

C'est aujourd'hui le temps des Béatitudes

Allumons la 7e bougie : la Paix



*Heureux ceux qui sont artisans de paix,
car ils seront appelés fils de Dieu* (Matthieu 5/9)

Chers amis,

Que nous servirait la paix mondiale, si elle n'était pas dans nos cœurs ? C'est vrai, nous sommes inquiets à cause de l'état du monde. Depuis quelques années, nous sommes touchés de plein fouet par les attaques terroristes en France. Nous sommes inquiets à cause de la pandémie du coronavirus qui ne cesse de se propager et de tuer. Et chacun peut rajouter ses sujets personnels qui l'empêchent de dormir la nuit...

Mais imaginer que notre paix intérieure dépendrait de la paix extérieure est un parfait leurre. N'est-ce pas plutôt le contraire ? Car quelle paix pourrions-nous apporter si nous ne l'avons pas en nous ?

Et c'est là le problème. Nous avons du mal à trouver cette paix dont Jésus a parlé à ses disciples : "je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. Que votre cœur ne se trouble pas et ne se laisse pas effrayer." Jean 14/27

Nous sommes tous des êtres si sensibles, un rien nous effraye, pour un rien nous sommes sur nos gardes, nous méfiant de tout ce qui nous est étranger, suspect. C'est sans doute notre nature, pour une part, mais aussi notre éducation. Nous vivons dans un monde où règne la méfiance. L'inquiétude est largement entretenue par beaucoup, presque comme un devoir.

Et ce n'est pas à coup de versets bibliques que nous trouverons forcément la paix en nous.

La paix est certainement le bien le précieux que nous puissions posséder.

À travers mes lectures et mon expérience personnelle, j'ai découvert qu'il y a en nous 2 niveaux de conscience. Le premier est celui que tout le monde connaît et vit au quotidien. Il s'agit de notre état d'esprit du moment. Il peut être joyeux ou triste, tendu, voire angoissé. Il dépend en fait des circonstances extérieures. Je reçois une bonne nouvelle, cela a plutôt une influence positive sur mon état intérieur. Je reçois un cadeau qui me plaît, ça me fait du bien et je suis ravi. Si je vis une histoire d'amour, je suis aux anges. Mais si l'être bien-aimé (e) me quitte, je fais une dépression ! Si les impôts me tombent dessus et crèvent mon budget, je suis irrité et en colère.

Et nous sommes souvent ballotés, comme un bateau en pleine mer, au gré du vent et des vagues. Soit c'est la tempête, soit c'est l'exaltation, soit c'est le calme plat, selon les circonstances. Nous subissons et nous nous adaptons comme nous pouvons.

Certains arrivent bien à donner le change ! Mais toute mer a aussi des fonds marins où tout est différent. La tempête de la surface de l'eau ne touche pas le fond de la mer. Il n'y a pas de vagues en profondeur, il n'y a pas de tempête. C'est le calme et le silence, quoi qu'il arrive en surface.



Il y a donc un 2^e niveau de conscience en nous où il n'y a que paix et sérénité. Notre être profond est constitué de paix profonde. Parfois, lors de moments de prière intense et prolongée, nous pouvons y accéder. La méditation dite de "pleine conscience" nous le permet également. Pourquoi? Oui, pourquoi puis-je accéder à ma paix profonde dans la méditation ? C'est une question essentielle qu'il faut se poser.

La réponse se trouve dans la compréhension que nous pouvons donner à l'acte même de méditer. Méditer, c'est se libérer de nos attachements, quels qu'ils soient. Méditer nous aide à concentrer l'esprit afin d'arrêter le fonctionnement du mental. C'est le mental qui est le grand perturbateur de nos vies ! Son fonctionnement est basé sur l'attrait et le rejet. J'aime ou j'ai peur. Et quand j'aime, je m'identifie à ce que j'aime. S'identifier, c'est s'attacher. Et l'attachement est source de souffrance. Si vous n'avez jamais pensé à cela, voyez par vous-mêmes. Il y a 1000 et une choses auxquelles nous sommes attachés, parfois sans même nous en rendre vraiment compte. Mais si elles viennent à manquer, nous sommes malheureux. Par ailleurs le contraire est encore plus parlant : regardez la cause de vos souffrances : ne sont-elles pas dues à une perte ? Perte de votre santé, perte de votre autonomie, perte d'affection, des pertes matérielles aussi. Et quand la perte engendre la souffrance, c'est qu'il y avait attachement. Et c'est tout ce fonctionnement qui nous empêche de trouver la paix profonde.

Ce ne sont pas seulement les religions orientales qui appellent au détachement. Jésus a lui aussi mis des conditions drastiques à devenir son disciple : aimer Jésus plus que père, mère, femme et enfants (Matt.10.37) mais aussi renoncer tout ce qu'on possède, et « tout simplement » à soi-même. (Luc 14.33, Matt.16.24) Ce quitter, ce renoncement est à comprendre comme un non-attachement.

La méditation nous permet de sortir de ce cercle vicieux en remettant le mental à sa place, pour nous ouvrir à cette paix toujours présente en nous et que nous avons trop ignorée !

Pour le chrétien, cette paix intérieure a un nom, elle s'appelle Jésus-Christ. Ne sommes-nous pas le temple de l'Esprit-Saint comme le dit Paul ? N'avons-nous pas été créés à l'image de Dieu ?

Le Christ n'a-t-il pas dit : Demeurez en moi comme moi, je demeure en vous ?

Nous sommes habités du divin !

Être artisan de paix, c'est donc d'abord faire ce chemin intérieur pour s'établir dans notre demeure profonde. C'est à l'intérieur de nous que nous avons à œuvrer pour trouver la paix.

La paix, non pas le calme ni la tranquillité d'abord, mais une paix qui est synonyme de plénitude de vie. C'est cela la vraie paix bibliquement parlant.

En faisant ce chemin intérieur, nous découvrirons et feront apparaître notre véritable être, au-delà de toutes les couches ténébreuses dont nous l'avons recouvert, notre identité fondamentale celle de fils ou fille du Père céleste.

Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés fils de Dieu.

Tout ce chemin ne nous évitera pas de subir les tempêtes à la surface de notre conscience. Peu d'entre nous arriveront à devenir "complètement zen" en toutes circonstances comme les grands spirituels chrétiens ou Orientaux y arrivent. Mais l'important est de connaître le chemin pour accéder à la paix. Et plus on le pratique, plus la paix grandit et s'établit en nous de manière durable. Et cela, c'est une bonne nouvelle. Ainsi, et ainsi seulement, nous deviendrons artisans de paix autour de nous, dans nos relations, dans nos familles, dans lieux de travail, dans notre quartier, dans nos associations, dans notre paroisse.

En résumé de cette méditation, pour cette fête de Noël toute proche, je ne vous souhaite pas la paix, la paix comme un bien qu'on possède dans notre poche, car celle-ci est très aléatoire, on peut la perdre et on peut en être dépouillé. Non, je vous souhaite de DEVENIR PAIX. Alors nous vivrons le Royaume de Dieu dès maintenant, où ni les mites ni la rouille ne détruisent, et où les voleurs ne peuvent percer les murs ni voler. (Mat.6.20)

