SENTIR ET GOUTER LES CHOSES INTERIEUREMENT

Conférence du Père Xavier Nucci, sj

le Jeudi 8 mars 2018 à Notre-Dame de Pentecôte

Pendant 6 ans, le Père Nucci a été supérieur d'une communauté de 9 jésuites, vivant dans une cité HLM en Seine Saint-Denis. Il a été, par ailleurs, formateur en pédagogie, durant onze ans, dans les établissements scolaires du réseau jésuite et les écoles d'ingénieurs ICAM.

Depuis 2 ans, le Père Nucci est supérieur dans une communauté du XVème arrondissement, comprenant 36 jésuites, dont 26 étudiants jésuites qui se préparent à devenir prêtres. Il est également délégué à la formation pour tous les étudiants jésuites (une centaine, dont une soixantaine d'étrangers).

ACCOMPAGNER DES ENFANTS DANS LA DECOUVERTE DE LEUR VIE INTERIEURE

L'expérience pédagogique de développement de la vie intérieure des enfants est partie d'une question posée par des enseignants et chefs d'établissements du Primaire, se demandant comment aider les enfants à être plus attentifs et concentrés. C'est ainsi que des responsables de six écoles primaires se sont retrouvés pendant un an pour un travail sur la pédagogie d'éveil à la vie intérieure. Ils ont commencé par se demander ce qu'était leur propre vie intérieure et en ont ensuite déduit une pédagogie constituée d'exercices pour sensibiliser les enfants. L'école du Caousou à Toulouse est devenue terrain d'expérimentation. Le corps enseignant de cette école s'est d'abord réuni régulièrement pendant une année et a décliné les exercices, en fonction des différentes classes, selon une approche empirique. L'expérience a été accompagnée par une pédo-psychiatre, intervenant par ailleurs auprès d'enfants autistes.

Cette aventure a aujourd'hui 10 ans, elle a impliqué plusieurs dizaines d'établissements scolaires. Le Diocèse de Saint-Denis en a même fait son thème d'année.

On a observé que les enfants qui entraient ainsi dans l'intériorité avaient une meilleure écoute de ce qui se passait autour d'eux.

EXEMPLE : EXERCICE MIS EN PLACE POUR DES ENFANTS DE 6 ANS

Jour 1 : L'enfant regarde ses mains. Puis chaque enfant s'exprime en disant ce que cela lui a fait.

Jour 2 : L'enfant regarde ses mains, puis il regarde la main de son voisin et il dit ce que cela lui fait.

Jour 3 : L'enfant regarde ses mains et les frotte, puis, si son voisin est d'accord, il lui saisit la main, puis il exprime ce que cela lui fait.

Jour 4 : L'enfant pense à ce que ses mains lui ont permis de faire et qu'il a bien aimé. Il peut partager ce que cela lui fait…

Jour 5 : L'enfant pense à ce qu'il a moins aimé faire avec ses mains.

Lors de cet exercice, l'enfant prend conscience de son corps et d'après ce que disent ensuite les enfants, la connaissance de son propre corps n'est pas évidente. L'exercice permet aussi à l'enfant de relire sa journée.

Dans cet esprit, un travail est également possible **sur la météo intérieure** : quel temps fait-il aujourd'hui au fond de moi ? Je prends ainsi conscience de ce qui m'habite.

A Toulouse les élèves de 6ème ont demandé à continuer, ce qui a alors amené des professeurs du collège à entrer à leur tour dans la démarche. Parents et grands-parents se sont aussi retrouvé impliqués par l'intermédiaire des enfants eux-mêmes.

Dans le Supérieur, l'ICAM de Toulouse qui accueille des jeunes de 18 à 23 ans, a développé une pédagogie spécifique pour ces jeunes qui sont surtout dans le faire et ont du mal à se poser.

Notons que toutes ces expériences d'éveil à la vie intérieure ne sont pas immédiatement religieuses, ces exercices conviennent à tous. Ils se situent **au seuil** de la vie spirituelle et sont très respectueux de chacun.

Les enfants du primaire qui ont vécu cette expérience se sont ensuite engagés dans une démarche de médiation en cours de récréation. Le médiateur, attentif aux jeux et comportements des élèves, intervient en cas de problème.

Progressivement le climat de l'école a changé de façon perceptible.

En déclinant les exercices dans les différentes matières, la démarche permet de vivre autrement la dimension scolaire.

ET NOUS, QUE METTONS NOUS DERRIERE LE MOT INTERIORITE ?

« Ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui satisfait ou rassasie l'âme, mais de sentir et goûter les choses intérieurement. » Saint Ignace de Loyola

Le fondateur de la Compagnie de Jésus écrit cela en pleine période humaniste et alors que le savoir encyclopédique et universel est présenté comme un idéal…

Que dit la Bible de l'intériorité ?

Luc 11 : « La lampe de ton corps c'est ton œil. Quand ton œil est sain, ton corps tout entier aussi est lumineux ; mais dès qu'il est malade, ton corps aussi est ténébreux. **Examine donc si la lumière qui est en toi n'est pas ténèbre. »**

Marc 7 : « Il n'y a rien d'extérieur à l'homme qui puisse le rendre impur en pénétrant en lui ; mais ce qui sort de l'homme, voilà ce qui rend l'homme impur. (…) C'est du cœur que sortent les mauvaises pensées… »

Matthieu 23 : « Vous de même, vous paraissez justes aux yeux des hommes mais au-dedans vous êtes remplis d'hypocrisie et d'iniquité… »

Dans la tradition chrétienne, cette dimension de l'intériorité est très présente, l'important étant de prendre conscience de ce qui nous habite, d'examiner ce qui se passe en nous.

En fait, Ignace de Loyola n'a pas inventé les Exercices Spirituels à partir de rien : il a développé et formalisé une tradition vivante depuis les premiers siècles du Christianisme.

Alors que la vie psychologique, la vie spirituelle, font l'objet de nombreux écrits, on trouve au contraire peu de références à la vie intérieure, pourtant essentielle à la construction de l'homme.

A la naissance, l'enfant est centré sur lui-même, rien n'existe pour lui à l'extérieur. Puis étape par étape, il apprend à entrer en relation avec ce qui l'entoure. Il fait l'expérience de l'altérité, que ce soit dans sa relation avec sa mère, avec son père…

C'est bien un chemin d'éducation au sens étymologique du terme e-ducere : conduire hors de…, hors de la sphère intérieure pour découvrir le monde alentour. Aujourd'hui le problème est que l'enfant est très stimulé par des expériences d'extériorisation. Il peut alors perdre progressivement le contact avec sa vie intérieure.

Pour tout éducateur, il est important non seulement d'aider l'enfant à vivre cette relation au monde, mais aussi de l'aider à prêter attention à ce que cela lui procure, lui permettre cette prise de conscience intérieure.

L'enjeu est le même pour les adultes, les enfants reproduisant d'ailleurs les attitudes des adultes. Toute la société est concernée. Il est donc nécessaire d'aider les adultes à être plus attentifs à leur vie intérieure, pour que les enfants puissent l'être, à leur tour.

DEUX SUPPORTS UTILES POUR SENSIBILISER LES ADULTES

1. Le scaphandre et le papillon de Jean-Dominique Bauby, ancien rédacteur en chef de Elle qui, à la suite d'un AVC à 45 ans, se retrouve paralysé de tout le corps sauf une paupière. Il va dicter son livre lettre par lettre, grâce à sa paupière…Il est comme prisonnier d'un scaphandre et prend alors conscience qu'il a en lui un papillon dans une chrysalide encore intacte : sa vie intérieure. Alors seulement le papillon va prendre son envol. Jusqu'à 45 ans cet homme n'avait pas conscience de sa vie intérieure.
   Son expérience est d'ailleurs comparable à celle d'Ignace de Loyola qui, à 33 ans, reçoit un boulet dans la jambe. Eprouvant l'ennui pendant 6 mois d'immobilisation, il découvre lui aussi son intériorité.

2. L'expérience d'Helen Keller retracée dans le film Miracle en Alabama. A 6 mois, une petite fille devient à la fois sourde, aveugle et muette. A 15 ans, grâce à un professeur qui avait été elle-même aveugle, elle découvre qu'il lui est possible de communiquer avec le monde. Elle fera même des études universitaires.

La vie intérieure est composée d'émotions, d'affectivité, de psychologie, d'inconscient et de conscient, d'imagination… Comment être attentif à tout cela ?

PROCESSUS D'INTERIORISATION EN 9 ETAPES

1. L'expérience : par exemple, au Musée du Louvre, je regarde La Joconde
2. Cette expérience peut être ressentie par un ou plusieurs de mes 5 sens.
3. Je prends conscience par l'intelligence : non seulement je vois, mais je regarde.
4. Cela peut déclencher en moi une émotion, positive ou négative.
5. Prise de conscience intérieure : je prends le temps d'observer ce qui se passe en moi.
6. Cette expérience peut évoquer des souvenirs. Ma mémoire est alors en jeu.
7. Elle peut également déclencher mon imagination : qui était cette femme, le modèle ? Le peintre me parle, en me disant quelque chose de l'humanité de cette femme et de ma propre humanité.

8. L'extériorisation : je parle de cette expérience avec d'autres, j'ai le plaisir de partager.
9. Action ou expression personnelle : cette expérience me conduit à peindre à mon tour, à écrire…

Connaissant ces différentes étapes, nous pouvons aider progressivement les enfants à entrer dans ce processus d'intériorisation.

Par exemple l'enseignant leur lit des Haikus (brefs poèmes japonais décrivant des expériences immédiates) puis leur en fait écrire, en les invitant à regarder ce qui se passe autour d'eux. Les résultats sont étonnants...

EN GUISE DE CONCLUSION

Chacun a une vie intérieure, quels que soient son âge, son milieu…

La vie intérieure est complexe, elle est faite d'émotions, d'affectivité, de pensées, d'imagination, de spiritualité…

L'enfant et l'adulte doivent être é-duqués pour que cette vie intérieure vienne au jour et que chacun puisse en prendre conscience, s'arrêter, écrire, garder des traces, partager et écouter aussi l'autre faire part de sa propre expérience.

REPONSES AUX QUESTIONS

- Attention la vie intérieure est inviolable : ne pas faire dire à l'enfant ce qu'il a vécu, mais seulement ce qu'il ressent. L'enfant lui-même doit prendre conscience de cette intimité, faire l'apprentissage de la pudeur.
- Il n'existe pas encore de livre sur ces exercices, lire toutefois de W.F.Barry et R.G.Doherty *Contemplatifs dans l'action, la voie jésuite.*
- Ici, il ne s'agit pas encore de prière. On se situe sur le seuil.
  Mais comment avoir une vie à l'écoute de l'Esprit, si je ne suis pas attentif à ce qui se passe en moi dans le quotidien ? Le Christ lui, est unifié, Il est pleinement « contemplatif dans l'action » et toujours totalement attentif à l'Esprit de Son Père en Lui.
- Avec les adultes des exercices analogues sont possibles par exemple quand à la fin d'une réunion, on invite les membres à une relecture par ces 3 questions :

1. Qu'est-ce que j'ai fait ?
2. Qu'est-ce que cela me fait ?
3. Qu'est-ce que j'en fais ?

- Les scientifiques s'aperçoivent que des pédagogies mises en œuvre par l'Eglise pour la vie intérieure ou la spiritualité sont validées par des découvertes des neuro-sciences aujourd'hui…

Compte-rendu réalisé par Anne Plauchu