

PRATIQUE DE LA VOIE SPIRITUELLE : UN CHEMIN DE GUERISON

La pratique proposée au Centre d'étude et de prière de Sainte-Croix s'enracine dans l'expérience de l'Eglise indivise (soit le 1^{er} millénaire chrétien) et plus particulièrement dans la tradition hésychaste (de hésychia : paix, silence) appelée aussi philocalique où prière et chemin de transformation intérieure sont les deux dimensions complémentaires et essentielles de la vie spirituelle.

Dans l'ardent désir de mettre en pratique l'enseignement de Jésus Christ restitué dans les évangiles, des milliers de chrétiens sont partis au désert en Egypte à partir du IV^{ème} siècle. Ils ont fait de la quête du Royaume de Dieu leur unique nécessaire et se sont engagés pleinement corps, âme, esprit dans le chemin de la profondeur. En fidélité à l'enseignement du Christ, ils ont fait l'expérience du cœur profond qu'ils ont assimilé à l'image de Dieu dans l'homme. De même que Dieu est beauté, joie, santé, paix, amour, ils ont considéré que l'image de Dieu est source de beauté, de joie, de santé, de paix et d'amour en l'être humain et ont appelé leur quête « philocalie » ou amour de la beauté ou aspiration à la vie divine par l'actualisation de l'Image.

Pour ces Anciens (appelés Pères du désert) le processus thérapeutique est chemin vers la Lumière. Pour eux, avant tout, il s'agit de prendre soin de ce qui va bien, prendre soin de notre beauté intérieure, de notre dimension spirituelle pour conduire vers la guérison des blessures et des mémoires jusqu'à recouvrer l'unité intérieure et l'intégrité personnelle par le dynamisme du pardon.

Cette approche porte le bénéfice d'être efficace au plan thérapeutique et de favoriser l'éveil spirituel.

D'autre part, autant il est important de relire notre histoire et de traiter nos blessures, autant il est essentiel d'assumer notre passé, pour aujourd'hui prendre en main notre existence et devenir co-créateur avec Dieu de notre propre destin. Les Anciens, pères de la tradition hésychaste, nous proposent un chemin de maturité dans une éthique de responsabilité vers un plein accomplissement spirituel. En ce sens nous pouvons parler de thérapie initiatique.

Les chemins de guérison que nous proposons s'inscrivent dans cette démarche que nous avons complétée par le riche apport des sciences humaines et la considération du corps comme lieu de l'expérience et de la transformation intérieure.

Ils s'articulent en 5 étapes :

1- Fondements de la guérison

Dans cette retraite sont donnés les fondements anthropologiques (regard sur l'être humain dans ses trois dimensions : le corps, la psyché et l'esprit) en référence à la Bible (donc aux Evangiles) et au témoignage des Maîtres de la vie spirituelle chrétienne appelés Pères de l'Eglise. Puis, selon les mêmes références, il est proposé un chemin personnel qui s'enracine dans la prière et conduit à la cicatrisation des blessures, à la guérison des mémoires et à la prise de conscience des mécanismes de défense, que nous réitérons dans notre quotidien, pour s'en affranchir. Les blessures, une fois cicatrisées, peuvent devenir des lieux de grâce et des possibilités d'éveil spirituel. Nous invitons à entrer dans un processus de libération intérieure qui ouvre sur une dynamique de croissance spirituelle.

2- Le pardon : passage du psychologique au spirituel

Le pardon est la clé du chemin de guérison. Il est un accès à la nouveauté et ouvre un avenir autre que celui imposé par le passé. Le pardon est la réponse à la question du mal, il permet une rupture avec la logique meurtrière pour initier un chemin vers l'unité intérieure qui passe par une triple réconciliation : avec Dieu, avec soi, avec l'autre.

Dans cette session, nous proposons un cheminement qui passe par le champ de nos mémoires pour nous faire advenir comme sujet responsable de notre propre destin.

3- Connaissance de soi et discernement

Pour les Pères de l'Eglise, la dynamique d'accomplissement spirituel ne peut faire l'impasse de la purification du cœur. Le Christ nous invite à « *veiller et prier, afin de ne pas être sous la coupe de la tentation* » Mat 26/41. La prière est nécessaire et doit être complétée par la vigilance pour ne pas retomber dans les mêmes schémas et réitérer les attitudes du « *vieil homme* ». La culture de la vigilance conduit à la connaissance des failles, fragilités et déviations de l'âme pour ne pas se laisser entraîner vers les vieux penchants. La vigilance est une clé pour le combat spirituel et pour l'acquisition du discernement conjointement à la prière. Dans cette session, il est proposé une thérapie des maladies psychiques et spirituelles dans la perspective de la purification du cœur et l'ouverture au discernement spirituel.

4- De l'aliénation à la liberté intérieure

La thérapie chrétienne qui passe par la purification des mémoires, la cicatrisation des blessures, la réconciliation avec soi-même, la dynamique du pardon et la connaissance de soi a pour finalité l'a-pathéia ou acquisition de la liberté intérieure. Après avoir décliné les différents aspects de la liberté, nous verrons comment passer d'une vie subie à une vie choisie, passer de l'asservissement aux passions à la pleine souveraineté sur les mouvements de l'âme et du corps. La vie spirituelle est faite de prière, de vigilance et d'ascèse pour accéder à un mode d'être qui intègre la relation vivante à Dieu et une dynamique de liberté par rapport aux mouvements intérieurs et à l'influence du monde. Le sens de cette session est d'initier à cet Art.

5- Quête d'unité et d'identité.

Le chemin vers l'unité intérieure ouvre sur la quête d'identité. La parole adressée par Dieu à Abram : « vas vers toi », s'applique à chacun d'entre nous. Pour accéder à ce « je suis », il nous faut nous dépouiller de toutes les représentations de nous même et de toutes les idées, voire illusions, que l'on se fait sur soi-même. Ce « je suis » est transcendant aux catégories (rôle, fonction) dans lesquelles on peut s'enfermer ou aux qualificatifs que l'on peut s'appliquer tels : je suis intelligent ou je suis nul, je suis doué ou je suis incapable etc... L'accès au « je suis » est passage de notre moi conditionné à notre dimension de fils et fille de Dieu. Cette session nous aidera à l'actualiser à chaque instant.

Présence corporelle avec Elianthe Dautais (chaque jour à 9 heures 30)

Le corps me parle de ce que je suis, son langage est vrai. Le temps du matin, précédent l'enseignement, pour la présence corporelle, invite à l'écoute, à la vigilance, à la relation avec l'instant présent. Dans l'aujourd'hui de notre vie s'offre à nous un message, une invitation à un pèlerinage dont le corps se fait le temple : « *Ne savez-vous pas que vous êtes le temple du Saint Esprit* ».

Une façon nouvelle de vivre son corps avec toute la délicatesse à laquelle il nous invite. La présence corporelle est inscrite au cœur de chaque session ou retraite, à chaque fois d'une manière spécifique, car elle induit le champ essentiel de l'expérience.

Une équipe d'accompagnement formée de personnes compétentes permet à ceux qui le désirent d'être accueillis, de faire un travail de libération et de bénéficier de conseils appropriés. Le chemin d'accompagnement se poursuit après la session pour ceux qui le désirent.