



Equipes Notre-Dame

### **L'ascèse, un chemin de sainteté**

Nous pensons que beaucoup d'entre vous, à la lecture de ce titre, vont envisager de ne pas lire ce courrier. Nous vous demandons cependant de prendre quelques minutes pour le lire et y réfléchir, particulièrement en ce début de Carême.

Encore, l'ascèse ! Ce sujet peut sembler démodé, déconnecté de notre réalité quotidienne : une thématique d'un autre âge, ou bien dont nous avons déjà parlé à maintes reprises. Mais il revêt une signification très profonde que nous n'avons peut-être pas envisagée, en particulier dans nos vies de couples mariés.

Au premier abord, le terme ascétisme semble associé à quelque chose de négatif, exigeant effort, renoncement, sacrifice. De nos jours, tout ce qui se rapporte à ces notions est écarté. Combien de fois entendons-nous dire du bien des méthodes d'apprentissage sans effort, amusantes, dans lesquelles tout est facilité ! Notre société semble nous inviter à tout le contraire de ce que représente l'ascétisme.

En réalité, l'ascèse est beaucoup plus riche que nous le pensons habituellement. Ce terme renvoie à des notions qui sont actuellement très valorisées : le soin du corps, la maîtrise de soi ou le dépassement de soi, qui trouvent leur origine dans l'étymologie du mot lui-même. L'ascèse vient du grec askèsis (exercice, entraînement), et est née dans la Grèce des gymnases et de l'entraînement sportif.

L'ascèse a parfois été confondue avec une certaine vision de l'entraînement qui ne prend en compte que la souffrance et la privation. Cette vision des choses ne valorise pas la satisfaction de l'effort récompensé, les victoires remportées dans notre vie, la santé que l'ascèse nous procure et qui nous fait du bien. Et cette façon de comprendre l'ascèse en ne considérant que les renoncements et les sacrifices est celle qui a souvent prévalu dans la vision chrétienne, se méprenant totalement sur l'essence de l'ascèse. Comme si ces pénitences étaient en elles-mêmes quelque chose d'agréable à Dieu. Comme si c'était uniquement par nos propres efforts que nous étions capables d'atteindre Dieu.

C'est pourquoi nous vous proposons une autre manière d'aborder l'ascèse. Dans un premier temps, en l'envisageant dans le cadre de notre amour conjugal, et dans un deuxième temps, en l'étendant à notre relation à Dieu et à notre prochain. Pour ce faire, nous suivrons les idées d'un texte du Père Caffarel, éditorial paru dans la Lettre des Équipes Notre-Dame de mai-juin 1972, qui, d'une manière précieuse, relie l'ascèse et l'amour.<sup>1</sup> L'idée maîtresse de cet écrit est que l'ascèse n'est pas une exigence arbitraire, mais bien l'une des exigences fondamentales de l'amour. Comme les deux faces d'une pièce de monnaie, l'amour et l'ascèse y sont présentés comme les deux facettes d'une même réalité.

---

<sup>1</sup> P. Henri Caffarel, "Encore l'ascèse", Lettre des Equipes Notre-Dame, mai-juin 1972

Le Père Caffarel attire notre attention sur le combat qui se joue entre l'amour pour notre conjoint et notre propre égoïsme. Selon une méthodologie qui nous est familière aux Équipes Notre-Dame, comme dans la Règle de vie, nous devons examiner les choses qui nous empêchent de grandir dans l'amour de Dieu, de notre conjoint, notre famille ou nos proches, afin d'essayer de les corriger.

Le Père Caffarel nous propose d'examiner notre propre cœur. Il nous incite à regarder, à épier, à analyser notre cœur aujourd'hui, ici et maintenant. Et à remarquer les innombrables obstacles qui ralentissent et entravent notre amour. Dans nos conversations, ce besoin de ne pas céder, d'avoir toujours raison. Ou bien cette tentation du silence, pour bien faire comprendre à l'autre que je ne suis pas d'accord avec ce qu'il a dit ou fait, en me taisant, en le privant de ma parole, de mon regard, de mon attention. Ou au contraire, mon "moi" continuellement en avant, toujours mes intérêts, mes soucis, moi, moi, moi... sans jamais écouter, sans m'intéresser à ce que l'autre dit, à ce qu'il est. Nous pourrions énumérer encore tant d'autres exemples.

Pour le Père Caffarel, si l'amour humain implique une exigence d'ascèse, un effort loyal, intelligent et méthodique pour dompter l'égoïsme qui entrave l'amour et nous empêche d'accéder à un plus grand amour, combien plus l'ascèse sera-t-elle nécessaire dans notre relation d'amour à Dieu !

Nous abordons ainsi la deuxième partie de notre proposition. Tout comme nous l'avons fait en examinant la difficulté que nous expérimentons dans l'amour de notre conjoint, nous pouvons également réfléchir à la façon dont nous pouvons surmonter notre égoïsme dans notre amour pour Dieu. Un Dieu pour lequel bien souvent nous n'avons pas le temps, auquel nous ne réservons que les miettes de ce qui nous reste. Ou avec qui nous nous comportons de manière protocolaire, en nous conformant strictement à ce que l'Église nous demande. Sans transformer notre cœur, sans aller vers les autres, sans devenir de meilleurs chrétiens dans notre vie de tous les jours.

Alors que nous entamons notre chemin de Carême, nous pouvons réfléchir à notre relation à Dieu et à nos frères et sœurs. Au lieu de considérer les efforts de prière, de pénitence ou de charité comme des exigences arbitraires, nous pouvons les comprendre comme des actes d'amour qui nous appellent à sortir de nous-mêmes et de notre univers. Cela demande des efforts et de la persévérance. Peut-être devons-nous réfléchir à des moyens pour consacrer plus de temps à l'écoute et à la méditation de ce que Dieu attend de nous. Cela peut nécessiter un changement dans nos priorités, peut-être en étant plus attentifs à ceux qui nous entourent, à ceux qui en ont le plus besoin. Nous devons nous concentrer sur la manière de faire grandir l'amour, en suivant les traces de Jésus. C'est l'occasion de transformer nos cœurs et nos vies. C'est vivre notre engagement de chrétiens, pas seulement durant le Carême, mais dans toute notre vie.

Considérons, par exemple, la préparation de la naissance d'un enfant. Nous comprenons parfaitement qu'après sa naissance, notre vie ne sera plus la même. Nous nous souvenons des nuits blanches, des difficultés financières, du souci de sa santé et de son bien-être. Les défis et les sacrifices auxquels nous avons été confrontés nous ont appris à devenir de meilleurs parents. Ils nous ont fait grandir en tant que parents, moyennant des efforts et un travail acharné, mais aussi avec beaucoup de joie. De la même manière, nous avons beaucoup à apprendre sur le chemin vers la sainteté. Chaque jour, nous commettons des erreurs, nous en tirons des leçons et nous réessayons. Lorsque vous vous rendrez à votre prochaine réunion d'équipe, regardez attentivement les membres de votre équipe. Ils sont un don de Dieu : ils nous inspirent et nous aident à persévérer et à apprendre de leur exemple.

Sur ce chemin de sainteté, nous ne pouvons pas nous égarer dans des efforts parfois vides de sens et croire que grâce à cet effort, cette pénitence ou ce sacrifice, nous faisons plaisir à Dieu. La véritable ascèse nous conduit à un élan d'amour, qui nous aide à nous défaire de notre égoïsme et de notre

attachement à notre moi continuellement insatisfait. Un élan d'amour qui nous pousse à aller à la rencontre de Jésus, de notre conjoint, de celui qui a le plus besoin de nous, en quête de cet amour plus grand auquel nous sommes appelés.

Alberto Pérez y Mercedes Gómez-Ferrer, Responsables communication ERI

Faye y Kevin Noonan, couple liason ERI zone Eurasie