

Enseignement n° 1
QUELQUES GRANDS PRINCIPES
DU CHEMIN SPIRITUEL

<i>Introduction</i>	4
<i>1. Le vrai but du chemin spirituel : la communion au Christ</i>	4
<i>2. Gratuité du salut et engagement de la liberté de la personne</i>	5
<i>3. Vivre le travail de sanctification dans la foi au Christ</i>	7
<i>4. Contempler le Christ pour se laisser attirer par lui et adhérer à lui par notre vie</i> .	8
<i>5. Suivre Jésus sur la voie d'enfance comme le Fils bien-aimé du Père</i>	9
<i>Conclusion : aider l'autre à se remettre devant le Christ lui-même</i>	10

Introduction

Nous allons essayer dans ce premier enseignement de donner quelques repères pour mieux comprendre la manière dont tout chrétien est appelé à avancer sur le chemin de la vie spirituelle. Nous devrions pouvoir en tirer déjà quelques lumières quant à la manière de vivre l'accompagnement spirituel. Il est important, en effet, d'avoir présent à l'esprit certains grands principes toujours valables quelques soient le moment et la forme du chemin spirituel de la personne que nous accompagnons.

1. Le vrai but du chemin spirituel : la communion au Christ

Il est bon de prendre conscience que le chemin spirituel qui nous conduit au Royaume de Dieu, à la vie éternelle est tout entier un chemin de communion au Christ, de participation à la vie du Christ : « Pour moi, certes, vivre, c'est le Christ » (Ph 1, 21). Cheminer spirituellement, ce n'est pas poursuivre un idéal de perfection mais « **se laisser conquérir** »¹, **envahir par le Christ** jusqu'à pouvoir dire avec saint Paul : « Ce n'est plus moi qui vit, mais le Christ qui vit en moi » (Ga 2, 20). Nous sommes tentés de nous sculpter une certaine image de nous-mêmes dans laquelle nous pourrions nous complaire², mais en réalité, il ne s'agit pas de devenir quelqu'un, il s'agit de laisser de plus en plus de place à un autre que nous. La réussite de notre vie, c'est notre plus ou moins grande communion au Christ, notre plus ou moins grande

¹ Selon l'expression utilisée par Benoît XVI dans sa homélie prononcée lors de vêpres solennelles pour l'ouverture de l'Année sacerdotale le 19 juin 2009 : « **Se laisser conquérir pleinement par le Christ !** Tel a été le but de toute la vie de saint Paul... »

² On comprend ici que la recherche de la sainteté demande à être vécue comme la recherche des dispositions nécessaires à notre communion au Christ et non comme la recherche d'un idéal spirituel.

Quelques grands principes du chemin spirituel

participation à sa vie. Ce qui restera de notre vie, ce n'est pas ce que nous aurons réussi à faire de nous-mêmes, mais ce que nous aurons laissé le Christ faire en nous et à travers nous.

Ainsi tout progrès spirituel se mesure à la profondeur de notre union au Christ. De là découle la loi fondamentale qui traverse chacune de nos vies : « Qui veut sauver sa vie la perdra, mais qui perdra sa vie à cause de moi, celui-là la sauvera » (Lc 9, 24). Il ne s'agit pas, en effet, de devenir parfait humainement, mais de laisser plus de place à Celui qui est la vraie vie. On court toujours le risque insidieux de rechercher une perfection que Dieu ne nous demande pas c'est-à-dire en réalité de nous rechercher nous-mêmes. Le chemin spirituel est un chemin en creux. **Il s'agit plus de « diminuer » que de grandir**, de se dépouiller que de s'enrichir, de perdre sa vie que de vouloir la trouver. Saint Paul nous le fait bien comprendre quand il dit : « À cause de lui, j'ai accepté de tout perdre, je considère tout comme déchets, afin de gagner le Christ et d'être trouvé en lui... » (Ph 3, 8-9).

Il faut être conscient dans l'accompagnement des personnes que **beaucoup sont plus à la recherche d'un certain idéal de vie spirituelle que du Christ lui-même**, faute d'avoir vraiment goûté la douceur de son amour. Ils savent intellectuellement, mais ils ne sont pas encore rentrés dans une véritable relation d'amitié avec le Christ. Le travail de sanctification est vécu pour lui-même au lieu d'être vécu en vue de l'union à Dieu. Il faut être conscient que le passage de la poursuite d'un idéal à la recherche d'une vraie intimité avec le Christ ne peut se faire sans de profondes purifications. C'est en définitive le chemin de la sortie de soi. Dans l'accompagnement il faut donc respecter patiemment les étapes en comprenant que l'autre ne puisse pas comprendre ce qui fait qu'il n'est pas vraiment tourné vers le Christ lui-même.

2. Gratuité du salut et engagement de la liberté de la personne

« Ce n'est pas nous qui avons aimé Dieu, mais c'est lui qui nous a aimé » (1Jn 4, 10) sans aucun mérite de notre part. Nous nous étions égarés et le Père a envoyé son Fils nous rechercher et nous ramener dans sa maison. C'est là l'œuvre de son amour miséricordieux totalement gratuit. Le chemin spirituel est l'œuvre d'un amour immérité. **« Ce salut ne vient pas de vous il est un don de Dieu ; il ne vient pas des œuvres, car nul ne doit pouvoir se glorifier »** (Ép 2, 8-9). La grâce de Dieu nous est sans cesse offerte, quel que soit la profondeur de notre misère. On peut dire que le but du chemin spirituel est d'accueillir pleinement l'amour sauveur de Dieu dans sa gratuité. **« Il n'est donc pas question de l'homme qui veut et qui court, mais de Dieu qui fait miséricorde »** (Rm 9, 16). Nous n'avons pas à faire des choses pour mériter la grâce de Dieu, mais à accueillir activement cette grâce **dans tout notre être et par toute notre vie** en nous désencombrant de tout ce qui fait obstacle à la grâce³, ne nous ajustant au style de Dieu. Vu sous cet angle, il apparaît clairement que le chemin de sanctification implique toute notre personne et toute notre vie : « À l'exemple du Saint qui vous a appelés, devenez saints, vous aussi, dans toute votre conduite, selon ce qu'il est écrit : Vous serez saints parce que moi je suis saint » (1P 1, 15).

³ Le reste, les bonnes œuvres que nous sommes appelés à produire, c'est la grâce qui l'opère en nous et à travers nous au sens où saint Paul dit : « C'est par la grâce de Dieu que je suis ce que je suis et sa grâce à mon égard n'a pas été stérile. Loin de là, j'ai travaillé plus qu'eux tous : oh ! non pas moi, mais la grâce de Dieu avec moi » (1Co 15, 10).

Quelques grands principes du chemin spirituel

On peut comprendre en ce sens le fait que s'il est « totalement soutenu par la grâce » – et il nous faut garder présent à l'esprit **ce principe du « primat de la grâce »**⁴ – ce chemin « **requiert toutefois un fort engagement spirituel** »⁵. Dieu nous sauve gratuitement, mais pas sans nous, sans notre accueil, sans le oui de notre liberté, qui s'exerce et grandit travers de notre observation de ses commandements⁶. Dieu veut que toute notre vie soit un grand oui à son amour : tel est le travail de sanctification. Mais ce travail de sanctification qui se ramène à un travail de disposition n'est pas à mesure humaine : **seule la grâce de Dieu peut nous disposer à recevoir ses grâces.**

Dieu veut que nous dépendions totalement de son amour gratuit et nous devons vivre ce travail de sanctification humblement en nous laissant guider et porter par lui⁷. Nous ne pouvons rien faire de nous-même, nous glorifier de rien, nous ne pouvons que nous nous laisser aimer. Ce travail de sanctification est un essentiellement un travail de purification de notre intérieur et de notre extérieur, de renoncement à tout ce qui est en contradiction avec la grâce. **Tel est le sens de l'observation des commandements : on ne cherche pas une perfection morale mais une disposition à la grâce, l'acquisition de l'Esprit Saint.** Le travail de sanctification est aussi un travail d'ouverture, d'élargissement de notre cœur c'est-à-dire la croissance de la foi et de l'espérance par la prière et la patience dans les épreuves. Il comprend aussi l'exercice concret de la charité envers le prochain parce que Dieu fait miséricorde aux miséricordieux si bien que la charité couvre une multitude de péché : « On t'as fait savoir, homme, ce qui est bien, ce que le Seigneur réclame de toi : rien d'autre que d'accomplir la justice, d'aimer la miséricorde et de marcher humblement avec ton Dieu. » (Mi 6, 8).

Soyons bien conscients dans l'accompagnement du fait que personne ne sait se laisser spontanément aimer d'un amour gratuit, inconditionnel, **chacun a besoin de faire tout un long chemin pour retrouver un cœur d'enfant** capable de se laisser toucher jusqu'à répondre par un abandon total à l'Amour divin. Beaucoup comprennent intellectuellement que Dieu les aime tels qu'ils sont, tout en gardant dans leur cœur de profondes résistances. Néanmoins les efforts concrets qu'ils font pour accomplir la volonté de Dieu en luttant contre le péché et en pratiquant la miséricorde, s'ils sont vécus dans l'humilité, les acheminent de oui en oui vers un état d'abandon filial. **Le comportement concret et le cœur vont de pair.** On peut dire que Dieu se contente de nos actes de bonne volonté en attendant que notre cœur arrive à suivre. Ainsi il ne faut pas avoir peur d'exhorter les personnes à faire des efforts

⁴ Jean-Paul II a rappelé avec force ce « **principe essentiel de la vision chrétienne de la vie : le primat de la grâce** » dans *Novo millennio ineunte*, 38 : « **Il y a une tentation qui depuis toujours tend un piège à tout chemin spirituel** et à l'action pastorale elle-même : **celle de penser que les résultats dépendent de notre capacité de faire et de programmer.** Certes, Dieu nous demande une réelle collaboration à sa grâce, et il nous invite donc à investir toutes nos ressources d'intelligence et d'action dans notre service de la cause du Royaume. Mais prenons garde d'oublier que "sans le Christ nous ne pouvons rien faire" (cf. Jn 15, 5). ».

⁵ *Ibid.* 33

⁶ « " Dieu nous a créés sans nous, il n'a pas voulu nous sauver sans nous " (S. Augustin, serm. 169, 11, 13 : PL 38, 923). » (CEC 1847).

⁷ On peut comprendre en ce sens les paroles de saint Paul : « Travaillez avec crainte et tremblement à accomplir votre salut : aussi bien, Dieu est là qui opère en vous à la fois le vouloir et l'opération même, au profit de ses bienveillants desseins... » (Ph 2, 12-13).

Quelques grands principes du chemin spirituel

concrets même s'ils ont l'impression de ne pas les faire avec amour. La difficulté est de discerner là où Dieu les appelle à porter plus particulièrement leur effort au moment où ils en sont du chemin : nous savons souvent peu de choses sur la manière dont ils se conduisent dans la vie quotidienne et eux-mêmes ne voient pas bien ce qui dans leur comportement contriste l'Esprit Saint.

Nous allons essayer de voir maintenant comment nous devons vivre ce travail de sanctification sur le fondement de la foi au Christ.

3. Vivre le travail de sanctification dans la foi au Christ

« **La grâce et la vérité sont venues par Jésus Christ** » (Jn 1, 17). Le Christ n'est pas seulement la Vie à laquelle nous devons communier par le don de la grâce, mais il est aussi le Chemin qui conduit à la Vie. Il est devenu pour nous « sanctification » (cf. 1Co 1, 30). Lui seul peut nous disposer à accueillir la grâce, le don de l'Esprit Saint : « *La préparation de l'homme* à l'accueil de la grâce est déjà une œuvre de la grâce. » (CEC 2001). Le travail de sanctification doit être fait dans la foi au Christ et non pas comme si nous pouvions l'accomplir par nos propres forces. Rappelons-nous la réponse du Christ aux juifs lui demandant : « Que devons-nous faire pour travailler aux œuvres de Dieu ? » : « L'œuvre de Dieu, c'est que vous croyez en celui qui l'a envoyé. » (Jn 6, 28-29). Elle nous fait comprendre que **la foi en lui est la base de tout**. C'est par elle que nous pouvons nous sanctifier et nous ouvrir à la grâce.

« Croyez-vous que je puis faire cela ? » (Mt 9, 28). Notre foi en Jésus consiste d'abord à **mettre notre confiance uniquement en son amour sauveur**. Nous reconnaissons devant Celui qui est venu appeler non pas les justes mais les pécheurs notre incapacité à changer notre cœur et à sanctifier notre conduite⁸. Nous renonçons à « compter sur les œuvres » (cf. Rm 9, 32), c'est-à-dire à « avoir notre justice en nous-mêmes, celle qui vient de la Loi » (Ph 3, 9). Nous en appelons sans cesse à sa grâce tout en lui offrant notre bonne volonté au travers de nos efforts concrets. On peut ainsi s'appliquer à observer les commandements de Dieu, sans pour autant s'appuyer sur soi, sur ses propres efforts de conversion, mais en sachant plutôt profiter de ses chutes pour revenir au Christ dans l'humilité et la confiance des pauvres pécheurs⁹.

⁸ Tout ce qui est nôtre a besoin d'être purifié, même nos beaux et grands désirs spirituels au sens où sainte Thérèse dit à propos de l'eau vive de la contemplation : « le désir que nous avons de cette eau quand il vient de nous n'est jamais sans erreur ; s'il a quelque chose de bon, c'est avec l'aide du Seigneur » (*Le chemin de la perfection*, chap. XIX, § 9)

⁹ Comme sainte Thérèse d'Avila y invitait ses sœurs : « Ne nous décourageons pas de voir combien notre nature et nos efforts sont faibles ; tâchons plutôt de nous fortifier dans l'humilité, de comprendre clairement que nous ne pouvons pas comprendre grand-chose par nous-mêmes, et que si Dieu ne nous favorise point, nous ne sommes rien ; **méfions-nous totalement de nos forces**, fions-nous à sa Miséricorde, car tant que nous n'en serons pas là, tout ne sera que faiblesse. » (*Pensées sur l'amour de Dieu*, ch. III).

4. Contempler le Christ pour se laisser attirer par lui et adhérer à lui par notre vie

Croire au Christ signifie aussi adhérer à lui en le gardant nos yeux fixés sur lui. Elle « nous donne déjà maintenant quelque chose de la réalité attendue »¹⁰. Elle rend possible un vrai contact, une vraie rencontre avec le Christ si bien que nous pouvons en le connaissant, être vraiment touché par la beauté de sa personne comme Fils bien-aimé du Père et comme l'Agneau immolé. De là jaillit la possibilité d'une vraie relation d'amour avec lui au sens où « **l'homme se meut spontanément**, et non sous la contrainte, **quand il se trouve en relation avec ce qui l'attire et ce qui suscite en lui du désir**. »¹¹ C'est à l'intérieur de cette attraction que le chemin spirituel peut devenir une véritable suite du Christ. On cherche spontanément à lui devenir conforme, à communier à sa vie, ayant par la foi « goûté combien le Seigneur est bon » (cf. 1P 2, 3). C'est à partir de cette rencontre, de ce contact réel avec le Christ que nous pouvons nous mettre en route **en mobilisant toutes nos facultés**¹² pour parvenir à une pleine communion avec lui et en lui avec le Père¹³ au sens où saint Paul dit : « Je poursuis ma course pour tâcher de saisir, ayant été saisi moi-même par le Christ Jésus. » (Ph 3, 12).

Le chemin spirituel se développe ainsi comme un vrai chemin d'union au Christ et de plongée dans l'intimité du Père à partir d'une foi vivante, trouvant dans la prière, la méditation de la parole¹⁴ et l'eucharistie les lieux privilégiés d'une rencontre quotidienne avec notre Sauveur. Cette rencontre initiale qu'il nous faut rechercher « dès le lever du jour » (Sg 16, 28) demande à s'approfondir par **l'adhésion à sa personne par nos pensées, notre volonté, nos sentiments et le style de toute notre vie**. Notre oui à Dieu devient adhésion au Christ par toute notre vie. Notre disposition à la grâce devient écoute du Christ par toute notre vie. Notre observation des commandements n'est plus la recherche d'un idéal de sainteté mêlée d'une secrète recherche de nous-même, mais l'expression d'une foi vivante mue par un amour sincère : « Celui qui a mes commandements et qui les garde, c'est celui-là qui m'aime ; or

¹⁰ *Spe salvi*, 7.

¹¹ *Sacramentum caritatis*, 2.

¹² Comme l'explique Benoît XVI : « La rencontre des manifestations visibles de l'amour de Dieu peut susciter en nous un sentiment de joie, qui naît de l'expérience d'être aimé. Mais **cette rencontre requiert aussi notre volonté et notre intelligence. La reconnaissance du Dieu vivant est une route vers l'amour**, et **le oui de notre volonté à la sienne unit intelligence, volonté et sentiment dans l'acte totalisant de l'amour**. (...) *Idem velle atque idem nolle* 9] vouloir la même chose et ne pas vouloir la même chose ; voilà ce que les anciens ont reconnu comme l'authentique contenu de l'amour : devenir l'un semblable à l'autre, ce qui conduit à une communauté de volonté et de pensée. L'histoire d'amour entre Dieu et l'homme consiste justement dans le fait que cette communion de volonté grandit dans la communion de pensée et de sentiment, et ainsi notre vouloir et la volonté de Dieu coïncident toujours plus : la volonté de Dieu n'est plus pour moi une volonté étrangère, que les commandements m'imposent de l'extérieur, mais elle est ma propre volonté, sur la base de l'expérience que, de fait, Dieu est plus intime à moi-même que je ne le suis à moi-même. C'est alors que grandit l'abandon en Dieu et que Dieu devient notre joie (cf. *Ps* 72[73], 23-28). » (*Deus caritas est*, 17)

¹³ La foi nous le fait connaître dans sa vie d'amour filiale et notre communion avec lui nous fait entrer dans cette vie cachée en Dieu.

¹⁴ Comme le dit sainte Thérèse d'Avila à ses sœurs : « Si vous me demandiez de traiter de la méditation, je pourrais vous ne parler, et vous conseiller à toutes de la pratiquer, quand bien même vous manquerez de vertus ; car elle est le principe qui permet de les obtenir toutes, et c'est affaire de vie ou de mort, pour nous et tous les chrétiens, que de nous initier... » (*Chemin de la perfection*, chap. XVI, § 3).

Quelques grands principes du chemin spirituel

celui qui m'aime sera aimé de mon Père ; et je l'aimerai et je me manifesterai à lui. » (Jn 14, 21). Dans la mesure où nous nous laissons attirés par lui, nous gardons spontanément ses commandements dans notre cœur et dans notre vie, en étant mus par le désir de nous unir à lui, de partager sa vie filiale avec le Père. Telle est **la foi opérant par la charité**, qui seule compte (cf. Ga 5, 6).

En réalité celui qui garde les yeux fixés sur lui en se laissant attirer par lui ne peut se tromper de chemin : « Qui me suit ne marchera pas dans les ténèbres, mais aura la lumière de la vie. » (Jn 8, 12)¹⁵. **Il trouve dans ce contact aimant avec le Christ la lumière et la force** pour observer les commandements en esprit et en vérité sans se lasser¹⁶. Là où ce contact manque, l'observation des commandements devient pesante. On tombe facilement dans le moralisme ou le perfectionnisme. Beaucoup de personnes peuvent avoir de belles pensées sur Jésus sans vivre vraiment de ce contact intérieur avec le Christ et finissent par se décourager, faute de comprendre qu'ils leur manquent des fondations solides. Ils ont besoin d'être aidé à se recentrer sur l'unique nécessaire.

5. Suivre Jésus sur la voie d'enfance comme le Fils bien-aimé du Père

Adhérer au Christ signifie adhérer à une vie toute filiale. Le Christ, en effet, est pure relation au Père, il est tout entier tourné vers le Père. Communier à sa vie signifie **s'enfoncer dans le sein du Père**, là où il demeure, vivre d'une vie toute cachée en Dieu, une vie d'amour filiale, d'abandon total. Si nous avons été prédestinés par Dieu à « reproduire l'image de son Fils » (cf. Rm 8, 29), c'est pour **entrer dans l'éternel échange d'amour** qui se vit entre lui et son Fils. Cela signifie entrer d'abord **dans une réceptivité totale**. Le Fils, en effet, est pure réceptivité, il se reçoit tout entier du Père dans un engendrement éternel avant de se donner lui dans l'action de grâce. La tentation originelle a consisté pour l'homme à douter de l'amour du Père et à vouloir sortir de cette dépendance filiale, de cet abandon total au Père¹⁷. Le Père nous a envoyé son Fils pour qu'en lui nous puissions nous ouvrir à son amour et entrer dans l'obéissance filiale¹⁸. Autrement dit, travailler à notre sanctification signifie **se laisser rejoindre et sanctifier par le Christ pour retrouver un cœur d'enfant**.

¹⁵ Sainte Thérèse d'Avila : « Ô Seigneur ! **Tout notre mal vient de ce que nous ne gardons pas les yeux fixés sur Vous**, car si nous ne regardions que notre chemin, nous arriverions bientôt ; mais nous butons et tombons mille fois, nous nous trompons de route faute de fixer nos yeux, comme je l'ai dit, sur le vrai chemin. » (*Chemin de la perfection*, chap. XVI).

¹⁶ Ainsi, comme le dit Benoît XVI, « à partir de ce regard (tourné vers le côté ouvert du Christ), le chrétien trouve la route pour vivre et pour aimer » (*Deus caritas est*, 12).

¹⁷ Alors qu'il ne peut se réaliser lui-même en dehors de ce contact « intime et vital » au Père comme l'a souligné le Concile Vatican II : « **L'aspect le plus sublime de la dignité humaine se trouve dans cette vocation de l'homme à communier avec Dieu**. Cette invitation que Dieu adresse à l'homme de dialoguer avec Lui commence avec l'existence humaine. Car, si l'homme existe, c'est que Dieu l'a créé par amour et, par amour, ne cesse de lui donner l'être ; et **l'homme ne vit pleinement selon la vérité que s'il reconnaît librement cet amour et s'abandonne à son Créateur**. Mais beaucoup de nos contemporains ne perçoivent pas du tout ou même rejettent explicitement **le rapport intime et vital qui unit l'homme à Dieu** : à tel point que l'athéisme compte parmi les faits les plus graves de ce temps et doit être soumis à un examen très attentif. » (*Gaudium et spes*, 19, §1).

¹⁸ Il s'agit d'entrer dans « **l'union à la volonté de Dieu le Père, à travers la communion avec Jésus, dont la nourriture est de faire la volonté du Père** » pour reprendre une expression de Benoît XVI qui explique que le je de Jésus ne se présente pas « comme un ego entêté, gravitant sur lui-

Quelques grands principes du chemin spirituel

« Amen, je vous le dis, si vous ne convertissez pas et ne devenez pas comme des tout-petits, vous n'entrerez pas dans le Royaume des Cieux » (Mt 18, 3). **Le chemin spirituel qui tend à la communion à la vie filiale du Christ est essentiellement une voie d'enfance faite d'humilité, de confiance et d'abandon**¹⁹. Beaucoup, n'avancent pas dans leur vie spirituelle parce qu'ils s'arrêtent à Jésus, si l'on peut dire, sans parvenir à le contempler dans sa relation d'amour avec le Père : « Voici si longtemps que je suis avec vous et tu ne me connais pas, Philippe ? (...) Ne crois-tu pas que je suis dans le Père et que le Père est en moi ? » (Jn 14, 9-10). Ils risquent de ne suivre Jésus que comme un idéal d'amour du prochain sans entrer dans une vraie communion de vie.

Conclusion : aider l'autre à se remettre devant le Christ lui-même

Dans cette lumière de ce que nous avons vu sur la contemplation du Christ, on peut dire **qu'accompagner l'autre spirituellement signifie d'abord l'aider à revenir au Christ**, à adhérer au Christ pour repartir du Christ, à se tourner vers lui pour trouver en lui le Chemin qui conduit à la Vie. C'est le contact vital, la relation vivante avec le Christ qui nous sauve de notre enfermement en nous-mêmes par sa puissance d'attraction, nous fait sortir de nous-mêmes et nous ouvre au Père. Pour trouver la lumière et la force d'avancer sur le chemin, la personne a besoin de plus que de bons conseils, de bonnes idées, de beaux idéaux, de grandes valeurs, elle a besoin de rencontrer une personne vivante²⁰. En ce sens **le premier service que peut rendre l'accompagnateur est de donner la présence de Jésus**, de favoriser ce contact en se laissant lui-même le premier saisir et habiter par le Christ. **Rendre le service de la vérité signifie d'abord servir la présence de Celui qui est la Vérité**, aider la personne à se remettre devant le Christ lui-même au lieu de suivre une idée c'est-à-dire l'aider à revenir sans cesse à **la prière et à l'écoute de la Parole de Dieu** pour que ce soit bien la foi agissant par la charité qui l'inspire et le meuve.

même » mais qu'il « incarne la communion de volonté du Fils avec le Père » : « C'est un je qui écoute et qui obéit. **La communion avec lui est une communion filiale avec le Père** » (*Jésus de Nazareth*, éd. Flammarion, p. 139-140)

¹⁹ C'est pourquoi comme le disait sainte Thérèse d'Avila à ses sœurs : « **Que chacune de vous considère son degré d'humilité, elle verra où en sont ses progrès** » (*Chemin de la perfection*, chap. XII) ou encore « Sachez que plus on est humble, mieux on le possède (le divin Roi), et on le possède d'autant moins qu'on manque d'humilité ; car je ne puis comprendre qu'il y ait, qu'il puisse y avoir, humilité sans amour, ni amour sans humilité... » (*Ibid.* chap. XVI). On peut dire aussi d'une manière semblable, comme l'a souligné Jean-Paul II dans sa *Lettre pour le 400^{ème} anniversaire de l'ordination épiscopale de saint François de Sales* du 23.11.2002 : « La perfection consiste à être conforme au Fils de Dieu, en se laissant conduire par l'Esprit Saint, dans une parfaite obéissance (cf. *Traité de l'amour de Dieu* : Œuvres complètes, XI, 15, V, pp. 291 ss) : « **Le parfait abandon entre les mains du Père céleste et la parfaite indifférence en ce qui regarde la divine volonté sont la quintessence de la vie spirituelle (...). Tout le retard dans notre perfection provient seulement du manque d'abandon, et il est sûrement vrai qu'il convient de commencer, de continuer et d'achever la vie spirituelle à partir de là, à l'imitation du Sauveur qui a réalisé cela avec une extraordinaire perfection, au début, durant et à la fin de sa vie** » (*Sermon pour le Vendredi Saint*, 1622 : Œuvres complètes, X, p. 389) » (O.R.L.F. N. 51 – 17.12.2002).

²⁰ La parole de Benoît XVI « **À l'origine du fait d'être chrétien, il n'y a pas une décision éthique ou une grande idée, mais la rencontre avec un événement, avec une Personne**, qui donne à la vie un nouvel horizon et par là son orientation décisive » (*Deus caritas est*, 1) est valable à tout moment du chemin, il nous faut constamment « repartir du Christ » si nous ne voulons pas nous perdre et nous essouffler.