

Défis spirituels au temps du numérique

Introduction

- Le numérique est une chance pour la vie spirituelle : cf. succès des retraites en ligne. Celles du Carmel sont suivies par 10.000 personnes (www.carmes-paris.org)
- Dans un temps où tout bouge, retrouver la **force des pratiques spirituelles** de la tradition chrétienne > une sagesse de vie
- A l'école de sainte **Thérèse d'Avila**, (1515-1582) dont nous fêtons le 5^o centenaire cette année, le 28 mars ; 1^{ère} femme Docteur de l'Eglise
- Nous ne pouvons faire le voyage extérieur sur le continent numérique que si nous faisons aussi le **voyage intérieur** à la suite du Christ
- 2 défis : déconnexion ; intériorité

1. Pratiquer la déconnexion d'Internet

- **Une ascèse**

Comme toute réalité créée, même bonne en soi, l'omniprésence de l'environnement numérique peut parfois nous tromper et nous faire décrocher de notre humanité. Voilà pourquoi l'Eglise nous appelle, notamment pendant le carême, à repérer ce dont nous sommes le plus dépendants afin de pouvoir faire un exercice de mise à distance. C'est un « exercice pratique » (ascèse) de **détachement** qui a pour but de nous rendre libres vis-à-vis de nos attachements gluants, de ce qui entrave notre chemin vers la pleine **liberté** chrétienne.

- **Traverser le vide**

Fondamentalement, la vie spirituelle chrétienne suppose une traversée du désert, une expérience du vide pour atteindre la plénitude du Christ en se disposant à l'accueillir.

- **Eduquer notre désir**

La sursollicitation de notre affectivité produit de la confusion dans nos désirs. La société de consommation multiplie nos envies superficielles et risquent de nous faire perdre de vue notre désir fondamental, celui de la Vie en plénitude. Frustrer nos désirs superficiels est une très bonne manière pour révéler avec plus de profondeur un **désir plus essentiel** qui n'a pas de temps ou d'espace pour s'exprimer dans nos vies agitées. La déconnexion est un moyen pour renouer avec le désir de Dieu qui est la dynamique de notre vie spirituelle. Un des grands dangers de la vie spirituelle est la perte de ce désir ; alors tout s'arrête et nous devenons des chrétiens médiocres. Sainte Thérèse d'Avila insiste au contraire sur l'importance de **cultiver les grands désirs** pour avancer dans notre vie spirituelle. « *Il ne s'agit pas de craindre, mais de désirer* » (Vida 8,5) « *Ne rétrécissons pas nos désirs, c'est d'une haute importance. Croyons fermement qu'avec le secours divin et des efforts, nous pourrions arriver peu à peu - ce ne sera pas en un instant - là où sont parvenus tant de saints aidés par la grâce.* » (13,2) cf. pédagogie de l'effort et expérience de la matière qui nous résiste

2. Ancrer son intériorité

- **Entrer en soi pour s'ancrer en Dieu**

Nous qui sommes croyants avons la grâce de savoir que nous avons une **intériorité habitée**, que « *nous ne sommes pas vides au-dedans* » (Chemin 28,11). Nous avons un monde en

nous qui nous permet de nous enraciner, de mûrir, pour porter du fruit. Nous sommes des **arbres** qui ont besoin de profondes racines pour déployer leurs branches dans le monde numérique. Ces racines ne se développent que par la pratique de la prière personnelle. Par le recueillement, nous apprenons à tourner notre être dispersé vers le dedans ; nous ramassons nos composantes pour les orienter vers l'intérieur. L'enjeu est bien sûr de nous unifier, de nous enraciner. Mais ce n'est pas de l'introspection : c'est une quête intérieure, celle de Dieu en nous. **Au centre de nous-mêmes Dieu demeure.** La spiritualité du Carmel est fondée sur cette affirmation évangélique. « *Ne savez-vous pas que vous êtes un temple de Dieu, et que l'Esprit de Dieu habite en vous ? Le temple de Dieu est sacré, et ce temple, c'est vous.* » (1 Co 3,16)

- **Faire silence**

Il est important d'apprendre à **ménager des plages de silence** dans nos vies trop bruyantes pour que notre environnement sonore soit rythmé et que silence ne sonne pas avec vide. L'apprentissage du silence comme un espace nécessaire de maturation et non d'angoisse est vital pour l'assimilation de nos connaissances mais aussi pour écouter la voix de Dieu comme le jeune Samuel a appris à la reconnaître (1S3) ; ou comme Elie apprit la distinguer dans le « murmure de fin silence » (1R19) après le passage du feu, du tremblement de terre et de l'ouragan. Le silence n'est qu'un climat qui nous donne accès à l'écoute de la Parole de Dieu, celle qui ne déçoit pas car elle est éternelle quand toutes les paroles humaines disparaîtront un jour.

Nous devons apprendre à **communiquer en vérité.** Cet apprentissage commence dans la prière par notre dialogue amical avec le Seigneur. Sainte Thérèse d'Avila définit l'oraison comme un entretien d'amitié et invite à ses sœurs à parler simplement au Christ comme à notre meilleur Ami. La prière est le milieu où j'apprends à parler et à faire silence de manière juste.

- **Faire mémoire de son histoire**

Ce dialogue intérieur avec la Parole de Dieu est aussi ce qui nous aide à **faire mémoire de notre histoire sainte.** L'ère du zapping et la logique des liens ne nous aide pas toujours, et c'est vrai chez les plus jeunes, à relier les événements entre eux, à écrire l'histoire de notre vie avec un sens. Notre vie n'est pas une série brute et absurde de faits ; dans la foi, nous croyons que Dieu est là qui nous accompagne dans les vicissitudes de l'histoire.

Conclusion sous forme de 2 pistes supplémentaires

- place du corps dans la prière et de l'humanité du Christ
- combat des images : l'icône du Christ contre les idoles

fr. Jean-Alexandre de Garidel, ocd

Couvent de Paris – 6 rue Jean Ferrandi 75006 Paris

www.carmes-paris.org

www.carmel.asso.fr