personne, nous tombons dans ces sentiments du moi.

Les blessures affectives s'axent essentiellement dans le réveil des blessures du passé à travers une blessure du présent. Autrement dit, à travers une blessure du présent, ce sont les blessures du passé qui rejaillissent dans notre échange d'amour avec celui que Dieu a mis proche de nous, ce qui provoque le sentiment de dévalorisation, dont nous sortons en revenant à l'adoration et au pardon.

Application pour une attitude d'écoute et d'accueil d'une personne blessée: Si nous voulons nous ajuster à celui qui est proche de nous (un enfant, un conjoint, un ami, un voisin) tel qu'il est, nous devons nous ajuster à ce qu'il vit sensiblement, et à travers cela, lui donner la juste réponse. Approchons-le en respectant ce qu'il vit, n'essayons pas de l'amener nous-même à l'étape suivante. Reconnaissons d'abord où il en est, dans la convoitise par exemple : il a choisi l'amour, il a été blessé, et s'il se replie dans la convoitise, cette blessure s'est muée en souffrance. Reconnaissons alors, à travers la convoitise, la souffrance particulière qui se cache derrière, et prions pour lui, consacrons-le à la Vierge Marie, demandons à la Vierge Marie de le ré-enfanter et au Christ de le ré-engendrer, mettons sa souffrance dans la souffrance du Seigneur, supplions la bénédiction du Saint Esprit. Écoutons-le, tout en étant en oraison, et offrons.

Ne faisons pas l'erreur de lui dire : «Écoute, mon vieux, il faut que tu loues» ! ou bien : «Tu es dans l'angoisse», s'il n'en est pas encore là. Mais nous pouvons lui dire : «Tu souffres, et ta souffrance a un sens pour que tu ailles plus loin dans l'amour.» Et en priant pour lui, il va passer plus facilement de la convoitise (que Saint Thomas appelle la passion de désir ou la passion de plaisir<sup>7</sup>) à un désir d'amour pur. Dans cette dynamique, au lieu de rentrer plus profondément dans le cercle de l'endurcissement où la convoitise confrontée à une souffrance dont il ne comprend pas le sens se mue en sentiment de culpabilité et où il prend psychologiquement conscience qu'il est nul, il peut rentrer dans l'**espérance** et à travers cette espérance, dans la **prise de conscience spirituelle** qui se fera selon un processus d'amour, parce que nous l'avons

---

<sup>7</sup> Attention ! les passions ne sont pas négatives : nous sommes créés avec un corps qui est utile, et une âme pleine de passions qui sont utiles !

aimé humainement tel qu'il est, avec une pleine compassion, et que nous avons prié pour lui, demandant à Dieu de l'investir de Son amour.

Dès qu'il est dans la prise de conscience (4), nous pouvons lui parler d'espérance : « Tu peux avoir confiance qu'à travers cela Dieu te donnera toutes les grâces: tu peux en être certain! ».

Il en est de même pour tous les aspects de l'axe de l'Alliance.

En ce qui concerne l'aveu, le repentir (6), nous sommes tous, nous qui sommes baptisés, les confesseurs les uns des autres. Les sacrements demeurant en effet, parmi d'autres fécondités divines, un "signe efficace" de ce que nous devons être les uns par rapport aux autres dans la vie chrétienne. Le sacerdoce ministériel, le prêtre, confesse et donne l'absolution, mais le sacerdoce royal confesse mystiquement, surnaturellement, dans la charité fraternelle. Le confesseur respecte l'étape où en est son pénitent et ne cherche jamais à arracher un aveu à quelqu'un qui est en état de souffrance et qui est incapable de donner cet aveu. Néanmoins, là où l'aveu est nécessaire et utile, si son pénitent ne vient pas à lui dans un sentiment de culpabilité et qu'il a pleinement conscience de sa faute (ce qui est généralement le cas de qui vient se confesser), le confesseur doit le lui demander : «Dis exactement ce que tu as fait.»

Si la conscience de sa faute est psychologique, elle l'enfoncé dans un sentiment de culpabilité. Par notre prière, faisons tout pour qu'il soit mis en relation avec le pardon de Dieu et soyons nous-mêmes l'instrument de ce pardon parce que nous ne le jugeons pas et que nous lui pardonnons : «Tu sais, nous sommes tous pareils, tu as fait [telle chose], tu te repens et le Bon Dieu te pardonne».

Mais puisque l'événement de non-amour est réel, de quoi la personne blessée doit-elle se repentir ? Que doit-elle avouer ? De quoi est-elle coupable ? La personne confrontée à un non-amour réel qui la blesse va tomber dans la faute en réagissant psychologiquement au lieu de réagir spirituellement.

Jésus nous demande, quand nous rentrons dans une maison, de donner la paix à cette maison : **«En quelque maison que vous entriez, dites d'abord : "Paix à cette maison". S'il y a là un fils de paix, votre paix ira reposer sur lui ; sinon, elle reviendra sur vous»** (Luc 10, 5-6).

Si nous sommes confrontés à un non-amour, nous devons comprendre qu'immédiatement, un plus grand amour encore nous est confié et donné : que l'autre ne m'aime pas gonfle mon cœur pour un amour plus grand, de manière naturelle. Cela est vrai sur le plan des relations d'amitié entre les hommes, même pour ceux qui ne croient pas, sur le plan de la Providence naturelle de Dieu comme sur le plan de la Providence surnaturelle de la grâce. Nous sommes aujourd'hui obligés de rappeler ces lois élémentaires de la nature humaine, parce que tout le monde, massivement, vit au plan psychologique.

A travers ce tableau, nous n'avons pas spécialement regardé la confession de la faute spirituelle, Nous nous sommes contentés de considérer le processus évolutif d'une affectivité qui a brisé volontairement et lucidement ses exigences d'adoration et de pardon, pour voir se déployer sous nos yeux ce qui en résulte au plan du cœur humain blessé, où se joue une rencontre très caractéristique entre le sentiment de faute au plan psychologique et le point de vue spirituel affectif.

## IV. Chemin de guérison

Le seul chemin de guérison des blessures psycho-affectives, le seul chemin permettant de sortir du cycle de l'endurcissement du cœur, de l'isolement du cœur et du sur-moi orgueilleux, consistera à cultiver le sens du pardon et à apprendre comment notre affectivité blessée va rentrer dans le pardon spirituel, dans l'accueil et dans le don du pardon.

A travers le cycle de l'endurcissement, de l'isolement et du sur-moi orgueilleux, il nous faut retrouver Dieu qui nous aime de manière telle qu'Il se donne parfaitement à nous par amour, ce qui implique **adoration** et **pardon**.

Tout au long des trois premiers moments de notre réflexion, nous avons vu pourquoi il ne fallait pas vivre au niveau de l'imaginaire, ni au niveau de ce que nous ressentons, de nos réactions *primo-primi*, ni au niveau sentimental, ni au niveau d'une sorte de repos ou de vide, et pourquoi il faut **vivre au niveau de l'être**, la fine pointe de l'âme où le corps, l'âme et l'esprit sont ensemble, cet être où nous sommes très profondément nous-même en nous-même, ce lieu où nous pouvons entendre Dieu qui se promène dans notre jardin intérieur. Les bouddhistes et les hindouistes font le vide, en se coupant de tout ce qu'ils sont et de tout ce qu'ils savent, et toutes leurs puissances s'enterrent dans le soi substantiel, le soi absolu qui correspond au soi absolu de l'univers. Dans la tradition chrétienne, l'équivalent est le quiétisme, ou 'oraison de repos'. La véritable oraison consiste à atteindre le centre le plus actif de la vie humaine, **la dynamique de la spiration de Dieu en Lui-même**. Au centre de nous-mêmes, le Père, le Fils et le Saint Esprit donne sa trace dynamique dans le fait que nous existons dans un corps, une âme et un esprit dans l'unité. Là, Dieu nous donne notre vocation, notre amour, notre nom, notre "Oui".

Une fois que nous sommes là, les odeurs de nos blessures reviennent, comme nous l'avons vu : blessures de l'imaginaire, blessures de la mémoire, blessures dues au mensonge de la raison raisonnante, etc.

**Pour ce qui concerne la guérison des blessures affectives, nous devons retrouver par l'adoration et le pardon la présence de Dieu qui nous aime.**