

(Re)découvrons la médecine de l'âme des Pères du désert

Mal-être, souffrances psychiques, sexualité triste, dépendance aux écrans, rapport démesuré au travail, perte de sens, solitude... Ces manifestations pointent toutes vers la souffrance de notre âme. Or, si les psychothérapies et la pharmacologie sont précieuses, elles ne permettent pas de la «guérir». Et pour cause, tous ces troubles ont leur origine au plus profond de nous, au-delà de notre biologie et de notre mental. Ils renvoient à des tensions intérieures que les plus grandes traditions spirituelles de l'humanité ont identifiées, explorées et accompagnées. Leur soin relève non pas tant d'un traitement que d'une Sagesse de vie. C'est ce que beaucoup de nos contemporains recherchent dans les spiritualités orientales, le New Age et le développement personnel. Il est des Maîtres de Sagesse plus sûrs que d'autres : les Pères du désert sont de ceux-là. Ils ne sont pas des coachs parmi d'autres. Ils représentent quatre siècles d'expérience qui ont été la vie intérieure. Ils nous donnent le mode d'emploi de notre âme. Et aussi, ils nous indiquent les maladies d'origine spirituelle dont elle peut souffrir. Et quelle actualité dans leurs diagnostics ! En effet, si l'environnement des déserts du IV^{ème} siècle a peu de rapport avec le nôtre, l'âme humaine, elle, est toujours la même, dans son fonctionnement comme dans ses maladies.

Un des intérêts majeurs de l'approche des Pères du désert est qu'elle est fondée sur une anthropologie, c'est-à-dire une connaissance fine de l'anatomie et de la physiologie intérieures de l'Homme. Ils démontrent qu'au même titre qu'il existe des perturbateurs endocriniens, nous pouvons aussi être soumis à des perturbateurs de notre intériorité. Ils s'appellent aujourd'hui: bruit, images, surconsommation, hyper érotisation, survalorisation du narcissisme, dictature de la disponibilité permanente, gavage informationnel. Notre âme n'a pas changé. Mais les façons dont elle est perturbée, si.

Les Pères étaient considérés comme des « médecins de l'âme » qu'on venait consulter de très loin. A la fois thérapeutes, guides spirituels et sages, ils ont développé des médications dont l'objectif est notre équilibre, notre alignement intérieur. Cette pharmacie est faite d'hospitalité, de sobriété, de vigilance intérieure et de pratiques méditatives. Et en mode concret ! Leur médecine de l'âme, considérée comme « *l'art des arts et la science des sciences* », apparaît d'une urgente actualité et d'une étonnante pertinence. Les Pères nous apprennent à remettre de la lenteur, du silence, de l'attention et de la continuité dans nos vies. « *Assieds-toi, fais silence et apaise tes pensées* » nous prescrit Abba Arsène.

Pour apprendre à mieux vivre, laissez-vous guider par ces thérapeutes, véritables médecins de l'intériorité. Alors, vous prendrez soin de votre âme et vous cultiverez votre écologie intérieure.

N° 905

2018

Semaine du 14 au 21 novembre

Jean-Guilhem Xerri

Psychanalyste et biologiste médical

LE MOINAGEMENT ou l'art de manager selon Saint Benoît

Conférence à deux voix donnée à Notre-Dame de Pentecôte le jeudi 12 avril 2018, par le **Père Hugues Minguet**, moine bénédictin à Notre-Dame de Sereys, Fondateur et animateur de l'Institut « Sens et Croissance », et par **Vincent Lenhardt**, consultant.

(Suite et fin)

L'ENTREPRISE AU SERVICE DU SENS

Les membres d'une organisation d'intelligence collective, créent une alliance, ce sont des êtres de relation, appelés à devenir des êtres de communion. Tendancés vers les mêmes valeurs, ils sortent d'un système purement hiérarchique. Le manager devient personne-ressources qui agit en co-responsabilité, à partir d'une vision partagée du sens. On passe d'une entreprise pyramidale à une entreprise transversale ; le salarié devient homme ressource, porteur de sens.

La redéfinition de l'entreprise dans le code civil est en cours, de manière à ce que soit reconnue l'utilité sociale de l'entreprise, sa mission (Rapport Sénart : l'entreprise Michelin est une entreprise porteuse de ces valeurs-là). Il faut tenir compte de l'environnement du salarié, plutôt que de l'actionariat. On assiste à une tendance irréversible : le besoin de sens.

RYTHME ET EQUILIBRE, JUSTE MESURE DANS L'EFFORT ou *discretio*

La *discretio* est un principe que l'entreprise semble avoir oublié, si l'on en croit le nombre de burn-out. « *Que nul ne soit contristé au sein du monastère* ». RB 39, C'est pourquoi une attention toute particulière est portée à l'ambiance.

On constate que trop de pression tue l'initiative et la créativité. Une entreprise avait réalisé un sondage pour savoir quelle réforme majeure attendait les salariés...pour arriver à la conclusion qu'il serait important qu'on se dise bonjour le matin en arrivant au travail...

Quels sont les critères de la juste mesure ?

- Le moine, lui, n'a pas besoin de vacances, il est en vacance, sa vie est équilibrée selon les 3x8 (prière, travail (manuel et intellectuel), vie communautaire et repos. Elle est organisée autour de 7 offices et rien ne doit être préféré à l'Office Divin qui génère la vie de l'âme. La liturgie est à l'âme ce que le massage californien est au corps. Quand la cloche sonne pour l'Office, on s'interrompt pour se réancrer en permanence dans le sens, selon la formule d'Edith Stein : « Plus on veut édifier haut, plus il faut creuser profond. »
- La garde du cœur : mettre l'intellect dans le cœur, discerner ce qui se passe en nous. La vigilance est un état de veille qui nous rend présent au Seigneur. Le Chrétien vit en présence de Dieu, marche en présence de Dieu, il prie l'Esprit Saint avant un travail, avant une rencontre, c'est une façon de se reconnecter, même brièvement, de retrouver son enracinement.
- Pour les laïcs qui demandent quel rythme donner à leur vie spirituelle, voici une réponse : Chaque jour un office ou dix minutes de *lectio* / chaque semaine : 1 heure d'adoration / chaque mois : une confession et une rencontre avec un père spirituel. En ajoutant la communion et la rencontre d'autres chrétiens.

La vie réglée des moines conduit à un **décentrement**.

La « *pleine conscience* » est désormais enseignée en entreprise et dans la fonction publique. Pour le chrétien, il s'agit de ne pas être seulement en contact avec ce qui est, mais avec Celui qui est.

En un sens, le « *Aide-toi, le ciel t'aidera* » est une hérésie, car nous sommes en réalité potentiellement les mains de Dieu.

ETHIQUE

Il convient de ne pas travailler pour soit uniquement, mais pour le bien commun. Dans la vie bénédictine, la notion de service mutuel est importante, il est transversal.

Dans le domaine économique, St Benoît propose de développer une culture de service du client et même de respect du concurrent qui vient s'opposer à un environnement de compétition sauvage. L'idée est reprise par le *kyoseï* japonais : Par exemple, Canon et HP ont signé des accords de collaboration.

Peut-on faire bouger les choses : St Augustin nous propose sa réponse :

« *Les temps sont-ils mauvais ? Soyons bons et les temps seront bons, car nous sommes le temps.* »

Notes d'Anne PLAUCHU

Après le Synode - Lettre des Pères Synodaux aux jeunes

C'est vers vous, jeunes du monde, que nous, Pères synodaux, voulons nous tourner, pour vous adresser des paroles d'espérance, de confiance et de consolation. Ces jours-ci, nous nous sommes réunis pour écouter Jésus, «le Christ éternellement jeune», dont la voix révèle vos propres voix, vos cris d'exultation, vos plaintes... vos silences aussi!

Nous connaissons vos quêtes spirituelles, vos joies, vos espérances, vos douleurs, vos angoisses, vos inquiétudes. Nous désirons aussi vous adresser une parole: nous voulons contribuer au développement de votre joie, pour que vos attentes se transforment en idéaux. Nous sommes sûrs que vous êtes prêts à vous impliquer, avec votre joie de vivre, pour que vos rêves se réalisent concrètement dans votre vie quotidienne et dans notre histoire humaine.

Que nos faiblesses ne vous découragent pas, que les fragilités et les péchés ne fassent pas obstacle à votre foi. L'Église est votre mère, elle ne vous abandonne pas, elle est prête à vous accompagner sur de nouveaux chemins, dans les hauteurs, là où le vent de l'Esprit souffle plus fort, chassant les noirs nuages de l'indifférence, de la superficialité et du découragement.

Lorsque le monde, que Dieu aime au point de lui avoir donné son Fils Jésus, est replié sur les biens matériels, sur le succès immédiat, sur le plaisir, lorsqu'il broie les plus faibles, aidez-le à se réveiller et à tourner son regard vers l'amour, la beauté, la vérité, la justice.

Pendant un mois, nous avons cheminé ensemble, avec quelques-uns d'entre vous et beaucoup d'autres qui se sont unis à nous par la prière et l'affection. Nous désirons maintenant poursuivre ce chemin dans toutes les parties du monde, là où le Seigneur nous invite à être disciples missionnaires. L'Église et le monde ont un besoin urgent de votre enthousiasme. Faites-vous compagnons de route des plus fragiles et des plus pauvres, de tous les blessés de la vie.

Vous êtes le présent, illuminez maintenant notre avenir.

A Rome, le 28 octobre 2018

FONDATION SAINTE-GENEVIÈVE – CLUB ENTREPRISES

« Rôle sociétal de l'entreprise et mécénat : quelles pratiques et quelle réalité en France aujourd'hui ? » : tel est le thème du prochain petit-déjeuner du « Club entreprises » de la Fondation Sainte-Geneviève. Cette réunion d'échange et de débat, destinée aux dirigeants et cadres supérieurs d'entreprise, sera animée

par Olivier Tcherniak, ancien Secrétaire général de la Fondation Orange, ancien président d'ADMICAL (association de promotion du mécénat), consultant chez UPAYA (conseil en mécénat).

Quand : mardi 11 décembre 2018 de 8h à 9h30

Où : Maison d'Eglise Notre Dame de Pentecôte, 1 place de La Défense (à droite du CNIT)

Inscription sur t.depothuau@fondationsaintegenevieve.org

GERMES

Poème de Krystel SAINT CYR, lu lors de la Messe célébrée le 7 novembre en commémoration des morts des guerres.

Comme elle est tendre
la paix
Que la guerre a déchirée
Comme elle est neuve
De ses rêves
Si fragile
Et peut-être
déjà confisquée
La guerre se sera tue
On l'aura cru
Mais comment briser
Ses germes
Toujours naissants
Dans le cœur de l'homme

Les Jeudis de Novembre

(Re)découvrons la médecine de
l'âme des Pères du désert
Par Jean-Guilhem XERRI
Jeudi 15 novembre à 12h45
(sandwiches et café)

Sacrement de Réconciliation

tous les mardis de 12h à 14h
dans l'église

Accueil du Père Bellot dans son bureau



« **Atelier Chant** »
Venez découvrir
les techniques du chant
avec **Timea Cipriani**
tous les mardis
de 12h30 à 13h30

Réunions d'Equipes du 7 au 14 novembre

Mercredi 14 novembre

GSEPT- Alcooliques Anonymes (AA)
Al-Anon

Jeudi 15 novembre

GREED – Jeunes Pros

Vendredi 16 novembre

Gospel - Cercle de formation chrétienne

Lundi 19 novembre

Groupe Louange - Animateurs Alpha

Mardi 20 novembre

GCPF– Parcours Zachée
Ecologie et nous

Mercredi 21 novembre

GSEPT- Alcooliques Anonymes (AA)
Al-Anon

Pour recevoir la version électronique du Cahier d'espérance, adressez un mail à ecrire@ndp92.fr
Cette adresse mail est aussi utilisée pour se désinscrire.