



LETTRE DE LA SOURCE NOUVELLE N° 192
Septembre-Octobre 2016

Réflexion inachevée autour de la SPIRITUALITE

[La spiritualité peut se nourrir des auteurs spirituels anciens ou contemporains, (textes et prières) ; de chez nous ou d'ailleurs ; de notre tradition ou d'autres traditions ; mais aussi de paroles d'êtres d'exception glanées au hasard d'un calendrier qui porte à la méditation, ou encore des paroles de simples bloggeurs, de gens comme vous et moi, capables de paroles « inspirées »]

Spiritualité :

Sujet difficile, s'il en est. Je reprends à mon compte les mots de Claude Roy :
« j'écris pour pouvoir lire ce que je ne savais pas que j'allais écrire »

Spiritualité : J'ai eu beau chercher, pour commencer, une définition sur Internet, aucune ne m'a satisfaite vraiment. Cela ne se définit pas, cela se cherche.

La question me semble inépuisable et n'y a-t-il pas mille et une manières de l'enrichir, autant qu'il y a de « sujets » (Je). Et comment parler de ce qui est avant tout une expérience propre à chacun ? Il faut bien entendre d'abord que la spiritualité ne se confond pas avec la religion, (- il existe aussi une spiritualité laïque, qui a pour but le développement personnel, un mieux vivre avec soi et avec les autres - et d'ailleurs l'amour, source et sommet de la spiritualité, peut exister sans la religion). La spiritualité ne se confond pas avec la religion, mais toutes les grandes religions reconnaissent leurs grands maîtres spirituels. Sans spiritualité, la religion est vide, lettre morte, rites désincarnés, d'où la vie est absente. Car oui, la spiritualité est en lien avec la Vie. Ce n'est pas sans raison que la formation des soignants à l'hôpital s'ouvre également à cette question.

Dans le mot spiritualité, on retrouve le mot esprit. Toute personne est corps, psyché et esprit, et si cette dernière dimension est étouffée, l'humain ne vit pas pleinement, au mieux de ses possibilités. Mais combien sont conscients de cette dimension essentielle de leur être ? S. Kierkegaard écrit : *« La plupart des hommes vivent sans être conscients qu'ils sont des êtres spirituels »*.

Ils vivent comme amputés d'une part d'eux-mêmes. « Malheureux... » : l'envers des Béatitudes.

Toute personne est esprit, cet esprit qui lui est donné avec son souffle de vie. La vie nous est insufflée. Toute personne respire, inspire et expire, sent ou écoute battre son cœur et ainsi j'ai pu lire : « *Bonne nouvelle : en quête de spiritualité, vous êtes déjà un être spirituel* ». Inspirer, expirer est à la base de la spiritualité : prendre conscience, à travers son corps, du souffle de vie qui nous habite. Entrer en soi pour prendre conscience, à travers la méditation, de son souffle de vie.

Prendre conscience : Regarder au fond de nous-mêmes pour y trouver ce que nous cherchons. La quête commence avec le « Connais-toi toi-même » Se connaître, se comprendre, mais aussi s'aimer. Nietzsche dit : « *Nous ne nous connaissons pas nous-mêmes pour la simple raison que nous ne nous sommes jamais cherchés* ». Se chercher soi et chercher Dieu, ce n'est à mon sens, pas tout à fait pareil, mais en se cherchant soi, on peut trouver Dieu, car au fond de nous, tout au fond de toute personne se niche une étincelle déposée en nous par notre Source de vie, par le Vivant. Etincelle qui veut embraser l'âme comme une « vive flamme. » A l'écoute de son cœur spirituel, on peut ressentir la présence divine : en passant du temps avec soi-même, ou en nourrissant son âme de la nature. Chaque expérience est unique, et unique pour chacun le Visage et le Nom de Dieu. Martin Luther a laissé ces mots : « *Dieu est une feuille blanche sur laquelle on ne trouve rien que ce que l'on a écrit soi-même.* » Parfois Dieu n'est pas reconnu, n'est pas nommé, et l'on parlera de Transcendance : Hors de l'homme et en l'homme il y a plus grand que l'homme. Regard d'humilité sur soi.

Etre spirituel, c'est être empli d'amour et de reconnaissance envers la beauté de la Création, admirer un magnifique coucher de soleil, respirer le parfum subtil d'une fleur de printemps, ou se laisser enchanter par le chant mélodieux d'un oiseau : de ces instants magiques qu'Etty Hillesum a su préserver au milieu de la laideur des camps.

La spiritualité transforme le regard sur le monde, sur la vie, **sa** vie, sur une partie de soi. J'ai envie de dire qu'on regarde avec un regard « à la verticale » (Pape François) dans notre monde horizontal. La spiritualité voit au-delà des apparences extérieures, au-delà de ce que perçoivent nos cinq sens.

La spiritualité se vit au présent, mais non dans l'immédiateté. Sous forme de sagesse, elle est maturation. La spiritualité se nourrit des questions essentielles : mystère de la vie, mystère de la mort. D'où je viens, quel est le sens de ma vie, où je vais ? Qui suis-je ? Pourquoi, comment ? Ces questions ne sauraient se satisfaire de réponses trop hâtives. Alors que nous sommes en quête de lumière, d'harmonie, de paix en nous et avec les autres, de sérénité, de plus de vie, ...en chemin et au bout du chemin se pose à nous la question centrale : Comment aimer ? J'ai bien l'intention à ce sujet de découvrir prochainement nos contemporains M. Zundel et Anselm Grün.

Elly **(A suivre)**

Le Testament de Baltimore

- ❖ Allez tranquillement parmi le vacarme et la hâte, et souvenez-vous de la paix qui peut exister dans le silence.
- ❖ Sans aliénation, vivez autant que possible en bons termes avec toute personne.
- ❖ Dites doucement et clairement votre vérité.
- ❖ Écoutez les autres, même le simple d'esprit et l'ignorant ; ils ont eux aussi leur histoire.
- ❖ Evitez les individus bruyants et agressifs, ils sont une vexation pour l'esprit.
- ❖ Ne vous comparez avec personne : vous risqueriez de devenir vain ou vaniteux. Il y a toujours plus grand et plus petit que vous.
- ❖ Jouissez de vos projets aussi bien que de vos accomplissements. Soyez toujours intéressé à votre carrière, si modeste soit-elle ; c'est une véritable possession dans les prospérités changeantes du temps.
- ❖ Soyez prudent dans vos affaires, car le monde est plein de fourberies.
- ❖ Mais ne soyez pas aveugle en ce qui concerne la vertu qui existe ; plusieurs individus recherchent les grands idéaux ; et partout la vie est remplie d'héroïsme.
- ❖ Soyez vous-même. Surtout n'affectez pas l'amitié. Non plus ne soyez cynique en amour, car il est en face de toute stérilité et de tout désenchantement aussi éternel que l'herbe.
- ❖ Prenez avec bonté le conseil des années, en renonçant avec grâce à votre jeunesse.
- ❖ Fortifiez une puissance d'esprit pour vous protéger en cas de malheur soudain. Mais ne vous chagrinez pas avec vos chimères. De nombreuses peurs naissent de la fatigue et de la solitude.
- ❖ Au-delà d'une discipline saine, soyez doux avec vous-même. Vous êtes un enfant de l'univers ; pas moins que les arbres et les étoiles, vous avez le droit d'être ici. Et qu'il vous soit clair ou non, l'univers se déroule sans doute comme il le devrait.
- ❖ Soyez en paix avec Dieu, quelle que soit votre conception de lui. Et quels que soient vos travaux et vos rêves, gardez dans le désarroi bruyant de la vie, la paix dans votre âme.
- ❖ Avec toutes ses perfidies, ses besognes fastidieuses et ses rêves brisés, le monde est pourtant beau.
- ❖ **Prenez attention. Tâchez d'être heureux. »**