



**LETTRE DE LA SOURCE NOUVELLE N° 194**  
**Janvier-Février 2017**

*Chers amis,*

Dans cette lettre et les suivantes nous vous proposons un entretien avec le psychiatre Raymond Heintz de confession protestante sur le pourquoi, le comment de la foi, ses bienfaits, ses dérives, ses névroses, ses multiples expressions etc.

Il nous a semblé intéressant de partager cela avec nos éventuels lecteurs car nous observons autour de nous dans nos églises aussi bien protestantes que catholiques une inquiétante régression identitaire et une dérive vers le fondamentalisme.

Bien sûr ce monde qui est devenu un grand village peut paraître inquiétant avec ces changements et ces bouleversements, ces violences et ces horreurs dont les médias se délectent sans presque jamais parler de la solidarité et de la fraternité qui s'y déploie. Statistiquement jamais la violence n'a été aussi faible dans le monde !

En tous cas le ritualisme, la servilité, l'obéissance infantile, le prêt à penser, l'irresponsabilité qui en découle, ne peuvent être une réponse aux mutations de ce monde, bien au contraire.

Il y a bien longtemps un homme du nom d'(saint)Augustin a dit « aime et fait ce que tu veux ». La liberté dans l'Amour. C'est une sacrée et belle aventure, l'aventure d'une vie, d'une vie vivante, aimante, consciente et responsable.

Jésus au prix de sa vie nous révèle un Père aimant si proche, qui nous propose un chemin vers l'infini de son amour, vers l'inouï et l'émerveillement. Laissons-nous surprendre.

Joyeux Noël

R Geiss

***Certaines études affirment que les pratiques spirituelles (prière,méditation...) contribuent au mieux-être voire à la guérison. Qu'en pensez-vous ? Vos observations vont-elles dans ce sens ? Exemples...***

Les études auxquelles vous faites référence, me semble—t-il, portent sur le spirituel au sens large, qui est autre chose que le sentiment religieux. Je ne suis pas un grand lecteur de ce type d'études, mais je doute fort qu'on ait testé et échantillonné, selon les habituels critères propres aux études scientifiques, l'efficacité d'une pratique régulière de prière sur des troubles psychiques ! Mais oui, les thérapies de méditation, spécialement celles dites de pleine conscience (rien à voir avec le religieux !), ont le vent en poupe. Pourquoi sont-elles ainsi apparues, il y a peu, dans l'espace médiatique ? Répondre à cette question nous éclairera peut-être : je crois que si elles plaisent, c'est parce qu'on les perçoit comme un possible remède à l'angoisse que peut susciter la modernité et sa complexité, et en même temps, elles sont dans « l'air du temps », petites bulles de sérénité dans notre agitation quotidienne. Tout le problème est de savoir comment utiliser le remède dont on nous vante les bienfaits ! Ces thérapies s'inscrivent dans une filiation déjà ancienne, où l'on pourrait intégrer aussi bien le yoga que la psychanalyse, qui consistent in fine à accepter de se laisser aller à un état particulier de conscience, que l'on pourrait appeler conscience flottante, où notre attention n'est plus focalisée sur un objectif précis et extérieur, mais au contraire en éveil à tout ce qui pourrait venir de notre monde intérieur, avec à l'horizon la promesse de vivre, autant que possible en paix, ou au moins en harmonie, avec ce monde intérieur. Si une telle pratique de méditation, ou de prière (au sens d'un « rassemblement intérieur » et d'une adresse à Autrui) prend sens pour la personne concernée et qu'elle se l'auto prescrit, adhère à cette discipline, alors oui, elle va contribuer au mieux—être, parce qu'elle agit alors comme un antidote à la dispersion (des pensées, de l'activité...) qui est souvent LE symptôme de notre mal-vivre (qu'on rumine au fond de son lit ou qu'on se tue à la tâche...). Mais ce n'est pas quelque chose qu'on peut prescrire à autrui, comme on prescrirait un médicament : on ne prie, ni ne médite sur ordonnance, il y faut un subtil consentement intérieur, pouvoir se faire sujet d'un désir, d'une recherche et s'y tenir. Quelqu'un qui est « collé » à ses symptômes ne tirera aucun bénéfice d'un tel exercice, et ses angoisses peuvent même en être majorées, par le sentiment de « vide intérieur » que cela peut générer...

A suivre...