

LE CHEMIN DE LA TRANSFORMATION SPIRITUELLE



<http://orthodoxinfo.com/praxis/spiritualtransformation.aspx>

Par Hiéromoine Damascène

Transformation, Salut, Déification : p. 2
Sacrifices vivants : p. 3
Non pas conformité mais transformation : p. 5
Le renouvellement de l'intelligence : p. 6
Vigilance et prière : p. 7
La marque principale de la transformation spirituelle : p. 9
Sortir des ornières : p. 10
Ne pas mesurer ses progrès personnels : p.10
Notes de fin : p. 12

Transformation, salut, déification

Le thème de cette conférence – «Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence» - est un thème plutôt intimidant à aborder, car il est si vaste et englobant. Il touche à tout le but de nos vies en tant que chrétiens orthodoxes. Notre Seigneur Jésus-Christ a dit: Je vous ai choisis du milieu du monde (Jean 15:19). Nous avons été appelés à sortir de ce monde pour devenir citoyens d'un autre monde: le Royaume de Dieu. Ce royaume commence maintenant, dans cette vie, continue après que nous ayons quitté ce monde, et atteindra sa plénitude à la seconde venue de notre Sauveur. Pour habiter dans ce royaume, pour être ses citoyens, nous devons être transformés.

Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence (Rom. 12:2). Ces paroles de l'épître du saint apôtre Paul aux Romains aident à introduire un enseignement inspiré par le Divin sur la transformation spirituelle. Dans cet exposé, je parlerai d'abord de la signification théologique de la transformation dans l'Église orthodoxe. Ensuite, je présenterai un commentaire des saints Pères concernant l'enseignement de saint Paul sur la transformation. Après, je proposerai quelques suggestions pratiques concernant le *chemin* de la transformation, en mettant l'accent sur la vigilance et la prière. Enfin, je parlerai de l'amour authentique comme marque première d'une transformation spirituelle authentique.

Comme dit, le thème de la transformation pointe vers le but de notre vie. Ce but est l'union sans fin avec Dieu - la déification, la théose. Mais la déification n'est pas une condition statique: c'est une croissance sans fin, un processus, une ascension vers Dieu. Nous n'atteignons pas la fin dans cette vie, ni même dans la vie à venir. Saint Syméon le Nouveau Théologien, qui atteignit ce qu'on pourrait appeler le plus haut degré d'union possible avec Dieu dans cette vie, a déclaré : «Au fil des siècles, les progrès seront sans fin, car une cessation de cette croissance sans fin vers la fin [le but de notre vie] ne serait rien d'autre qu'une saisie de l'insaisissable.» [1] Notre union avec Dieu est une *transformation* continue à la ressemblance de Dieu, qui est la ressemblance de Christ.

Comme beaucoup d'entre vous, j'en suis arrivé à l'église orthodoxe avec un passé protestant. De temps en temps, un protestant me pose la question: «Es-tu sauvé?» Il est difficile de répondre à cette question de manière compréhensible pour un protestant, car la conception protestante du salut est tellement différente de notre compréhension orthodoxe. Récemment, j'ai lu le livre de Clark Carlton, *The Life*. Lui-même est un ancien protestant et comprend bien l'esprit protestant. Il fait remarquer que, dans le protestantisme, le salut signifie simplement changer l'attitude de Dieu envers vous, afin que vous puissiez aller au ciel. Selon cette compréhension, il ne faut littéralement que quelques minutes pour être «sauvé». [2]

Dans l'orthodoxie, au contraire, le salut est considéré en termes maximaux plutôt que minimaux. Harry Boosalis, du séminaire de Saint-Tikhon, écrit dans son livre *Orthodox Spiritual Life according to St. Silouan the Athonite* : « Pour l'Église orthodoxe, le salut est plus que le pardon des péchés et des transgressions. Selon l'enseignement orthodoxe, le salut inclut certes le pardon et la justification, mais ne se limite nullement à eux. Pour les Pères de l'Église, le salut est l'acquisition de la grâce du Saint-Esprit. Être sauvé, c'est être sanctifié et participer à la vie de Dieu, voire devenir participants de la Nature divine (2 Pierre 1: 4).» [3]

Dans l'orthodoxie, le salut ne signifie pas simplement changer l'attitude de Dieu, mais se changer soi-même et être changé par Dieu. Le salut signifie finalement la déification; et la déification, comme nous l'avons vu, entraîne une transformation. C'est être de plus en plus uni à Dieu par sa grâce, son énergie créée, dans laquelle il est pleinement présent. En participant de plus en plus pleinement à la vie de Dieu par Sa Grâce, nous devenons de plus en plus divinisés, de plus en plus dans la ressemblance de Christ. Ensuite, au moment de notre départ de cette vie, nous pouvons demeurer pour toujours avec Christ dans son Royaume parce que nous « lui ressemblons » spirituellement, parce que nous brillons avec la Grâce de Dieu.

Il y a de nombreuses années, en 1982, j'ai effectué un voyage en Terre sainte. J'étais encore catéchumène à l'époque et j'avais l'intention de me faire baptiser en Californie environ un mois après mon retour du voyage. Je me souviens qu'un jour où j'étais à Jérusalem, dans l'église du Saint-Sépulcre, au Golgotha, à l'endroit où le Christ fut crucifié, je faisais le signe de croix et une dame âgée qui se tenait à mes côtés me demanda mon lieu d'origine. Je crois qu'elle était grecque. Quand je lui dit que venir d'Amérique, elle me répondit: «Tu es d'Amérique et tu es orthodoxe?» J'ai dit ne pas l'être

encore, mais que j'allais bientôt le devenir si Dieu veut. Puis elle me regarda d'un œil perçant et dit avec emphase: « Quand tu es orthodoxe, tu peux devenir saint. »

C'était une affirmation pour moi concernant le chemin de la vie sur lequel je m'engageais. J'ai entendu ces paroles sur le lieu même du Calvaire, où Christ est mort pour mon salut afin que je puisse devenir saint, afin que je puisse avoir la grâce de Dieu en moi au baptême, afin que je puisse continuer à acquérir la grâce du Saint-Esprit, pour que je puisse devenir divinisé.

Avec son incarnation, sa mort et sa résurrection, le Christ a racheté la nature humaine, ouvrant la voie à la déification et même à la rédemption du corps qui se produira lors de la résurrection générale. C'est la dimension objective de notre salut. Mais alors que notre nature a déjà été sauvée, nous devons nous approprier personnellement ce salut. C'est la dimension subjective de notre salut. Christ est déjà venu à nous; il nous appartient de venir à lui et de nous unir à lui.

Lorsque nous lisons des enseignements orthodoxes sur la transformation, la sainteté et la déification - et plus encore lorsque nous lisons des personnes qui ont atteint un degré élevé de sainteté - tout cela peut sembler bien au-delà de nous. Dans un sens, cela devrait sembler nous dépasser ; c'est-à-dire, nous devrions avoir le sentiment qu'il nous reste un long chemin à parcourir, car nous l'entamons.

Cependant, nous ne devrions pas sentir que la sainteté et la déification soient finalement hors de notre portée. Chacun de nous y est appelé. Quand je repense à ce que cette dame m'a dit au Golgotha il y a vingt-trois ans, je pense à ce que je n'ai pas fait pour devenir saint, pour être transformé à la ressemblance du Christ, pour être «sauvé» au sens orthodoxe maximal du terme. Je suis sûr que chacun d'entre nous ici peut penser à ce que nous n'avons pas fait, à la façon dont nous aurions pu faire plus pendant tout le temps que nous avons été chrétiens orthodoxes. Mais **cela ne devrait pas nous mener au désespoir**. Cela devrait plutôt nous amener à nous repentir, à un désir de consacrer notre vie à Christ, à la pensée de ce que nous pouvons faire pour être sauvés, pour être divinisés, à partir de maintenant.

Sacrifices vivants

Avec cela en tête, examinons de plus près l'exhortation de saint Paul: ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence. Cela fait partie d'un chapitre entier des Écritures qui traite de la transformation spirituelle. En examinant ce chapitre, je me fierai tout d'abord au commentaire de saint Jean Chrysostome, que l'on pourrait appeler le commentateur prééminent des Écritures par l'Orthodoxe. Les commentaires de saint Jean sur les Épîtres de saint Paul revêtent un intérêt particulier, car saint Jean lui-même a appris à interpréter ses épîtres. Selon la vie de saint Jean, son disciple Proclus a vu à trois reprises l'apôtre Paul se tenir derrière son épaule et lui parler à l'oreille pendant que celui-ci écrivait ses commentaires sur les épîtres.

L'enseignement de saint Paul sur la transformation spirituelle - Romains, chapitre 12 - commence par nous expliquer les conditions préalables à une telle transformation. Saint Paul écrit aux chrétiens de Rome: « Je vous exhorte donc, frères, par les compassions de Dieu, à offrir vos corps comme un sacrifice vivant, saint, agréable à Dieu, ce qui sera de votre part un culte raisonnable. »

Dans son commentaire sur ce passage, saint Jean Chrysostome pose la question suivante: « Comment le corps peut-il devenir un sacrifice? Que l'œil ne regarde rien de mal et il est devenu un sacrifice. Que votre langue ne parle plus de choses sales, et elle est devenue une offrande. Ne laissez pas votre main agir sans loi, et elle est devenue un holocauste complet. Mais cela ne suffit pas. Nous devons aussi faire de bonnes œuvres. Laissez la main faire l'aumône, la bouche bénir ceux qui s'opposent à untel, l'ouïe trouver réconfort dans les enseignements divins. Car le sacrifice ne permet aucune chose impure: le sacrifice est le premier fruit d'autres actions. Laissons-nous donc, par nos mains, nos pieds, notre bouche et tous nos autres membres, donner un premier fruit à Dieu. » [4]

Saint Jean Chrysostome dit que, dans l'Ancienne Alliance, les animaux offerts en sacrifice étaient morts après le sacrifice. «Pas tant que ça», dit-il, «avec notre sacrifice. Ce sacrifice rend la chose sacrifiée vivante. Car, lorsque nous aurons mis à mort nos membres, alors nous pourrions alors vivre.» [5] Saint Jean fait ici référence à Colossiens 3: 5, où saint Paul dit: « Faites donc mourir les membres qui sont sur la terre, l'impudicité, l'impureté, les passions, les mauvais désirs, et la cupidité, qui est une idolâtrie. » Ainsi, selon l'enseignement de saint Paul, nous devons nous présenter comme des sacrifices vivants à Dieu. Ce faisant, notre «vieil homme», notre « homme de péché » meurt et notre

«homme nouveau» vit (cf. Rom. 6: 6; Éph. 4:22; Col. 3: 9). Nous mettons à mort nos passions pécheresses pour que Christ puisse vivre en nous. Nous mourons à nous-mêmes pour pouvoir renaître en Christ.

Notre mort et notre renaissance sont marquées pour la première fois au baptême, quand, selon saint Paul, nous mourons avec le Christ et ressuscitons avec lui (cfr. Rom. 6: 3-4). Dans le baptême, nous recevons la grâce du Saint-Esprit en nous, unie à notre âme, comme Adam et Ève l'avaient en eux-mêmes avant la chute. C'est le début de notre salut et de notre déification en Christ; mais ce n'est que le début. Nous devons continuellement mettre à mort les restes de notre "vieil homme" afin de nous transformer continuellement à la ressemblance de Christ. C'est pourquoi saint Paul dit: « Je suis exposé à la mort tous les jours » (I Cor. 15:31).

Christ s'est offert sur la Croix en sacrifice pour nous. Pour vraiment connaître le Christ, nous devons entrer dans Son abnégation et offrir un sacrifice en retour. Un sacrifice intérieur qui est l'acte et le signe de notre amour pour Dieu et le prochain. C'est le sacrifice de nos cœurs et de nos esprits à Dieu. Le sacrifice de notre ego, de notre fierté, de nos attachements terrestres et de nos passions.

Le sacrifice de notre temps et de notre énergie pour nos semblables, à qui nous nous consacrons pour le Christ. Alors que nous permettons à Christ de mettre notre ego à mort, notre être charnel se consume sur l'autel de l'amour et le sacrifice s'élève comme un encens destiné à Dieu. Et à mesure que cela se produit, le Christ nous recrée en de nouveaux êtres: des êtres spirituels avec une toute nouvelle façon de voir la réalité, différente de celle des amoureux de ce monde.

Le sacrifice est douloureux. Notre «vieil homme», notre «homme de péché» ne veut pas mourir sur l'autel du sacrifice. L'attraction de notre nature déchue est forte. Les Saints Pères enseignent que la chute de l'homme résultait de deux motifs. Le premier est l'estime de soi ou l'amour de soi (le jour où vous en mangerez, vos yeux s'ouvriront, et que vous serez comme des dieux, - Genèse 3: 5), et le second est l'amour du plaisir sensuel (l'arbre était bon à manger et agréable à la vue - Genèse 3: 6). Tous les péchés du monde, disent les Pères, découlent de ces deux causes. Nous n'héritons pas de la culpabilité du péché d'Adam, nous héritons de la tendance ou de l'inclination au péché. Cette inclination appartient à notre «vieil homme», l'homme d'ego, l'homme charnel, auquel nous nous sommes adonnés au fil des ans. Lorsque nous essayons de le mettre à mort, il se battra pour son droit d'exister. C'est pourquoi le sacrifice est si douloureux.

La douleur de ce sacrifice est exprimée avec force dans l'autobiographie de l'abbesse Thaisia, l'une des grandes abbesses de la Russie du 19e siècle. Une fois, elle eut un rêve dans lequel l'un des grands abbés de la Russie, Damascène, lui était apparu. L'abbé Damascène était décédé un an auparavant et l'abbesse Thaisia subissait maintenant une grande tribulation dans sa vie. Dans le rêve, l'abbé Damascène lui demanda: « Savez-vous ce que signifie la déchirure en deux du voile du Temple de Jérusalem au moment de la mort de notre Sauveur sur la Croix? » L'Abbessse Thaisia répondit que cela signifiait la division entre l'Ancien et le Nouveau Testament. «C'est bien», dit l'Abbé, «c'est correct selon les livres. Mais dites-vous: cela ne se réfère-t-il pas de quelque manière à notre vie chrétienne? »

L'abbesse Thaisia commença à contempler, puis répondit: «Je pense que cela signifie que l'âme humaine est déchirée au fur et à mesure qu'elle aspire à Dieu et qu'elle plaise à Dieu. Elle est déchirée en deux, devenant spirituelle sans cesser d'appartenir à l'homme charnel qui y habite ; elle est déchiré, déchire et arrache d'elle-même la volonté de l'homme extérieur, laquelle est douce, mais encline au péché. Son pauvre cœur est déchiré, se déchire en deux, en morceaux. Certains de ces morceaux, comme impropres mais néanmoins apparentés, il les arrache et les jette dans le monde, mais les autres il les porte comme un pur encens à son Christ. Comme il est souvent difficile pour le pauvre cœur, comme il est tourmenté et souffre, étant littéralement déchiré en deux ! »

Dans son rêve, l'abbesse Thaisia dit cela avec une telle ferveur qu'elle était couverte de larmes. L'abbé Damascène lui dit: « Oui, le Seigneur ne t'a pas privé de sa grâce. Est-ce à toi de grandir apeurée et abattue dans les douleurs ? Prends courage, et que ton cœur soit renforcé d'espoir dans le Seigneur. » Sur ces mots, l'abbé se leva et bénit l'abbesse Thaisia. Elle se réveilla toute en larmes, mais de larmes non plus de chagrin mais de joie inexprimable. [6]

Les paroles de l'abbesse Thaisia nous donnent une image exacte du sacrifice qui nous est requis, nous qui voudrions connaître le Christ et être unis à Dieu. C'est un sacrifice très pénible pour l'ego - car l'ego y meurt d'une mort lente - mais c'est un sacrifice qui apporte à l'esprit la plus grande joie, le plus grand courage et la plus grande liberté à l'esprit, lequel s'unit dans l'amour avec son Créateur. Nous devons «donner du sang», a déclaré le Père du désert saint Longin d'Égypte, afin de «recevoir l'Esprit. »

En parlant plus loin du sacrifice que nous devons offrir à Dieu, Saint Jean Chrysostome le compare à nouveau aux sacrifices des Hébreux dans l'Ancien Testament. Tout comme les Hébreux examinaient avec soin les animaux qu'ils devaient offrir en sacrifice, pour s'assurer qu'ils n'avaient ni taches ni imperfections, qu'ils étaient sains et complets, de même nous devrions nous examiner nous-mêmes de manière stricte, afin d'être purs à tous égards. Alors, dit saint Jean, « nous pourrions aussi dire, comme Paul, que je sers déjà de libation, et le moment de mon départ approche. (II Tim. 4: 6). si nous tuons le vieil homme, si nous mettons à mort nos membres qui sont sur la terre, si nous crucifions le monde pour nous-mêmes. Si, quand Élie offrit le sacrifice visible, une flamme descendit et consuma toute l'eau, tous les bois et pierres, il en sera fait beaucoup plus pour vous. Et si vous avez quelque chose en vous de flasque et mondain, mais que vous offrez le sacrifice avec une bonne intention, le feu de l'Esprit descendra et les deux dissiperont la mondanité, et perfectionneront le sacrifice en son tout. » [7]

Nous voyons ici le fondement, le fondement de la transformation spirituelle: nous devons offrir toutes nos vies à Christ en sacrifice, afin qu'il puisse brûler les scories [la crasse] et nous recréer à Sa ressemblance.

Non pas conformité mais transformation

Nous sommes maintenant prêts à examiner le thème d'aujourd'hui dans son contexte complet. Vient d'abord le sacrifice, puis la transformation. C'est pourquoi, dans Romains chapitre 12, le premier précède l'autre de manière directe: offrir vos corps comme un sacrifice vivant, saint, agréable à Dieu, -- et ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence Si nous avons mis à mort notre «vieil homme» sur l'autel du sacrifice, il s'ensuit que nous ne serons pas conformes à ce monde.

Qu'entend-on par «le monde»? Il y a plusieurs sens du terme monde dans les saintes Écritures. Cela peut signifier l'univers matériel ou le monde habité. Dans sa connotation négative, cela peut signifier ceux qui sont opposés à Dieu et, selon certains saints Pères, cela peut désigner les passions ou l'attachement aux choses des sens. Saint Isaac le Syrien écrit: « Le monde est le nom général de toutes les passions. Lorsque nous appelons les passions par un nom commun, nous les appelons le monde. Mais lorsque nous voulons les distinguer par leurs noms spéciaux, nous les appelons passions. Les passions sont les suivantes: amour des richesses, désir de posséder, plaisir corporel d'où vient la passion sexuelle, amour de l'honneur qui engendre l'envie, désir du pouvoir, arrogance et orgueil de position, envie de se parer de vêtements luxueux et vains ornements, la démangeaison de la gloire humaine qui est source de colère et de ressentiment et, la peur physique. Là où ces passions cessent d'être actives, le monde est mort. On a dit des saints que tandis qu'ils étaient vivants ils étaient morts, car bien que vivants dans la chair, ils ne vivaient pas pour la chair. Voyez pour laquelle de ces passions vous êtes vivant, alors vous saurez le degré de votre existence dans le monde, et le degré de votre mort à lui. » [8]

En gardant à l'esprit cet enseignement patristique, les mots «ne pas être conforme au monde» peuvent être compris comme signifiant «ne pas être conformes aux passions». Les Pères disent que nous avons tous nos passions préférées: notre premier favori, notre deuxième favori, etc. Nous devons nous examiner nous-mêmes pour voir quelles sont nos passions préférées, de sorte que nous puissions les confesser dans le sacrement de la confession et les déraciner avec l'aide de Dieu.

Ne vous conformez pas à ce monde, mais soyez transformés. Saint Jean Chrysostome, en commentant ce verset, souligne les différentes racines des mots «se conformer» et «transformer». Dans la traduction en anglais, les racines sont les mêmes, mais en grec elles sont très différentes. Le mot «conforme» vient de la racine *schema*, qui signifie une pose extérieure, une apparence, une image extérieure, la mise en place d'une habitude extérieure. Cela ne dénote pas quelque chose de durable et de fixe, mais quelque chose de non substantiel qui passe. Une autre traduction de ce mot pourrait être «mode» [telle que la mode actuelle, en musique, etc.], comme dans un autre passage de saint Paul, où il utilise le même mot: La figure [mode/présent ordre des choses] de ce monde passe (I Cor. 7:31). Cette traduction a la même connotation que notre mot anglais, «fashion»: c'est-à-dire quelque chose qui change tout le temps, comme la mode des vêtements, etc.

Selon saint Jean Chrysostome, quand saint Paul dit: «Ne soyez pas conformes à ce monde», il choisit le mot «figure » pour indiquer la fugacité de ce monde de passions. «Ne soyez pas façonnés [l'anglais est fashioned] selon les passions», pourrait-on dire. En outre, le mot que saint Paul utilise pour «monde» est *aeon*, qui peut également être traduit par âge ou le monde selon le temps - encore une fois pour indiquer le caractère éphémère des délices du monde. Saint Jean Chrysostome explique: «Si vous parlez de richesses, de gloire, de beauté personnelle, de luxe, ou de tout ce qui semble être des grandes choses du monde, c'est une mode seulement, pas une réalité, un spectacle, un masque, pas une substance durable.» [9]

Pensez aux images, aux figures, que les médias de divertissement nous présentent comme dignes d'admiration et d'émulation: les riches, les célèbres, les beaux. N'est-ce pas ce dont parle saint Jean: «une mode seulement, pas une réalité, un spectacle, un masque» ? Tout passe.

Mais pas avec la transformation spirituelle, saint Paul dit: «Soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence.» Le mot pour transformé est *metamorphosis* dans le grec original. Cela dénote quelque chose de durable et d'endurant : pas le changement d'apparence ou d'image, comme dans les modes du monde, mais le changement de la forme organique et substantielle de quelqu'un. Saint Paul ne dit pas que nous devons changer notre mode ou notre apparence, mais que nous devons changer qui nous sommes. Selon saint Jean Chrysostome, saint Paul choisit ses mots pour montrer que «les voies du monde sont une mode, mais les voies de la vertu ne sont pas une mode, mais une sorte de forme réelle avec une beauté naturelle qui lui est propre, manquant les ruses et modes des choses extérieures, qui pas plus tôt qu'elles apparaissent ne finissent en rien. Si vous jetez la mode de côté, vous arriverez rapidement à la forme.» [10]

En d'autres termes, ne vivez pas pour ce qui passe, mais pour ce qui dure à jamais. Notre Seigneur Jésus-Christ a dit: Travaillez, non pour la nourriture qui périt, mais pour celle qui subsiste pour la vie éternelle, et que le Fils de l'homme vous donnera; car c'est lui que le Père, que Dieu a marqué de son sceau. (Jean 6:27).

Dans le monde - le monde des passions - l'accent est mis sur la figure: vous devez faire bonne figure extérieure pour réussir dans ce monde. Notre objectif en tant que chrétiens est totalement différent. Nous devons être complètement transformés afin d'être des citoyens dignes d'un autre monde.

Le renouvellement de l'intelligence

Soyez transformé par le renouvellement de votre intelligence. Que veut dire saint Paul par renouveler l'intelligence? Selon saint Jean Chrysostome, il veut dire repentance. On nous dit de nous transformer, mais, en nous regardant nous-mêmes, nous voyons que nous péchons tous les jours. Cela pourrait nous amener au désespoir, à la pensée : « Je ne suis pas transformé, et jamais ne le serai-je.» C'est pourquoi saint Paul ajoute les mots «par le renouvellement de votre esprit»: afin que nous ne désespérions pas. Saint Jean Chrysostome écrit: « Puisqu'il est probable que, étant des hommes, ils pêcheraient tous les jours, **saint Paul console ses auditeurs en disant: renouvez-vous au jour le jour. C'est ce que nous faisons avec des maisons: nous ne faisons que de les réparer tandis qu'elles vieillissent. Vous devriez faire la même chose pour vous-même.** Avez-vous péché aujourd'hui? Avez-vous fait vieillir votre âme? Ne désespérez pas, ne vous découragez pas, mais renouvez votre âme par la repentance, et les larmes, et la Confession, et en faisant de bonnes choses. Et ne cessez jamais de le faire. » [11]

Du point de vue théologique, il est important de souligner que le renouvellement de l'esprit dont parle saint Paul est en réalité le renouvellement du nous. Dans le grec original, le mot pour esprit ici est nous. Dans la théologie orthodoxe, le nous est la plus haute faculté ou puissance de l'âme humaine. C'est la faculté qui connaît Dieu directement; c'est le siège de notre personnalité qui expérimente la personne de Dieu dans une communion d'amour. Saint Grégoire Palamas et d'autres saints Pères disent que cela définit plus précisément ce qu'est l'image de Dieu en nous. [12]

À la chute de l'homme, le nous s'est assombri et est tombé malade. L'énergie incréée, la lumière ou la grâce de Dieu lui sont devenues étrangères. Comme je l'ai mentionné plus tôt, à travers l'œuvre de rédemption de Christ, l'homme reçoit la grâce de Dieu en lui une fois encore dans le saint baptême. Mais chaque fois qu'un chrétien baptisé commet un péché, il souille pour ainsi dire son vêtement de baptême. Il étouffe la Lumière de la grâce à l'intérieur de lui ; de nouveau il assombrit ou rend malade son nous. Au lieu de se tourner vers Dieu et de s'unir à lui, son nous se tourne vers les passions, vers

l'amour de soi et l'amour du plaisir sensuel. En se tournant vers les passions, le nous repousse la grâce de Dieu; cela empêche le chrétien de continuer sur le chemin de la déification en Christ.

La maladie du nous conduit à la mort spirituelle. Les ténèbres du nous mènent aux ténèbres spirituelles, dans lesquelles nous ne pouvons pas voir les choses clairement et sobrement. Nous ne pouvons pas voir les choses comme Dieu les voit; au lieu de cela, nous les voyons à travers le filtre de nos passions. Ainsi, nous tâtonnons aveuglément dans la vie, nous blessant nous-mêmes et blessant les autres, sciemment ou non. Nous nous éloignons de notre but dans la vie, qui est l'union avec Dieu. Bien que nous puissions penser que nous avons beaucoup de choses importantes à faire, nous errons sans but dans la vie; et toute notre occupation ne sert qu'à nous distraire de notre état spirituel malade, du fait que nous ne remplissons pas le véritable but de notre vie. Notre nous est malade parce que nous nous sommes séparés de Dieu, parce que nous avons recherché nos passions plutôt que lui.

Vigilance et prière

La guérison de notre nous malade commence par ce dont nous venons de parler: le sacrifice de notre vieil homme, l'amputation de nos passions, le repentir. En parlant de la guérison du nous, les saints Pères insistent beaucoup sur la pratique de la vigilance. Nous devons à tout moment veiller sur nos pensées de manière à rejeter - à couper - les pensées coupables et passionnées. Quand une pensée pécheresse nous vient et que nous la coupons immédiatement, ce n'est pas un péché. Mais lorsque nous entretenons une pensée pécheresse, lorsque nous la chérissons et la développons parce que nous sommes attirés par elle, alors cela devient un péché, puis cela nous sépare de Dieu. Lorsque nous entretenons des pensées passionnées, notre nous devient obscurci, privé de la Lumière de la Grâce divine. Ces pensées conduisent à des sentiments passionnés, et les sentiments alimentent davantage de pensées. Bientôt, nous sommes pris dans une passion, et la passion devient habituelle. C'est pourquoi nous devons couper la maladie là où elle commence, dans nos pensées.

Pour éliminer les pensées pécheresses, nous devons d'abord reconnaître que nos pensées sont nos ennemis. Nous devons réaliser qu'ils peuvent nous séparer de Dieu. Par exemple, lorsque nous avons une pensée pleine de ressentiment ou de jugement contre notre prochain, nous devons reconnaître que divertir cette pensée nous placera en inimitié avec Dieu. Nous refusons donc de la divertir. Nous la laissons simplement partir. Et si elle revient une heure plus tard, ou même (comme cela arrive souvent) quelques minutes plus tard, nous la coupons encore une fois.

Dans l'Église orthodoxe, nous avons un moyen spécial de **couper les pensées: la Prière de Jésus**. Les effets de cette prière sont doubles. En premier lieu, la prière nous aide à couper et nous détourner des pensées passionnées. Et en second lieu, elle nous aide à nous tourner et continuer à nous tourner en tout temps vers le Christ notre Sauveur en tout temps.

Lorsque nous pratiquons la vigilance avec l'aide de la prière de Jésus, nous ouvrons notre âme pour recevoir la grâce du Saint-Esprit, qui nous transforme et nous déifie. Nous ne repoussons plus la Grâce, mais l'attirons. Nous appelons le Christ à avoir pitié de nos âmes assombries, à demeurer plus pleinement en nous, à nous remplir de sa vie éternelle, de la lumière du Saint-Esprit qu'il a envoyée du Père (cf. Jean 15:26). Ainsi, notre nous obscurci est illuminé par la lumière de la grâce créée de Dieu. «Seul le Saint-Esprit peut purifier le nous», écrit saint Diadoque de Photice dans *The Philokalia*. «Par tous les moyens, conséquemment, et surtout par la paix de l'âme, nous devons nous faire une demeure du Saint-Esprit. Nous aurons alors, toujours allumée en nous, la lampe de la connaissance spirituelle. » [13]

En plus de réciter la Prière de Jésus, nous devrions cultiver l'habitude d'appeler à Dieu avec nos propres mots. Cela devrait être fait tout au long de la journée. Les pères nous déconseillent d'essayer de faire de longs discours éloquentes à Dieu; nous devrions plutôt prier simplement, du cœur. Nous pouvons l'appeler verbalement ou mentalement, selon la situation. Bien sûr, nous devrions le solliciter lorsque les tentations nous assaillent, mais nous ne devons absolument pas attendre de tels moments avant de lui parler. L'archimandrite Sophrony, disciple de saint Silouane du mont Athos, avait pour pratique de prier Dieu chaque fois qu'il s'appretait à voir et à parler à quelqu'un. Il priait pour que Dieu bénisse la rencontre qui allait avoir lieu, afin qu'y soit la grâce de Dieu. Si nous suivons cette pratique très simple, imaginons comment nos rencontres quotidiennes avec les gens seraient transformées et comment nos vies seraient différentes.

De plus, parallèlement à la prière tout au long de la journée, il est important de consacrer certains moments de la journée à la prière, c'est-à-dire à **une règle de prière. Le contenu de cette règle de prière varie selon les personnes et change parfois.** C'est bien d'avoir la bénédiction de son prêtre ou de son père spirituel selon sa règle de prière. La règle peut consister en des prières tirées du livre de prières orthodoxes, ou de la Prière de Jésus, ou d'une combinaison des deux, ainsi que des prières exprimées par vos propres mots et la lecture de l'Évangile quotidien et de versets d'épîtres. Saint Théophane le Reclus note que, pendant que nous lisons des prières dans un livre de prières ou que nous récitons la Prière de Jésus, il peut arriver que nous soyons poussés à nous tenir silencieusement devant Dieu avec un profond désir ardent. Il recommande que nous arrêtions de lire ou de réciter des prières durant de tels moments, et que nous reprenions ensuite un peu plus tard. [14] **«Il est préférable d'exécuter correctement un petit nombre de prières que de se presser dans un grand nombre de prières»**, écrit-il.

«Après avoir récité chaque prière, faites des prosternations, à votre guise, accompagnées d'une prière pour tous les besoins que vous ressentez, ou d'une courte prière habituelle.» Vous pouvez limiter la règle de prière entière à des prosternations, avec des prières courtes et une prière exprimée selon vos propres termes. Positionnez-vous et faites des prosternations en disant: 'Seigneur, ayez pitié de moi' ou une autre prière, exprimant votre besoin ou louant et remerciant Dieu. Vous devriez établir soit un nombre de prières, soit une durée pour la prière, pour ne pas devenir paresseux. Vous devriez prier seul un peu plus longtemps, surtout à la fin de vos prières, en demandant pardon pour tout égarement involontaire de votre esprit et en vous plaçant entre les mains de Dieu pendant toute la journée. » [15]

Réserver du temps pour la prière quotidienne est un élément indispensable de la vie spirituelle. Dans les familles, il devrait y avoir une prière commune quotidienne devant le coin où se trouvent les icônes familiales. Même si on ne dispose que de peu de temps, cela peut faire une énorme différence dans la vie d'une famille. Mais **pour que cela fasse une différence, ce devrait être régulier et non sporadique.**

La clé des règles de prière est la constance. Si nous sautons notre règle de prière, nos lectures des Écritures et nos lectures spirituelles pendant un jour, nous constaterons que déjà le monde va commencer à nous envahir: le monde des passions, le monde des distractions. Si nous omettons nos prières pendant deux jours, nous serons envahis encore plus, et ainsi de suite. À mesure que le temps passe, nous aurons moins l'esprit de Christ et davantage l'esprit du monde. Nous nous retrouverons de plus en plus «conformes à ce monde». [16]

Pour grandir dans la vie spirituelle orthodoxe et porter des fruits, nous devons nous enraciner, comme dans la parabole de Christ sur le semeur. Et pour nous enraciner, nous avons besoin de constance, de cohérence dans nos prières et nos lectures spirituelles quotidiennes. Dans cette pratique aussi, nous pouvons «nous renouveler chaque jour», comme le dit saint Jean Chrysostome. La pratique quotidienne et continue de vigilance et de prière, bien sûr, ne peut se substituer aux sacrements de l'Église. Mais cette pratique peut nous préparer à recevoir les sacrements et approfondir notre expérience de ceux-ci. Saint Syméon le Nouveau Théologien dit que recevoir la sainte Communion est en soi une sorte de déification - parce que nous recevons le Corps et le Sang déifiés de notre Sauveur. Notre pratique de vigilance et de prière, ainsi que notre repentir, peuvent nous aider à participer plus pleinement à cette déification.

La marque principale de la transformation spirituelle

Or, après avoir examiné la nature de la transformation spirituelle et la voie à suivre pour cette transformation, examinons de plus près les signes de la transformation chez un chrétien. Nous avons déjà discuté en détail des deux premiers versets de Romains, chapitre 12. Saint Paul consacre le reste de ce chapitre précisément aux marques de la transformation. Poursuivant son exhortation, il nous dit en quoi nous allons être transformés. Il nous dit que nous devons pratiquer la miséricorde avec joie, que la charité soit sans hypocrisie, être plein d'affections les uns envers les autres par amour fraternel, par honneur, d'user de prévenances réciproques, d'avoir du zèle, être fervent d'esprit, servir le Seigneur, se réjouir dans l'espérance, être patient dans l'affliction, persévérant dans la prière, pourvoir aux besoins des saints, exercer l'hospitalité. Puis l'apôtre poursuit en disant : « Bénissez ceux qui vous persécutent, bénissez et ne maudissez pas. Réjouissez-vous avec ceux qui se réjouissent; pleurez avec ceux qui pleurent. Ayez les mêmes sentiments les uns envers les autres. N'aspirez pas à ce qui est élevé, mais laissez-vous attirer par ce qui est humble. Ne soyez point sages à vos propres yeux. Ne rendez à personne le mal pour le mal. Recherchez ce qui est bien devant tous les hommes. **S'il est possible, autant que cela dépend de vous, soyez en paix avec tous les hommes.** ... Ne te laisse pas vaincre par le mal, mais surmonte le mal par le bien. » (Rom. 12: 8-18, 21).

Quel plan directeur magnifique et profond de la vie chrétienne! C'est le plan d'une vie non conforme à ce monde, mais transformée et renouvelée en Christ. Chaque point de l'exhortation de saint Paul mérite un discours en soi, mais je ne traiterai ici que de tous les points en général. Qu'est-ce que tous ont en commun? Il est clair que nous devons avoir de l'amour les uns pour les autres et même pour nos ennemis. Saint Paul n'expose que les grands commandements de Christ.

La marque la plus essentielle de la transformation spirituelle est que nous ayons de l'amour. Notre Seigneur nous dit: À ceci tous connaîtront que vous êtes mes disciples, si vous avez de l'amour les uns pour les autres. (Jean 13:35).

En novembre 2002, un de nos amis, l'abbé Jonah du monastère de Saint-Jean de Point Reyes, en Californie, s'est rendu au monastère de Valaam, dans le nord de la Russie. Alors à Valaam, le père Jonah eut une conversation merveilleuse avec un ermite, le père Isaaky, sur une petite île au large de l'île principale de Valaam. Le père Jonas demanda au père Isaaky d'expliquer comment nous atteignons notre maturité spirituelle: en d'autres termes, comment sommes-nous transformés en Christ. En répondant à cette question, le père Isaaky s'inspira de l'enseignement de l'archimandrite Sophrony, qu'il avait manifestement intériorisé et qu'il vivait maintenant en pratique. Ici, je voudrais citer les paroles du père Isaaky, telles que rapportées par le père Jonas dans le journal *Divine Ascent*, parce qu'ils touchent au cœur de la transformation spirituelle. Pour le père Isaaky, comme pour saint Paul, transformer signifie pouvoir aimer de la manière la plus authentique qui soit.

«Au début de notre voyage spirituel» déclare le père Isaaky, «quand nous sommes spirituellement immatures, toute notre attitude religieuse est centrée sur l'ego, est émotionnelle et rationnelle. Le niveau de conscience le plus profond, la conscience noétique [c'est-à-dire la conscience du nous], n'a pas encore été complètement ouverte. Nous sommes notre ego, défini par nos passions. Nous sommes loin d'être des personnes authentiques parce que nous sommes pris dans notre individualisme isolé. [Mais] à mesure que nous grandissons et que nous contrôlons davantage nos passions et que nos âmes se purifient, la Grâce illumine notre conscience noétique. Nous devenons plus conscients de la présence de Dieu et plus conscients de l'autre. Nous nous éloignons de l'égoïsme. Nous nous concentrons sur Dieu. À mesure que cela se produit, notre moi personnel grandit et englobe les autres, en sorte que nous ne pouvons pas nous concevoir sans être isolés de Dieu et de nos frères. C'est le lien entre un amour spirituel authentique, renforcé par la Grâce. Plus nous grandissons dans cette conscience noétique, plus notre amour embrasse tous ceux qui nous entourent. Nous prions du fond du cœur pour eux et pour le monde entier. Nous sommes purifiés par la Grâce, afin que nous puissions authentiquement aimer d'une manière purement désintéressée. C'est l'essence de ce que signifie être chrétien: aimer authentiquement. En aimant vraiment Dieu et notre prochain, nous sommes purifiés, illuminés et déifiés. Nous sommes restaurés à partir de notre état déchu, de notre ego/égoïsme et de la tyrannie de notre conscience rationnelle et émotionnelle. Les passions sont sous contrôle, subordonnées à l'amour de l'autre. Nous nous purifions de tout ce qui nous focalise sur nous-mêmes et de toutes les barrières à l'amour. » [17]

Sortir des ornières

En quoi les propos du père Isaaky ne pourraient-elles pas nous inspirer vers une transformation spirituelle? Qu'est-ce qui nous empêche de grandir à la mesure de la stature parfaite de de Christ, comme le dit saint Paul (Éph. 4:13)? Ce sont nos egos, nos passions, qui nous en empêchent.

Beaucoup d'entre nous sont coincés dans une ornière dans nos vies spirituelles. Habituellement, cela revient à une chose: nous avons nos péchés centraux, nos passions préférées que nous ne voulons pas tout simplement abandonner. Ces passions font tellement partie de nous que nous pensons qu'il est impossible de s'en débarrasser. Mais ce n'est pas impossible. Christ a dit: prenez courage, j'ai vaincu le monde (Jean 16:33). Avec son aide remplie de grâces, nous pouvons surmonter les passions - qui, comme nous l'avons vu, constituent l'une des significations du terme «le monde» dans les saintes Écritures. Le problème réside avec nous. Le problème est que, au fond de nous, nous sentons que nous avons un «droit» à nos passions préférées. «J'ai le droit d'être en colère, j'ai le droit d'avoir du ressentiment, j'ai le droit de jouir de ce petit plaisir pécheur » ou quoique ce soit. Au fond, nous ne voulons pas abandonner nos passions.

Alors la question se résume à ceci: que voulons-nous vraiment? Voulons-nous rester dans nos ornières pour pouvoir nous livrer librement à notre fierté, notre amour-propre, notre propre justice, notre désir d'avoir raison, notre colère et nos ressentiments, nos plaisirs pécheurs? Sont-ils si importants pour nous que, pour eux, nous abandonnerons la possibilité d'une vie authentique en Christ, si joliment décrite par le père Isaaky ?

Que voulons-nous? Voulons-nous être façonnés d'après les passions de ce monde qui passent, ou voulons-nous que Christ habite en nous, nous recréant en de nouveaux êtres qui habiteront avec Lui et en Lui pour toujours?

Pour sortir de nos ornières et reprendre le chemin de la transformation et de la déification, nous devons rejeter tout ce qui nous sépare de Dieu. La vie spirituelle, c'est comme voyager en amont dans une barque. Le monde, la chair et le diable s'opposent à nous et à nos progrès. Si notre bateau est chargé du poids de nos péchés et de nos passions, nous n'irons nulle part. En fait, nous allons revenir en arrière et nous pourrions même sombrer. Donc, ce que nous devons faire est de larguer la cargaison que nous chérissons tant, mais qui nous retient. Ensuite, nous pourrions aller de l'avant, vers ce pour quoi nous avons été créés: l'union avec Dieu.

Ne pas mesurer ses progrès personnels

En conclusion, je voudrais faire une dernière remarque concernant le thème de la transformation. Les saints Pères nous conseillent de ne pas essayer de mesurer nos progrès spirituels. Essayer de mesurer nos progrès peut être source d'orgueil et de désespoir. Si nous pensons «je fais de grands progrès, je deviens saint», nous pouvons être sûrs que nous ne faisons pas de progrès, car nous sommes remplis d'orgueil, et l'orgueil nous sépare de Dieu. D'autre part, si nous désespérons de ce qui semble être notre manque de progrès, ce désespoir nous sépare également de Dieu.

Alors, **laissez Dieu mesurer nos progrès. Laissez Dieu être le juge, à la fois de nous-mêmes et des autres.** Benjamin Franklin avait l'habitude de compter et d'enregistrer toutes les bonnes actions qu'il accomplissait chaque jour. D'un point de vue matériel, cela peut sembler être une bonne pratique, mais ce n'est pas ce que nous devons faire en tant que chrétiens orthodoxes. Nous ne sommes pas supposés compter nos vertus et nos bonnes actions, puis nous féliciter, car Christ a dit: quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ne sache pas ce que fait ta droite (Matt. 6: 3). En fait, nous sommes censés faire le contraire: nous devons regarder nos propres péchés. «Accordez-moi de voir mes propres péchés et de ne pas juger mon frère», comme on dit dans la prière de saint Éphraïm.

Nous devons nous accuser de nos péchés, mais nous ne devrions pas nous juger nous-mêmes en ce sens que nous prononçons une peine de condamnation. Cette distinction est importante. L'auto-accusation pieuse conduit à assumer la responsabilité de nos péchés afin que nous puissions nous en repentir, faire amende honorable le cas échéant et finalement nous libérer de ceux-ci. **L'auto-condamnation, en revanche, conduit au désespoir car, en nous prononçant en dernier ressort, nous jouons Dieu tout aussi sûrement que lorsque nous rendons un jugement définitif sur notre prochain.**

Comme nous l'avons vu, la transformation spirituelle ne peut avoir lieu sans la grâce du Saint-Esprit. «Le vent souffle où il veut, et tu en entends le bruit; mais tu ne sais d'où il vient, ni où il va. Il en est

ainsi de tout homme qui est né de l'Esprit.» (Jean 3: 8). La transformation par la grâce de Dieu est imperceptible au moment où elle se produit. Nous sommes en train de changer, mais nous ne le savons pas. Par conséquent, nous ne devrions pas essayer de faire l'expérience d'états ou de moments de transformation. Après tout, une telle tentative ne peut que conduire à l'orgueil et à l'illusion. Ce n'est qu'à nous de laisser derrière tout ce qui nous sépare de Dieu, de nous tourner vers Dieu de tout notre être et de laisser Dieu faire le reste.

La transformation spirituelle n'est perceptible qu'avec le recul. Un jour, nous pourrions peut-être regarder en arrière et voir comment les choses sont devenues différentes. Peut-être remarquerons-nous que nous ne sommes plus asservis à une passion particulière qui nous tenait jadis étroitement. Peut-être, bien que les circonstances de notre vie puissent être encore plus difficiles que par le passé, nous remarquerons que nous ne réagissons pas aussi négativement qu'auparavant, et que nous sommes davantage convaincus que nos vies sont dans les mains de Dieu. Si nous remarquons de telles choses, remercions Dieu et ne nous en prenons pas à nous-mêmes, en nous rappelant les paroles de saint Diadoque : «Seul le Saint-Esprit peut purifier le nous». Puis, continuant à exercer notre vigilance intérieure, regardons plus profondément en nous-mêmes, pour y découvrir des passions plus cachées et plus subtiles, que nous devons aussi mettre à mort sur l'autel du sacrifice pour l'amour du Christ.

C'est un chemin difficile, ce chemin de la recréation continue à la ressemblance du Christ, ce chemin du sacrifice qui mène à la déification. Notre Seigneur nous a dit: «étroite est la porte, resserré le chemin qui mènent à la vie, et il y en a peu qui les trouvent.»(Matt. 7:14). Mais c'est le seul moyen que nous puissions suivre pour remplir le but véritable de notre existence.

Par conséquent, à la suite de l'exhortation de l'apôtre Paul, ne nous conformons pas à cet âge, ne suivons pas les modes de ce monde, ne nous façonnons pas nous-mêmes en fonction des passions. Soyons plutôt transformés, transfigurés en nouveaux êtres par le repentir, par la guérison et la purification de notre nous. Par cette transformation, puissions-nous véritablement aimer Dieu et notre prochain, puissions-nous être unis à Dieu par Sa Grâce et demeurer à jamais dans un amour parfait avec Christ et Ses saints. Amen.

Notes de fin

1. Cit. Archevêque Basil Krivocheine, *In the Light of Christ* (Crestwood, N.Y.: St. Vladimir's Seminary Press, 1986), p. 386.
2. Clark Carlton, *The Life: The Orthodox Doctrine of Salvation* (Salisbury, Mass.: Regina Orthodox Press, 2000), pp. 163-64.
3. Harry M. Boosalis, *Orthodox Spiritual Life according to St. Silouan the Athonite* (South Canaan, Pa.: St. Tikhon's Seminary Press, 2000), p. 19.
4. St. Jean Chrysostome, *Homilies on Romans*, in *The Nicene and Post-Nicene Fathers* (Peabody, Mass.: Hendrickson Publishers, 1994), First Series, vol. 11, Homily 20, p. 496.
5. *Ibid.*
6. Abbess Thaisia, *Abbess Thaisia: An Autobiography* (Platina, Calif.: St. Herman of Alaska Brotherhood, 1989), pp. 167-69.
7. St. Jean Chrysostom, *Homilies on Romans*, Homily 20, p. 497.
8. St. Isaac le Syrien, *Ascetical Homilies*, Homélie 2, cit. St. Ignace Brianchaninov, *The Arena: An Offering to Contemporary Monasticism* (Jordanville, N.Y., Holy Trinity Monastery, 1983), pp. 169-70.
9. St. Jean Chrysostom, *Homilies on Romans*, Homélie 20, pp. 497-98.
10. *Ibid.*, p. 498.
11. *Ibid.*
12. Cf. par exemple, St. Grégoire Palamas, *Topics of Natural and Theological Science*, et Nikitas Stithatos, *On Spiritual Knowledge*, dans *The Philokalia*, vol. 4 (London: Faber and Faber, 1995), pp. 357, 139-40.
13. St. Diadoque de Photice, "On Spiritual Knowledge and Discrimination," in *The Philokalia*, vol. 1 (London: Faber and Faber, 1979), p. 260.
14. St. Theophan le Reclus, *The Path of Prayer* (Newbury, Mass.: Praxis Institute Press, 1992), pp. 6-7.
15. St. Théophane le Reclus, *The Spiritual Life and How to Be Attuned to It*, third edition (Safford, Arizona: St. Paisius Serbian Orthodox Monastery, 2003), pp. 191-93.
16. Cf. Père Séraphim Rose, "[In Step with Sts. Patrick and Gregory of Tours](#)," *The Orthodox Word*, no. 136 (1987), pp. 272-73.
17. Abbé Jonah (Paffhausen), "A Vision of Contemporary Monasticism: Valaam and Fr. Sophrony, from Psychology to Spirituality," *Divine Ascent*, no. 9 (2004), pp. 9-10.

From *The Orthodox Word*, Vol. 41, Nos. 3 & 4 (#242-243, May-Aug, 2005), pp. 147-168. Posted on 10 Mar, 2006 (n.s.).